

GRØNNE TANKER – GLADE BARN SAMLINGER

1.samling: Grønne og røde tanker

Mandag uke 3

Mål	Forutsetninger	Innhold	Vurdering
Barna skal lære om tanker, at noen er hjelpsomme, andre mindre hjelpsomme	Den voksne som leder samlingen må være forberedt på innholdet. Faste rammer rundt samlingen så barna vet hva som skal skje. Barna ha faste plasser i samlingen. Nødvendig utstyr må være på plass.	- Navnesang - Vis plansjen og tenkebamsene rød og grønn. Les/fortell teksten til barna. - Hjelp barna til å forstå prinsippet med røde og grønne tanker (f.eks forklar at grønne tanker er hjelpsomme tanker og at røde tanker ikke er hjelpsomme. Bruk deg selv som konkret eksempel, og overdriv. La rød si rødtankene, og la barna hjelpe grønn å finne grønntanker. - Tenke høyt-leken (se plansjen) - Grønn pause (se plansje) - Vennesang til avslutning	Fokus på og begreper for tanker kan hjelpe barna til å bli mer oppmerksomme på hva og hvordan de tenker, og kan gjøre det lettere for barnet å snakke om hva og hvordan det tenker.

2.samling: Følelser

Tirsdag/torsdag uke 3

Mål	Forutsetninger	Innhold	Vurdering
Barna lærer om ulike følelser, sammenheng mellom følelse og hva en trenger, og hvordan man kan se på andre hva de trenger	Den voksne som leder samlingen må være forberedt på innholdet. Faste rammer rundt samlingen så barna vet hva som skal skje. Barna ha faste plasser i samlingen. Nødvendig utstyr må være på plass.	- Navnesang - Vis plansje og tenkebamsene - Les/fortell teksten. Pek gjerne på barn som ser ut til å ha det bra først. Utforsk barnas språk og tanker rundt hvordan man kan se at noen er glade, koser seg, slapper av og har det gøy, gå deretter over til barna på plansjen som viser mer vanskelige følelser. Bruk litt tid på hver følelse. - Gjettelek - Vennesang	Gjennom å bli bevisst hva man selv og andre føler, kan man forstå mer av hvorfor folk gjør som de gjør, og hva de trenger.

Temagruppe etter 2.samling: - Bruke speil til å se seg selv når vi viser ulike følelser. Gi tilbud om å tegne fjes med ulike følelser.

3.samling: Sjef i deg selv

Månd. Veke 4

Mål	Forutsetning	Innhold	Vurdering
Barna lærer at følelser har ulik styrke, at alle følelser er lovlige, og at man ikke trenger å la følelsen bestemme alt.	Den voksne som leder samlingen må være forberedt på innholdet. Faste rammer rundt samlingen så barna vet hva som skal skje. Barna ha faste plasser i samlingen. Nødvendig utstyr må være på plass.	- Navnesang - Vis plansjen og tenkebamse grønn - Snakk sammen om teksten. Illustrer ulik styrke med tre glass med vann og grønn konditorfarge ((litt, halvfullt, fullt) glad, gladere, gladest). - Gjettelek (se plansje) - Les/fortell teksten nederst på plansjen - Grønn pause - Vennesang	Ofte er følelser til god hjelp, andre ganger kommer de som "falsk alarm", dvs på feil tid og feil sted. Å kunne legge merke til hva man føler, sjekke om det er god grunn til det, og selv bestemme om man skal la seg føre i den retningen følelsen sier, eller av og til tvert om, gir bedre rom for trivsel, helse og læring).

4.samling: Glad

Tirsd/torsd veke 4

Mål	Forutsetning	Innhold	Vurdering
Barna lærer om glede, hvordan man gjenkjenner glede, hva som skaper glede og at tanker kan skape glede.	Den voksne som leder samlingen må være forberedt på innholdet. Faste rammer rundt samlingen så barna vet hva som skal skje. Barna ha faste plasser i samlingen. Nødvendig utstyr må være på plass.	- Navnesang - Vis plansjen og tenkebamsen grønn - Snakk om bildet - Latterlek (se plansjen) - Snakk dere gjennom teksten - Ord i familien glad (se plansjen) - Danselek - Vennesang (f.eks "Jeg blir så glad når jeg ser deg!")	Kjennskap til hvordan glede kan skapes og forsterkes, kan bidra til at man gjør gode valg for seg selv og legger tilrette for mye godt for andre.

Temagruppe etter 4.samling: Male med glade farger, lytt gjerne til klassisk musikk mens dere maler..

5.samling: Glede og grønne tanker

Mand veke 5

Mål	Forutsetning	Innhold	Vurdering
Barna lærer om glede, hvordan man gjenkjenner glede, hva som skaper glede og at tanker kan skape glede.	Den voksne som leder samlingen må være forberedt på innholdet. Faste rammer rundt samlingen så barna vet hva som skal skje. Barna ha faste plasser i samlingen. Nødvendig utstyr må være på plass.	- Navnesang - Vis plansjen og tenkebamsen grønn - Lek (se plansjen) - Gjettelek (se plansjen) - Vennesang (Jeg blir så glad når jeg ser deg)	Kjennskap til hvordan glede kan skapes og forsterkes, kan bidra til at man gjør gode valg for seg selv og legger tilrette for mye godt for andre.

6.samling: Sint

Tirsd/torsd uke 5

Mål	Forutsetning	Innhold	Vurdering
Barna lærer om hvordan de kan gjenkjenne sinne, og at det er bra man kan bli sint	Den voksne som leder samlingen må være forberedt på innholdet. Faste rammer rundt samlingen så barna vet hva som skal skje. Barna ha faste plasser i samlingen. Nødvendig utstyr må være på plass.	- Navnesang - Vis plansjen og tenkebamsen grønn og rød. - Les og snakk dere gjennom teksten. - Oppgave: Lag statue (se plansjen) - Ord i familien sint - Avslutningsøvelse - Vennesang (Jeg blir så glad når jeg ser deg)	Kjennskap til sinne kan hjelpe barna til respekt for egne og andres grenser

Temagruppe etter 6.samling: Male med sinte farger, lytt gjerne til klassisk musikk mens dere maler.