



Spirer: Syvsovere

Formål

Spirerne udforsker rammerne omkring det at skulle sove. Det skal både være sjovt og hyggeligt at krybe i soveposerne og give pigerne mod til at sove uden mor og far, måske for første gang.

Forudsætninger for spirer

Ingen særlige.

Forudsætninger for lederne

Lederen skal være klar på at håndtere evt. mørkeræd eller hjemve. Der skal være styr på detaljerne omkring overnatningen: Transport, invitation og information til spire-forældrene samt evt. aftale med aften/nat arbejdsplads eller naturvejleder.

Om trinene

Trin 1

På vej i seng.

Trin 2

Godnathistorier.

Udfordring

Overnatte uden mor og far.





Trin 1 - På vej i seng

Introduktion

I dag skal spirerne lære, hvad en rutine er og blive bevidste om, hvordan deres egen rutine omkring sengetid er. Er din spirevenindes rutine mon anderledes? Vi skal prøve at øve os i nogle af de ting, der er allermost typiske for rutinen omkring sengetid.

Aktiviteter

Start første møde på syvsovermærket med at finde ud af, hvad en godnat-rutine er, og hvilke rutiner spirerne har. Få først en spirer til at forklare hvad en rutine er? Herefter går undersøgelsen i gang. Dette kan gøres på mange måder. Spirerne kan enten skiftes til at fortælle, hvordan det foregår hjemme hos hver enkelt spirer, eller lederen kan nævne en masse rutiner, hvortil den enkelte spirer skal rejse sig op, når der bliver sagt noget, der passer på rutinerne hjemme hos dem. Se eksemplerne nedenfor:

- Jeg tager selv nattøj på
- Min mor eller fra hjælper mig med at få nattøj på
- Jeg øver mig i selv at børste mine tænder, men min mor eller far hjælper også
- Jeg børster helt selv mine tænder
- Jeg sover i natkjole
- Jeg sover i bukser og bluse
- Jeg sover med sovedyr
- Jeg får læst godnathistorie
- Jeg får sunget godnatsang
- Jeg bliver kysset godnat
- Jeg får et stort godnatkram

Find selv på flere...

Peter Plys' godnatsang: Spirerne skal nu lære Peter Plys' godnatsang, som fortæller om godnatrutinerne i hundredmeterskoven. Find melodi og tekst på internettet.

Herefter skal spirerne træne de forskellige rutiner fra godnatsangen. Lad spirerne prøve aktiviteterne en ad gangen eller del pigerne i hold og lad dem cirkulere mellem posterne.

Post	Beskrivelse	Materialer
1	Pyjamassen: Øv jer i at skifte til pyjamas eventuelt nede i en sovepose.	Spirernes egen pyjamas, evt. sovepose
2	Børste tænder: Så skal der børstes tænder. Køb gerne nogle tabletter der afslører hvis tænderne ikke er børstet godt nok. De findes bl.a. i mærkerne	Egen tandbørste, evt. tabletter



	Ekulf, Gum og Ceplac og kan købes på apoteket.	
3	Find din yndlingsbog: Lad spirerne fortælle om deres yndlingsbog eller godnatsang. Syng gerne Peter Plys' godnatsang sammen.	Evt. nogle bøger med godnathistorier
4	Putte bamse: Her skal der puttes bamser, hvor mange bamser sover spirerne med? Og hvor store er de? Hvilken en vil de helst have med på udfordringen?	Spirernes egne bamser, tæpper, puder
5	Gi kys og kram: I leger en klassisk omgang ståtrold, men for at blive levende igen skal man have et kram af en spireveninde (i stedet for at man kravler under hinandens ben).	

Afslutning

Hvad var forskelligt i spirernes rutiner? Var der noget I synes var svært ved de forskellige opgaver om sengetidsrutiner? Var det sjovt eller kedeligt? Tal om hvad I skal lave på næste trin om godnathistorier.

Materialeliste

- Udskrevet tekst til Peter Plys' godnatsang (gemmes til de følgende trin)
- Noget at afspille sangen på
- Se liste for materialer til løb



Trin 2 - Godnathistorier

Introduktion

Får I fortalt godnathistorie? Har I selv prøvet at digte en historie, for det skal I nemlig til nu. Der er mange måder at digte en historie på, gad vide hvad jeres kommer til at handle om.

Aktiviteter

Start gerne mødet med at synge Peter Plys' godnatsang sammen. Spirerne skal starte med at snakke om, hvad der er en god godnathistorie? Er den gode godnathistorie sjov, spændende eller måske en smule uhyggelig? Er det et eventyr, der har en lykkelig slutning? Er den lang eller kort?

Nu skal spirerne bruge det, de netop har talt om, til at lave en god godnathistorie. Inddel spirerne i grupper eller lav den gode godnathistorie sammen. I kan digte godnathistorien på mange måder. Nedenfor er der listet tre muligheder op for, hvordan den kan digtets:

- Hver spirer trækker på skift et billede eller et stykke klædudtøj og digter én sætning på historien. Lederen kan bestemme, hvor lang historien skal være, men alle skal have lov at finde på minimum 1 sætning hver.
- Spirerne får eller vælger hver et stykke udklædningstøj eller en rekvisit og skal så lave en scene til et lille godnat-skuespil eller selv digte en ny historie ud fra de ting, de nu har til rådighed.
- Spirerne sidder i en rundkreds, hvor en fortællerhat går rundt. Den, der har fortællerhatten på, må digte en sætning (eller et ord) til godnathistorien. Denne gang er der ikke nogen billeder eller rekvisitter til at hjælpe fantasien på vej.

Skriv jeres endelige godnathistorie ned, I skal bruge den til udfordringen (pigerne kan eventuelt tegne til historien, hvis I har mere tid).

Afslutning

Mødet slutes af med en kort snak om, om de godnathistorier pigerne er kommet op med. Passede de til det I startede med at tale om som en god godnathistorie?

Materialeliste

- Klæd ud tøj
- Evt. billeder af ting til skål
- Skål
- Fortællerhat
- Papir og blyant til nedskrivning af den endelige historie



Udfordring - Overnatte uden mor og far

Introduktion

Nu skal spirerne prøve at sove uden deres forældre og sammen med deres spejderveninder. Måske er det første gang, måske har de prøvet det før. Nu kommer de ting, som trin 1 og 2 har handlet om, rigtigt i brug.

Aktiviteter

Spirerne skal overnatte ude og skal starte med at gøre deres overnatningssted hyggeligt.

- Bygge hule indendørs (vinterperiode)
- Indret shelter eller telt (sommerperiode)

Inden sengetid skal der synges Peter Plys' godnatsang. Derefter skal pyjamassen på, der skal børstes tænder, pigernes godnathistorie fra trin 2 skal læses højt, og bamserne skal puttes – og måske skal der deles godnatkram ud.

Afslutning

Efter en forhåbentlig veloverstået overnatning kan I snakke med spirerne om, hvordan det var at sove uden mor og far. Hyggede de sig sammen, og var det sjovt at høre deres egen historie som godnat historie? Er de klar til at overnatte med spejdergruppen igen?

Materialeliste

- Hyggelig indretning til soveplads
- Godnathistorien fra trin 2
- Spirernes medbragte sovegrej

