

2. Desember - Glede - Del 2

Timian våknet med et smil. I dag skulle han finne en måte å hjelpe gråspurven på!

Etter frokost gikk Timian og pappa tilbake til skogen. Der satt gråspurven, fortsatt like stille, mens de andre fuglene sang rundt.

"God morgen!" sa Timian. "Jeg har tenkt mye på deg."

Gråspurven så opp med triste øyne. "Jeg har øvd og øvd, men det hjelper ikke. Jeg får det bare ikke til."

Timian satte seg i snøen og tenkte. Plutselig begynte Timian å rulle en snøball. "Vil du leke?" spurte Timian.

"Leke?" sa spurven forvirret. "Men jeg skulle jo lære å synge..."



"Kom igjen!" lo Timian og begynte å hoppe rundt i snøen. Timian laget rare lyder – "Pip! Plask! Trrr!" – og hoppet høyt opp og ned.

Gråspurven kunne ikke la være å le litt. Så begynte spurven å hoppe også. "Tju! Kvitt!" tullet spurven og hoppet etter Timian.

De lekte og tullet seg. Timian laget rare lyder, og gråspurven prøvde å etterligne – men på sin egen måte. De lo så de nesten ikke fikk puste.

Og plutselig – midt i all leken – begynte gråspurven å synge! Det var ikke som de andre fuglenes vakre sanger. Det var en rar, liten melodi – litt skakk, litt annerledes, men full av glede og liv!

"Du synger!" ropte Timian.

"Jeg synger!" jublet gråspurven. "Men... det høres ikke ut som de andre?"

"Nei," smilte Timian. "Det høres ut som DEG! Og det er fullt av glede!"

I det øyeblikket kjente Timian en svak varme fra lommen. Timian tok opp snøkrystallet – og der, innerst inne, var det en liten, svak glød! Som en liten gnist av lys!

Gråspurven sang sin rare, glade sang igjen. "Takk for at du lærte meg at det ikke handler om å synge perfekt," sa spurven. "Det handler om å synge med glede!"



Timian forstod. Den første verdien var GLEDE – ikke perfeksjon, ikke å gjøre alt riktig, men å gjøre ting med hele hjertet, fullt av livsglede!

På veien hjem holdt Timian krystallet i hånden. Det skinte svakt, men det skinte.

"Én verdi funnet," hvisket Timian. "Elleve igjen."

Og så hadde Timian og pappa nok et eventyr i hjertene sine.

Refleksjonsspørsmål:

1. Hvorfor tror du gråspurven begynte å synge akkurat når de lekte og hadde det gøy?
2. Har du noen gang opplevd at noe ble lettere når du sluttet å tenke så mye på det og bare hadde det gøy?
3. Hva betyr det å gjøre noe "med glede" for deg?
4. Hvorfor tror du det er viktigere å synge med glede enn å synge perfekt?
5. Hva er noe du kan gjøre i dag som fyller deg med glede – uten å tenke på om du gjør det "riktig"?

Aktivitetsforslag (Slik de ser ut i portalen)

Gråspurvens gledesang – finn din egen fuglesang

I går (Dag 1) kjente vi på *stille glede* i kroppen – akkurat som gråspurven som ennå ikke hadde funnet sangen sin. I dag handler leken om øyeblikket når sangen endelig slipper løs.

Barna får utforske hvordan deres helt egne “fuglesang” kan høres ut, og hvordan kropp og stemme kan henge sammen. Det finnes ingen fasit – poenget er å tørre å bruke stemmen på sin egen måte, sammen med andre.



Beskrivelse

Barna leker at de er fugler i vinter- eller høstskogen sammen med gråspurven. Først er alt litt stille, som i går – men så begynner én og én fugl å prøve seg med små lyder, pip, triller og rare toner.

Én og én får “stå på greina” og vise sin egen fuglesang – både med kropp og lyd. Resten av gruppa hermer, slik at barnets uttrykk blir tatt imot og løftet av fellesskapet. Leken kan være både rolig og energisk, og dere kan justere lydnivået etter gruppa.



Du trenger

- Et uteområde med plass til å bevege seg
- Gjerne noen steiner, røtter eller stokker som kan være “greiner” fuglene kan stå/sitte på
- Valgfritt: et lite bilde/figur av en gråspurv til å knytte til eventyret
- Eventuelt en enkel “start- og stopp-lyd” (f.eks. en rungende “klapp” eller bjelle)



Slik gjør dere det

1. Knytt til gårsdagen (Dag 1)

- Samle barna i en sirkel.
- Minn dem på gårsdagen:
“I går var vi stille fugler som var glade inni oss, men uten lyd – akkurat som gråspurven som hadde glemte sangen sin.”

- Fortell så:
“I dag skjer noe nytt. Gråspurven kjenner at sangen endelig er på vei ut...”

2. Fra stille fugl til syngende fugl

- Be barna gjøre seg små og stille igjen – som i går.
- De går sakte rundt som *stille* fugler, bare med kropp og ansikt.
- Så sier du:
“Nå kommer de første små pipene.”
- La dem lage *mini-lyder*: helt små pip, pustelyder, korte toner – mykt og lavt.

3. Utforske ulike fuglesanger

- La barna prøve ut forskjellige måter å lage fuglelyder på:
 - korte pip
 - lange “triller”
 - lyse og mørke toner
 - raske og langsomme lyder
- Kombiner med bevegelser: hoppe, trippe, strekke seg, flakse.
- Poengter hele tiden:
“Det finnes ikke riktig og feil fuglesang – alle fugler har sin egen.”

4. Én og én på greina – finne sin egen fuglesang

- Velg en “grein”: en strek i snøen, en stein, en stubbe.
- Én og én får gå opp på greina og vise:
 - en liten bevegelse
 - sin egen fuglelyd/fuglesang (kort sekvens)
- Etterpå hermer alle de andre både lyd og bevegelse.
- Si tydelig:
“Dette er [**navn**] sin fuglesang. Den fantes ikke før nå.”

5. Fugleflokk-konsert

- Nå får hele gruppa være fugleflokk.

- Gi korte oppdrag:
 - “Nå synger alle veldig forsiktig.”
 - “Nå synger bare halve gruppa, den andre halvparten lytter.”
 - “Nå synger vi én og én, som perler på en snor.”
- Dere kan bruke en “start- og stopp-lyd” (klapp eller bjelle) for å markere når fuglene synger og når det er stille.

6. Rolig avrunding

- Samle barna i sirkel.
- Ta et dypt pust sammen – og en siste, myk fuglelyd i kor.
- Si:
“I dag fant gråspurven sangen sin. Og i dag har dere funnet deres egne fuglesanger også.”



Enkle varianter og utfordringer

Variant / utfordring	Slik kan dere gjøre det
 Lydtrapp	Barna synger fuglelyder fra veldig lavt til litt høyere – dere stopper før det blir kaos.
 Lytt og svar	Ett barn lager en fuglelyd, neste barn svarer med en ny – som en samtale mellom fugler.
 Miks og match	Barna velger en bevegelse fra én fugl og en lyd fra en annen – lager sin egen “mix”.
 Fuglekor	Del gruppa i to: én gruppe lager bakgrunns-pip, den andre “synger solo” oppå.
 Rødt–gult–grønt-lydnivå	Rødt = helt stille, gult = lav fuglesang, grønt = fri fuglesang (men fortsatt styrt).
 “Babyfugl” og “voksenfugl”	Barna prøver først veldig små, forsiktige lyder (babyfugl), så store, trygge lyder.



Hva trener barna?

- **Stemme kontroll:** bruke stemmen på ulike måter – lavt, høyt, kort, langt, lyst, mørkt.
- **Grovmotorikk:** hoppe, trippe, snurre, flakse, balansere på “greiner”.
- **Kreativitet:** finne egne lyder og bevegelser, uten mal.

- **Sosial trygghet:** tørre å uttrykke seg foran andre, og erfare at gruppa hermer og tar imot.
- **Lytting:** høre forskjell på andres stemmer og lyder, og svare på dem.
- **Emosjonell utvikling:** erfare at glede kan uttrykkes både med kropp og stemme – og at hver sin “sang” er verdifull.

Refleksjon etterpå

Etter leken kan dere ha en kort samtale (ute eller inne):

- *“Hvordan var det å stå på greina alene og synge som fugl?”*
- *“Hva føltes mest gøy – å lage lyd eller å herme etter de andre?”*
- *“Hørte dere at ingen sang likt – og at det var fint?”*
- *“Tror dere gråspurven blir modigere når den hører at andre også synger rart og forskjellig?”*

La 2–3 barn få si noe, og gi rom for korte svar.

Tips til voksne

- **Vær med selv:** Hvis du som voksen tør å lage rare lyder, senker du terskelen for barna.
- **Justér lydnivået:** Det kan bli høyt – legg inn tydelige “stopp” og “lytt”-sekvenser.
- **Ikke vurder sangkvalitet:** Unngå “så flink du er til å synge” – fokuser heller på mot, fantasi og egenart.
 - F.eks.: *“Du fant på en helt egen lyd.”*, *“Jeg så at du turte selv om du var litt usikker.”*
- **Se de forsiktige barna:** De kan få stå på greina sammen med en venn eller voksen, eller kanskje bare lage lyd i gruppen første gang.
- **Bro til videre arbeid:** Senere i desember kan dere spørre: *“Husker du fuglesangen din? Skal vi prøve den igjen?”* – som en liten identitetsmarkør.