



Bamselægetasken



PÆDAGOGISK VEJLEDNING

NORDEA
FONDEN
Vi støtter gode liv

BAMSEHOSPITALET®



Børneulykkes
fonden



Kære lærer eller pædagog

Tusinde tak fordi I har valgt at arbejde med Bamselægetasken.

Alle vil før eller siden stifte bekendtskab med sygdom og sundhedsvæsenet. Det kan være en utryk oplevelse at blive syg, skulle til lægen eller komme på hospitalet, fordi det er ukendt og kan være skræmmende.

Derfor har Børneulykkesfonden og Bamsenhospitalet® udviklet Bamselægetasken – et sjovt og lærerigt materiale, der gennem leg giver børn en forståelse af, hvordan kroppen fungerer, hvorfor man bliver syg, hvordan sygdomme behandles, og hvor vigtig god hygiejne er. Læringsmaterialet tager desuden børnene med indenfor hos lægen, i ambulancen og på hospitalet for at afmystificere, hvad der sker disse steder og give dem en følelse af ro og tryghed, hvis de selv skal på besøg hos lægen eller på hospitalet.

Rigtig god fornøjelse!

Men venlig hilsen
Børneulykkesfonden og Bamsenhospitalet®

Læringspakken indhold

Læringspakken består af følgende:

- 1 Pædagogisk vejledning
- 2 Plakater
- 10 Sygdomskort
- 4 Dialogplancher
- 1 bamse
- Plaster fra Salvequick
- Forbinding fra RFX
- 30 Diplomer
- 30 Forældrefoldere
- 30 Bamsejournaler
- 30 Bamselægetasker (1 til hvert barn)

Hver enkelt Bamselægetaske består af følgende:

- 1 Fold-selv taske
- Lav selv medicinske instrumenter
- 1 Keyhanger med bamselæge ID-kort



Indholdsfortegnelse

Pædagogisk vejledning 4

- Sygdomskort
- Dialogplancher
- Plaster og forbinding
- Bamsejournaler
- Bamselægetasker
- Diplomer
- Forældrefolder
- Plakat

De seks læreplanstemaer til dagtilbud 6

- Alsidig personlig udvikling
- Social udvikling
- Kommunikation og sprog
- Krop, sanser og bevægelse
- Natur, udeliv og science
- Kultur, æstetik og fællesskab

Børnehaveklassens Fælles Mål 8

- Sprog
- Matematisk opmærksomhed
- Naturfaglige fænomener
- Kreative og musiske udtryksformer
- Krop og bevægelse
- Engagement og fællesskab

Lege til Bamselægetasken 9

- Rolleleg: Bamselægen
- Ambulanceredderens efterfølger
- Ambulanceturen
- Travlt på hospitalsgangen
- Ambulance-leg
- Narkosen
- Bamselægetasken
- Lægen har tabt sine ting
- Rundt på behandlingsstuerne
- Rehabiliteringsbanen

God håndhygiejne 14

- Hvorfor er håndhygiejne vigtig?
- Hvornår skal man vaske hænder?
- Hvordan vasker man ordentligt hænder?

Lege til håndhygiejne 14

- Glitterhænder
- Håndvaske-boogie
- Magi med håndsprit og peber
- Håndsprit-superhelte

Tegninger Stetoskop 16 20



Pædagogisk vejledning

Denne vejledning indeholder idéer til, hvordan materialet kan bruges i arbejdet med børnene. Den tilbyder en række forslag til lege og aktiviteter, der understøtter de forskellige vidensområder omkring kroppen, sygdom, sundhedsvæsenet og god hygiejne, og den kombinerer kognitive og fysiske aktiviteter for en engagerende og lærerig oplevelse.

Sygdomskort

På forsiden af sygdomskortene er der et billede af en bamse, som fejler noget. Børnene kan kigge på kortet og snakke om, hvad det kan være, der er galt med bamsen, og hvordan man kan undersøge og hjælpe den. På bagsiden af kortet er der en beskrivelse, der kan læses højt. Her lærer børnene lidt om, hvad der sker i kroppen, hvad årsagen kan være, og hvordan man kan behandle det.

Kortene kan bruges til en fælles snak med alle, i grupper eller som en del af en leg, hvor børnene kan trække et kort og lege, at bamsen fejler det, der er på kortet, hvorefter de kan lege sig igennem en diagnose og behandling af bamsen.



Dialogplancher

Dialogplancherne indeholder farverige billeder og situationer, der danner et godt grundlag for samtaler om, hvad der sker hos lægen, i ambulancen, på hospitalet og om kroppens anatomi. Plancherne fremmer dialogen mellem børn og voksne og kan tilpasses til den enkelte børnegruppe.

På bagsiden af plancherne findes en række spørgsmål, samt beskrivelser af, hvad der sker de forskellige steder. Spørgsmålene kan hjælpe med at åbne dialogen op, og teksterne kan oplæses, som de er, med den fulde beskrivelse, eller den voksne kan udvælge elementer, som man går mere i dybden med end andre.

Plancherne er tænkt som et dialogisk redskab, hvor børnene selv får mulighed for at bringe egne associationer og viden i spil. De bruges i plenum med hele børnegruppen, eller børnene kan deles op i fire grupper, hvor de får tid til at diskutere, hvad de ser på den enkelte planche, før der byttes, så alle børnene kommer igennem alle plancherne.



Plaster og forbindelse

Læringspakken indeholder plaster fra Salvequick og forbindelse fra RFX til bamselægelegene. Materialerne lægger op til, at børnene skal medbringe deres egne bamser eller bruge skolen/institutionens bamser til bamselægelegene.

Bamsejournaler

Til hvert barn er der en bamsejournal. Heri findes et let overskueligt afkrydsningsskema, som kan være med til at bestemme bamsens sygdom. På den første side er der en række symptomer, og på den anden side skal børnene vurdere, hvor ondt bamsen har, samt hvor varm bamsen er. Dette er for at gøre det mere overskueligt for barnet. Til sidst kan der udfyldes, hvilke behandlingsformer bamsen har brug for.

På bagsiden af bamsejournalen findes en synstest. Til den kan synstestbrillerne, som hører med til Bamselægetasken, bruges.



Bamselægetasker

Læringspakken indeholder 30 bamselægetasker til uddeling blandt børnene. Bamselægetaskerne giver børnene de redskaber, de skal bruge for at være klædt på som bamselæger. Til Bamselægetasken er der medicinske instrumenter, som børnene selv kan lave, en bamsesjournal og en keyhanger med et bamselæge ID-kort.

Både tasker og instrumenter ligger i ark og skal trykkes ud og samles. På arket findes en cirkel, som er tænkt, som bunden af et stetoskop, da selve stetoskopet ikke kan fungere i pap. Ønsker I at lave stetoskoper med børnene, er der vedlagt en guide i dette hæfte.

På ID-kortet skrives børnenes navn, og det er op til jer, om børnene skal tegne sig selv derpå, eller om I vil printe billeder på forhånd, som børnene kan lime på. ID-kortet sættes i keyhangeren, som er udstyret med en klips bagpå, så den ikke udgør kvælningssfare.

Diplomer

Læringspakken indeholder 30 diplomer til uddeling blandt børnene, når de afslutter deres forløb med Bamselægetasken. Hensigten med diplomerne er at anerkende børnenes indsats og læring, og forhåbentlig gøre dem stolte over deres nye viden om kroppen, sygdom, sundhedsvæsenet og vigtigheden af god hygiejne.

Forældrefolder

Med læringspakken følger en forældrefolder, som har til formål at informere børnenes forældre om Bamselægetasken forud for, at I skal lege og lære med læringsmaterialet. Folderen forklarer formålet med Bamselægetasken og opfordrer forældrene til at støtte op om børnenes nye forståelse af kroppen, sygdom, sundhedsvæsenet og god hygiejne derhjemme, når I har leget og lært med læringsmaterialet. Heri er der desuden en opfordring til forældrene om, at børnene skal medbringe deres egne bamser, når I skal lege og lære med Bamselægetasken.

Plakat

Læringspakken indeholder 2 plakater, som kan hænges op i institutionen/på skolen. Formålet med plakaterne er at informere forældre om, at I skal lege og lære med Bamselægetasken. Plakaterne er designet til at skabe opmærksomhed om projektet og opfordre til støtte, så børnene kan lære om kroppen, sygdomme, sundhedsvæsenet og god hygiejne. Derudover er plakaterne designet, så der kan skrives dato for, hvornår forældrene skal hjælpe deres børn med at huske deres bamser.



Bamsejournaler, diplomer, farvelægningstegninger og forældrefoldere kan downloades på www.bamselægetasken.dk. Dette gør det muligt at genbruge læringspakken med andre børnegrupper ved at supplere med de ekstra materialer.

De seks læreplanstemaer til dagtilbud

Bamselægetasken er udarbejdet med henblik på at kunne integreres i institutionens arbejde med de seks læreplanstemaer til dagtilbud. Nedenfor belyses, hvordan materialet kan understøtte disse temaer.

Alsidig personlig udvikling

Med Bamselægetasken tilegner børnene sig viden og kompetencer, der ikke blot giver dem mere viden om kroppen, sygdomme, sundhedsvæsenet og god hygiejne, men også løfter dem personligt og alsidigt gennem af oplevelsen af succesfuldt at have tilegnet sig viden og kompetencer. I materialet lægges der op til dialog om emnet og til at inddrage og bygge videre på børnenes egen erfaringsverden. Her kan alle børn bidrage med deres kendskab til kroppen, sygdomme og sundhedsvæsenet, og gennem en variation af aktiviteter er målet, at alle børn kan deltage i et inkluderende læringsfællesskab omkring emnet. At opleve at kunne bidrage med egne erfaringer og refleksioner som en værdifuld del af fællesskabet samt at opleve at flytte sig læringsmæssigt skaber både selvværd og selvtillid.

Et forløb med Bamselægetasken kan fungere som et samlingspunkt for et lydhørt og medlevende socialt fællesskab, hvor det enkelte barn gennem forløbet oplever at være en del af en gruppe, hvor der samtidig er gode muligheder for at deltage og blive værdsat for sine egne bidrag både under samtalerne, om emnet og i de efterfølgende aktiviteter.

Børnene får mulighed for at bearbejde deres eventuelle bekymringer omkring at gå til lægen, på hospitalet eller i ambulancen gennem leg, og de lærer at forstå og håndtere egne følelser i forbindelse med sygdom og behandling.

Social udvikling

Læringsmaterialet giver mulighed for at samle børn og voksne omkring kroppen, sygdomme, sundhedsvæsenet og god hygiejne samt skabe et læringsfællesskab, der gennem materialets alsidige og inddragende udformning kan inkludere alle børn i børnegruppen. Herigennem styrkes børnenes sociale kompetencer og deres forståelse af sig selv som en vigtig del af et socialt fællesskab. Gennem rollespil lærer børnene at samarbejde, skiftes til at tale og tage hensyn til hinandens oplevelser og behov.

Materialet er udarbejdet med henblik på, at det skal være nemt at tage udgangspunkt i børnenes egen erfaringsverden og at tilpasse samtaler og øvelser, så det bliver meningsfuldt for alle børn at være med. Indhold og aktiviteter er tænkt som fleksible størrelser, der kan videreudvikles, så alle børn kan deltage ud fra deres særlige forudsætninger og kompetencer.

Under forløbet kan I som en naturlig del arbejde med de sociale kompetencer, som I synes er vigtige i jeres institution, som f.eks. at lytte til hinanden, række hånden op, vente på deres tur, hjælpe hinanden i øvelserne, tage aktiv del i aktiviteter og samtaler, vise omsorg for hinanden m.m.

Kommunikation og sprog

Dialogplancherne lægger op til kommunikation og dialog, og de fungerer til at styrke børnenes sprogforståelse. Planchernes rige illustrationer giver god mulighed for inddragende samtaler på mange niveauer. Der vil være elementer af ting og situationer, som børnene kender i forvejen, samtidig med at der skabes grundlag for at lære nye ord og begreber. Hvad er eksempelvis et stetoskop, en journal og et røntgenfoto?

Der er i materialet lagt vægt på, at der skal være god mulighed for at tage udgangspunkt i børnenes forforståelse og erfaringsverdener og herfra støtte barnets sproglige udvikling.

Både gennem arbejdet med dialogplancherne, sygdomskortene og bamsejournalen lægges der op til samtale, til at stille spørgsmål, lytte og vente på tur deres tur. Børnene får mulighed for at udtrykke bekymringer, både verbalt og nonverbalt, gennem legen med bamserne. Der lægges stor vægt på, at børnene selv får mulighed for at tale om emnet og det, de har lært, og med deres egne ord gøre emnet til "deres eget".

Krop, sanser og bevægelse

At tale om, hvordan man passer på sig selv, sygdomme, symptomer herpå og god hygiejne er med til at gøre børnene bevidste om deres krops muligheder og begrænsninger. Bevidstheden om, hvordan kroppen fungerer, skaber tryghed.

Børnene lærer desuden om sundhed, f.eks. hvorfor vi går til lægen, får vacciner og hvad der sker, hvis vi bliver syge.

Hæftet indeholder aktiviteter med leg og bevægelse, hvor hele kroppen og flere sanser bliver inddraget for at understøtte læringen om de forskellige emner. Materialet inddrager både "hoved og krop" ud fra en helhedsforståelse af læring med rig mulighed for at bruge materialet som afsæt for bevægelse og aktiviteter i institutionen.

Natur, udeliv og science

Børnene lærer om, hvad der foregår inde i kroppen, og de opnår dermed en overordnet forståelse af kroppen som et biologisk system.

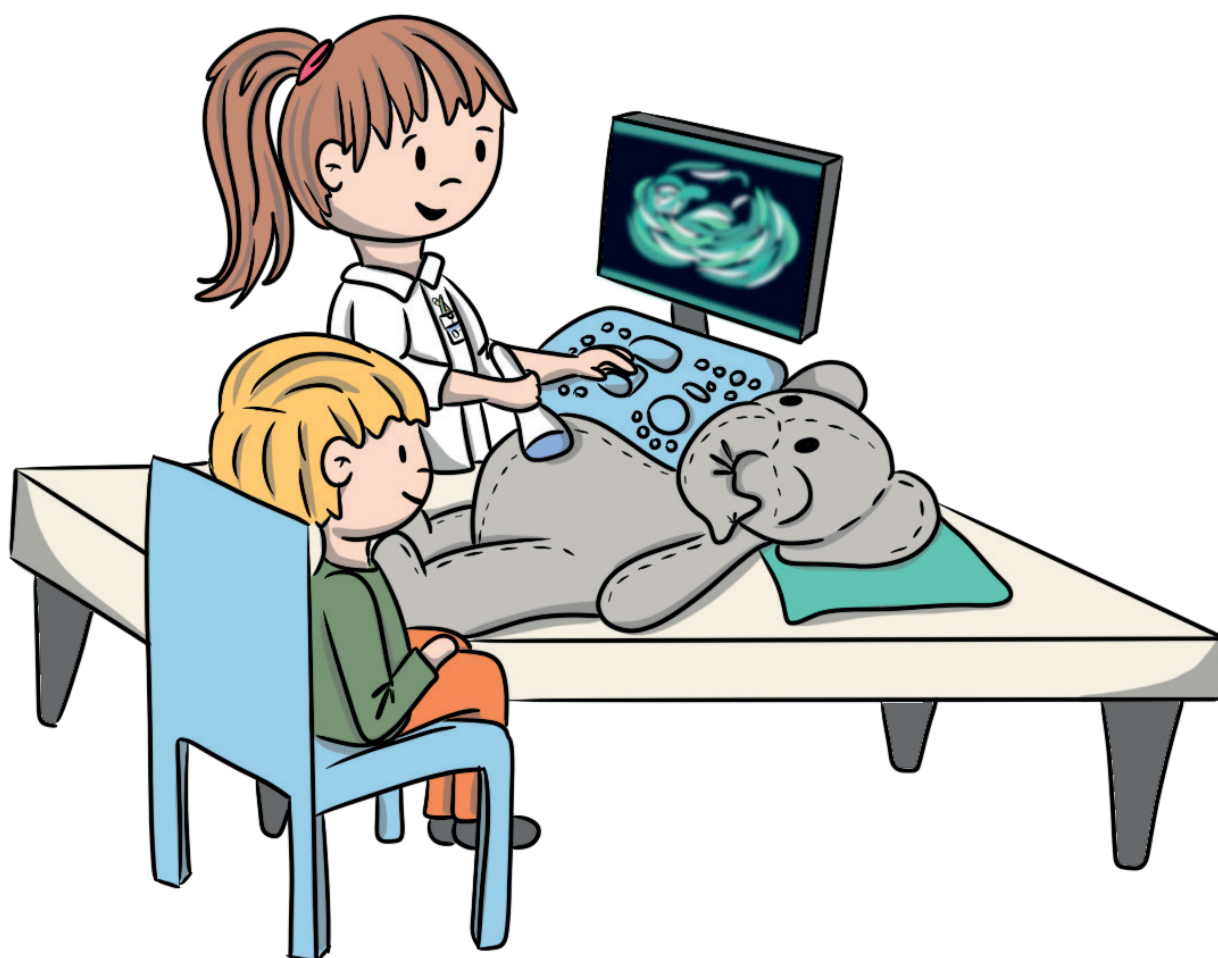
Der tales om forskellige lægevidenskabelige redskaber, hvordan de bruges og hvad de bruges til, så børnene får større viden herom, ligesom de får et indblik i, hvordan sundhedsvæsenet fungerer som en del af samfundet.

Kultur, æstetik og fællesskab

Legen med Bamselægetasken understøtter børnenes forståelse af sundhedsvæsenet som en vigtig samfundsfunktion og central del af vores kultur i Danmark.

Børnene får mulighed for at udtrykke sig kreativt gennem legen. De får mulighed for at lave deres egne stetoskoper, lave bamselægekort og farvelægge tegninger.

De skaber fælles fortællinger, deler ting fra deres eget liv og lytter til hinanden. Alt sammen noget, der styrke deres sociale relationer.



Børnehaveklassens Fælles Mål

I dette læringsmateriale kommer vi igennem flere forskellige områder inden for Undervisningsministeriets Fælles Mål, og kan derfor være med til at udvikle børnenes kompetencer på følgende områder:

Sprog

Bamselægetasken understøtter børnenes sproglige udvikling gennem dialog og fortælling. Ved at tale om kroppen, sygdomme, sundhedsvæsenet og hygiejne udvikler børnene deres ordforråd, lærer nye faglige begreber og øver sig i at lytte og vente på tur. Dialogplancher, sygdomskortene og bamsejournalen skaber rammen for dialog, hvor børnene får mulighed for både at stille spørgsmål og formulere egne tanker om emnet.

Matematisk opmærksomhed

Læringsmaterialet giver mulighed for at arbejde med grundlæggende matematiske færdigheder gennem leg. Børnene kan eksempelvis sammenligne bamsers temperatur på en skala fra kold til varm, tælle antal plastre eller vurdere smerteintensitet i bamsejournalen. Disse aktiviteter understøtter deres evne til at kategorisere, sammenligne og forstå mængder og størrelser på en meningsfuld og praksisnær måde.

Naturfaglige fænomener

Børnene får en grundlæggende forståelse af kroppen som et biologisk system og lærer om sundhed, sygdom og hygiejne. De undersøger, hvorfor vi går til lægen, hvordan vacciner virker, og hvorfor håndvask er vigtig. Samtidig får de kendskab til medicinske redskaber som stetoskoper og røntgenbilleder og lærer, hvordan de anvendes i praksis.

Kreative og musiske udtryksformer

Bamselægetasken giver børnene mulighed for at udtrykke sig kreativt gennem leg, tegning og rollespil. De kan lave deres egne stetoskoper, tegne på bamselægekort og farvelægge tegninger med temaer fra sundhedsvæsenet. Gennem rollespil som bamselæger udvikler de deres evne til at udtrykke følelser og tanker på en legende måde.

Krop og bevægelse

Læring gennem bevægelse er en vigtig del af Bamselægetasken. Børnene inddrager både krop og sanser, når de leger læge, undersøger bamser og leger legene, der hører til læringsmaterialet. De får en større kropsbevidsthed og forståelse for, hvordan kroppen fungerer, og hvordan de kan passe på sig selv.

Engagement og fællesskab

Materialet skaber rammerne for et inkluderende fællesskab, hvor alle børn kan deltage. Gennem rollespil og dialog lærer de at samarbejde, lytte til hinanden og tage hensyn til andres oplevelser og følelser. Når de sammen undersøger sygdomme, hjælper bamser og deler egne erfaringer, styrkes deres sociale kompetencer, og de oplever værdien af at bidrage aktivt til fællesskabet.

Lege til Bamselægetasken

Rolleleg: Bamselægen

Forberedelse:

Sørg for, at der er flere bamser klar til legen. Fold tasker, klargør de medicinske instrumenter klar og ID-kort og fortæl børnene om, hvad der skal til at ske. Forklar børnene, hvad forskellen mellem en sygeplejerske og en læge er. I kan evt. Tage udgangspunkt i dialogplanchen "Hos Bamselægen" inden legen. Tal desuden med børnene om vigtigheden af god hygiejne og håndvask/håndsprit i sundhedsvæsenet.

Forskellige stationer gøres klar. Der kan eksempelvis laves et venteværelse og flere sygeplejerske- og bamselægestationer.

Der uddeles forskellige roller til børnene. De skal deles op i bamselæger, bamsesygeplejersker og forældre til patienterne (bamserne).

Leg:

Når man går ind i venteværelset, skal barnet spritte sine hænder af. I arket med de medicinske instrumenter findes en flaske, der ligner en håndsprit. I venteværelset sidder forældrene med deres bamsebørn.

På skift kaldes forældrene og deres bamsebørn først ind til sygeplejerskerne. Sygeplejerskerne gennemgår den første side af bamsejournalen sammen med forældrene og bamsen. Når det er klaret, går forældrene og bamsen ud i venteværelset igen, og sygeplejersken gør klar til næste patient ved at vaske og spritte sine hænder.

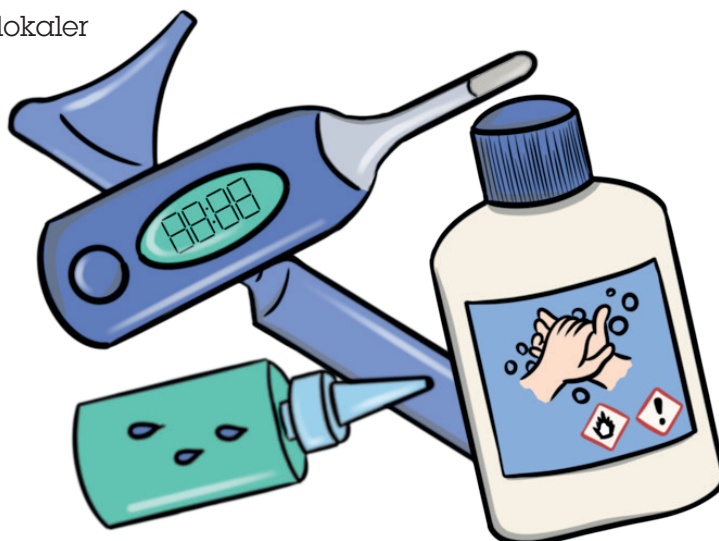
Derefter kommer forældrene og bamsen ind til bamselægen, som kigger den første side af bamsejournalen igennem, vurderer smerteniveau, måler temperatur og bestemmer, hvilken behandling bamsen skal have. Bamselægen vasker og spritter også hænder mellem hvert besøg.

Legen kan leges af flere omgange, så alle kan få lov til at prøve at være de forskellige roller. Husk, at der kan printes flere bamsejournaler, så legen kan leges lige så mange gange, som I vil.

TIP: Samme form for leg kan også leges med Bamsehospitalet. Her kan man inden legen lave scannere af papkasser, forberede senge, nogle kan være ambulanceførere osv., så man får en god hospitalsleg i gang.

Rekvisitter:

- Bamselægetasken med indhold
- Et defineret sted til venteværelse
- Borde/tæpper der definerer undersøgelseslokaler



Ambulanceredderens efterfølger

Forberedelse:

Tal med børnene om, hvad en ambulanceredders rolle er, og hvordan det altid er vigtigt at være opmærksomme på dem i trafikken og undgå at være i vejen for dem.

Tag bamselægetasken, og hvis I ønsker at gøre legen mere udfordrende, kan I bygge en forhindringsbane.

Forklar børnene reglerne for legen.

Leg:

Legen fungerer som "Kongens efterfølger". Børnene går på en række og kopierer ambulanceredderens bevægelser. Ambulanceredderen kan med fordel have bamselægetasken med. Gør legen mere udfordrende ved at lade børnene bevæge sig igennem en forhindringsbane. Efter et stykke tid vælger den voksne en ny ceredder, så alle børn får mulighed for at prøve rollen.



Rekvisitter:

- Bamselægetasken
- Evt. forhindringsbane-materialer (f.eks. kegler, balancebom og hulahopringe)

Ambulanceturen

Forberedelse:

Placér måtter eller andet, man kan stå på, i en rundkreds og gør musikafspiller og bamserne klar. Forklar børnene reglerne for legen.

Leg:

Børnene kører rundt som ambulancer i et afgrænset område ved enten at gå, løbe eller køre. Justér tempoet i de forskellige runder alt efter, om det er en ambulance, der kører hurtigt eller langsomt, eller på en vej med hump (Det kan gøre ved f.eks. at hoppe eller hinke). Brug evt. bamsen som rat eller til "forsigtigt" at ramme bamsen sammen med dem, de møder på deres vej. Sig som en ambulance sammen. Når musikken stopper, skal børnene skynde sig hen på en måtte i rundkredsen og hjælpe bamsen ved at løse den opgave, som den voksne stiller.

Eksempler på opgaver:

- Bamsen har øjenbetændelse (behandl bamsen ved at dryppe medicin i dens øje)
- Bamsens hjerte er stoppet (giv førstehjælp på bamsen på hjerte)
- Bamsen har feber (tjek om bamsen temperatur er for høj ved at måle med et termometer eller røre bamsen på panden og giv den en "pille" i munden)
- Bamsen har ondt i ørene (kig bamsen ind i øret)
- Bamsen har svært ved at trække vejret (rør ved det område, hvor lungerne sidder, som hjælper os med at trække vejret)
- Bamsen har ondt i maven, da den har spist for meget slik (rør ved det område, hvor tarmene sidder og slikket kommer igennem)
- Bamsen er svimmel (hold om armen og tag blodtrykket ved at presse)
- Brug evt. sygdomskort.

Rekvisitter:

- Musikafspiller
- Måtter
- Bamser
- Evt. sygdomskort

Travlt på hospitalsgangen

Forberedelse:

Tal med børnene om sygeplejerskers rolle og vigtigheden af dem. Det er dem, der går ind og ud ad døren til barnets stue for at hente de remedier, som skal bruges til behandlingen.

Lav to målstreger og læg hospitalsudstyr på den ene målstreg. Hvis I ønsker at gøre legen mere udfordrende, kan I sætte forhindringer op.

Forklar børnene reglerne for legen.

Leg:

Børnene skal være sygeplejersker og hente hospitalsudstyr ved at løbe, gå eller køre fra én målstreg til en anden. Den ene streg markerer start, hvor der ved den anden ligger alt hospitalsudstyr, som børnene skal hente. De må kun tage én ting ad gangen og tage det med tilbage til start. Legen kan både laves som en stafet eller med alle børn på samme tid.

For at gøre det mere udfordrende kan de voksne være fangere/forhindringer, som børnene skal forsøge at komme forbi. Der kan også stå forhindringer, som de skal forsøge at navigere udenom f.eks. bObles eller andet lignende.

Legen slutter, når alt hospitalsudstyret er hentet.

Rekvisitter:

- Hospitalsudstyr fra bamselægetasken, som sygeplejersker typisk ville komme ind med og som børnene kan genkende (f.eks. plaster/forbinding, sprøjter, medicin, termometer mm.)
- Sjippetove, kegler eller andet, hvis I ikke har linjer i gulvet
- Evt. fordringsbane-materialer (f.eks. bObles og kegler)

Ambulance-leg

Forberedelse:

Placér redskaberne, som skal bruges i legen og forklar børnene, at de skal hjælpe de tilskadede bamser og hvordan de skal gøre det.

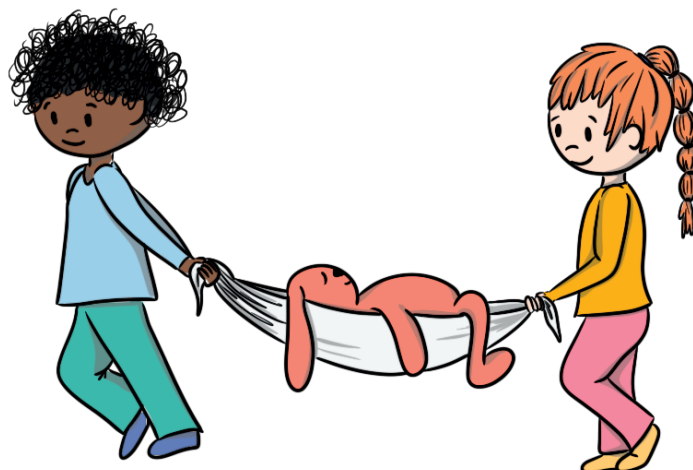
Leg:

Børnene skal rundt og hente de tilskadede bamser, der ligger spredt, og transportere dem sikkert til hospitalet. Find evt. på små historier undervejs f.eks. "Denne bamse er faldet ned fra et træ og har brækket sin arme" eller "Åh nej, bamsen har ondt i maven og kaster op".

De kan være sammen to og to og samarbejde om at strække et lagen/pudebetræk/tæppe eller andet ud (holde i hvert hjørne) og på den måde transportere bamserne ind på hospitalet, som markeres med f.eks. en pude, måtte eller hulahopring. De kan også bruge et rullebræt (evt. med snor i), som de selv kan trække eller en bakke, som de kan balancere bamsen på.

Rekvisitter:

- Bamser
- Noget, der kan virke som ambulancer (f.eks. lagner, pudebetræk, tæpper, bakker og/eller rullebræt)
- Et område, der markerer hospitalet (f.eks. en pude, måtte eller hulahopring)



Narkosen

Forberedelse:

Tal med børnene om narkose, og hvorfor personalet gør det.
Forklar børnene legens regler og giv fangerne noget på, som synliggør dem.

Leg:

Legen fungerer som "Ståtrold". Der vælges nogle fangere, som er sygeplejersker, der skal stikke børnene inden narkosen = søvnen. De bruger en udstrakt pegefinger som sprøjte. Når man bliver ramt af sprøjten (dvs. når man bliver ramt af fingeren), falder man i søvn og skal ned og ligge stille. De andre, som ikke sover, skal forsøge at behandle dem under narkosen, så de kan vågne op igen. Det gør de ved at røre dem et sted på kroppen, hvorefter de vågner op og kan fortsætte legen.

Rekvisitter:

- Evt. noget til at markere fangerne (f.eks. veste, bånd eller hatte)

Bamselægetasken

Forberedelse:

Tal med børnene om lægens rolle og vigtigheden af dem.
Tag bamselægetasken med alle de medicinske redskaber og sørg for, at alle har deres bamse.
Forklar børnene reglerne for legen.

Leg:

Den voksne udvælger et barn, som må trække et medicinsk redskab op af bamselægetasken. Barnet skal nu fortælle, hvad det er, og hvad lægen bruger det til. Hvis de ikke ved det, spørger man resten af børnegruppen. Børne skal derefter imitere behandlingen med redskabet på deres bamse. Herefter trækkes et nyt redskab op af et andet barn.

Rekvisitter:

- Bamser
- Bamselægetasken med medicinske redskaber, som lægen typisk ville bruge og som børnene kan genkende (f.eks. et stetoskop)

Lægen har tabt sine ting

Forberedelse:

Lav en forhindringsbane og læg/gem hospitalsudstyret på banen.
Forklar børnene reglerne for legen.

Leg:

Børnene skal igennem banen og hjælpe med at samle og finde én ting hver, som lægen har tabt. De kan udfordres ved at skulle ned at samle op, kravle op og hente eller tage hånden ned og rode. Brug f.eks. fiskenet eller andre sjove måder at samle tingene på.

Rekvisitter:

- Hospitalsudstyr fra bamselægetasken
- Alle mulige forhindringsbane-materialer



Rundt på behandlingsstuerne

Forberedelse:

Opstil små undersøgelses- og behandlingsstationer. Brug f.eks. måtter eller tæpper med de medicinske redskaber. Sørg for alle har en bamse, og forklar reglerne for legen og tal om de forskellige procedurer.

Leg:

Børnene skal hjælpe deres bamse med at gennemføre forskellige behandlingsprocedurer. De skal f.eks. lytte til bamsens hjerte med et stetoskop, tage en blodprøve, give den et plaster på et sår, måle bamsens temperatur, sætte forbindelse på bamsens brækkede arm, lægge den i narkose med maske (operation), måle blodtryk, lave en scanning/røntgenundersøgelse eller give medicin (lidt flydende væske i en lille kop eller piller).



Rekvisitter:

- Bamser
- Måtter eller tæpper som behandlingsbord
- Medicinske redskaber (f.eks. stetoskop, sprøjte, plaster/forbinding, maske, små kopper med lidt vand, piller, termometer mm.)
- Noget, som kan simulere en scanning/røntgenundersøgelse (f.eks. en bue, som bamsen kan komme igennem)

Rehabiliteringsbanen

Forberedelse:

Lav en forhindringsbane og sørg for at alle børn har en bamse. Tal med børnene om, hvad rehabilitering er, og hvad fysioterapeuter laver med deres patienter efter f.eks. en stor operation i benet.

Leg:

Børnene skal hjælpe deres bamse med at gennemføre en rehabiliteringsbane og agere fysioterapeuter. De skal f.eks. igennem en zigzag-bane med kegler, gå på en line (balancere på et sjippetov på gulvet), over små forhindringer (puder eller andet), kravle igennem en tunnel, kaste bamsen i en kurv eller noget andet. For at gøre det mere udfordrende kan de gennemføre banen med bamsen forskellige steder på kroppen: under armen, i strakte arme foran kroppen eller på hovedet. Derudover kan de prøve at se, hvor langt de kan komme uden 1 arm, 1 ben eller uden at kunne se, eller når man er rundtossed (drej flere gange rundt) ligesom patienterne på hospitalet.

Rekvisitter:

- Bamser
- Forhindringsbane-materialer (f.eks. kegler, sjippetove, puder, tunnel, kurve, hulahopringe og balancebom)

God håndhygiejne

Når man taler om sygdom og sundhed, er det vigtigt, også at komme ind på god håndhygiejne. Nedenfor er lidt inspiration til, hvordan man kan tale lære børn om god håndhygiejne, og hvordan man kan forklare det.

Hvorfor er håndhygiejne vigtig?

God håndhygiejne er vigtig, fordi vores hænder hele tiden kommer i kontakt med bakterier, virus og andre mikroorganismer. Når vi rører ved ting som dørhåndtag, mobiltelefoner, legetøj og endda hinanden, kan vi samle og sprede mikroorganismer.

Hvis vi der har rørt ved noget, der kan gøre os syge, og efterfølgende klør os i øjne, næsen eller munden, kan vi blive syge.

Hvornår skal man vaske hænder?

- Efter toiletbesøg
- Før og efter madlavning og spisning
- Efter at have hostet, nyst eller pudset næse
- Efter at have rørt ved dyr
- Når man har været udenfor, eller har rørt ved offentlige overflader
- Bamselæger (og almindelige læger) vasker altid hænder mellem hver patient

Hvordan vasker man ordentligt hænder?

1. Gør hænderne våde med rent vand.
2. Påfør sæbe og skum godt op - husk ovenpå hænderne, mellem fingrene og under neglene.
3. Skrub hænderne i mindst 20 sekunder (brug en vaske-hænder sang)
4. Skyl grundigt
5. Tør hænderne med et rent håndklæde eller lad dem lufttørre.

Har man ikke mulighed for at bruge vand og sæbe, kan man også bruge håndsprit, men det erstatter ikke håndvask, især ikke hvis hænderne er synligt beskidte.

Lege til håndhygiejne

For at lære børnene om god håndhygiejne, kan det være en god ting at lege nogle lege eller give dem konkrete eksempler, hvor de kan se forskellen på rene og beskidte hænder:

Glitterhænder

- Drys lidt (bionedbrydeligt) glitter på deres hænder og bed dem om at gnide dem sammen. Forklar, at glitteret repræsenterer bakterier.
- Bed dem om at prøve at få det af med bare at tørre hænderne – det virker ikke så godt.
- Lad dem derefter prøve med vand alene – stadig ikke helt rent.
- Endelig skal de vaske hænder med sæbe og vand – så forsvinder glitteret helt!
- Dette viser, hvordan sæbe og vand fjerner bakterier bedre end bare at skylle med vand. Syng en håndvaske sang imens.

Tip: På YouTube findes der flere forskellige film om, håndvaskesange og forklaringer om hvorfor det er vigtigt med rene hænder.



Håndvaske-boogie

Forberedelse:

Forklar børnene hvad man skal huske ved god håndvask.

Vælg en sang på cirka 20 sekunder

Leg:

- Del børnene op i grupper af 3-4 børn pr. gruppe. Nu har hver gruppe noget tid (f.eks.) 10 minutter til at opfinde en god håndvaske-dans, hvor hænderne bliver godt vasket.
- Når tiden er gået, skiftes børnene til at vise deres dans for de andre.

Magi med håndsprit og peber

Forberedelse:

Find skåle, vand, peber og håndsprit frem. Saml børnene om en skål eller giv dem en hver med peber i.

Leg:

- Fyld en skål med vand og drys peber på overfladen (peber repræsenterer bakterier).
- Bed et barn om at dyppe fingeren i vandet – peberet klæber sig fast.
- Nu dypper de en finger i håndsprit og rører vandet igen – peberet vil sprede sig væk fra fingeren, ligesom håndsprit bekæmper bakterier!

Rekvisitter:

Skål/skåle, vand, peber, håndsprit, noget til at tørre fingre i.

Håndsprit-superhelte

Lav en superheltehistorie, hvor børnene er helte, der bekæmper "de onde bakterier" med deres magiske håndsprit.

Leg:

- Fortæl en kort historie om, hvordan bakterier prøver at angribe, og kun de superhelte med rene hænder kan redde dagen.
- Demonstrér hvordan man bruger håndsprit, og lad herefter børnene prøve selv.

Historie I kan bruge:

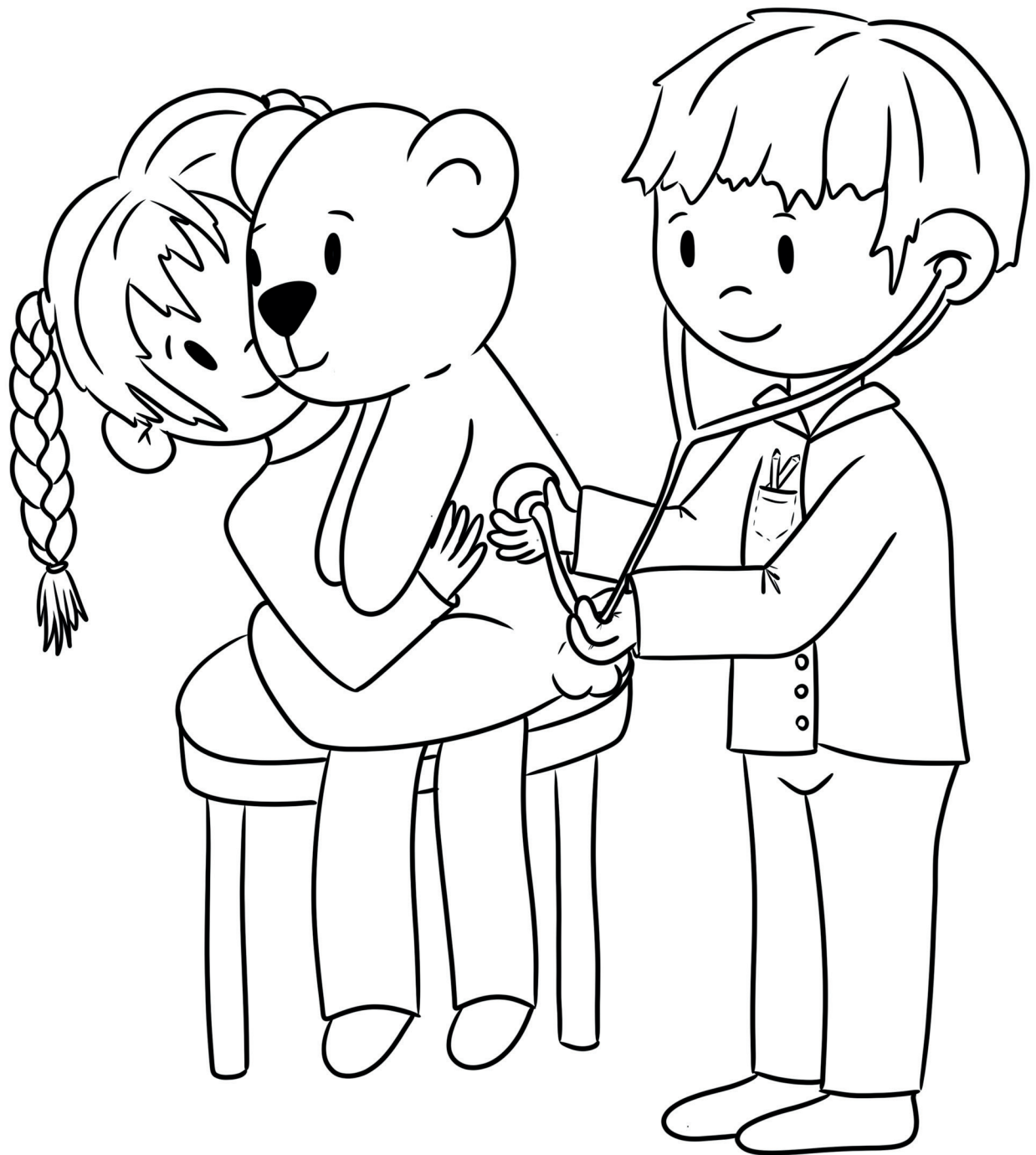
I en by, der ligner jeres egen, boede en gruppe børn, der var helt almindelige... eller det troede folk i hvert fald! For børnene havde en hemmelig superkraft. De var nemlig Håndsprit-helte!

Byen var i fare for de usynlige skurke – Snarvse-Slim, Bakterie-Bob og Virus-Vera – gemte sig overalt, og der var rigtig mange af dem. De kunne ikke ses, men de lå på lur på dørhåndtag, legetøj og endda på madpakken! Hvis nogen rørte dem og derefter gned sig i øjnene eller spiste uden at vaske hænderne, kunne skurkene gøre dem syge. Heldigvis var der noget, skurkene frygtede mere end alt andet: HÅNDSPRIT-KRAFTEN!

Superheltene vidste, hvad de skulle gøre. Hver gang de var i farezonen – efter at have leget udenfor, nyst, hostet eller rørt noget beskidt – kunne de tage deres magiske eliksir, håndspritten, på hænderne. "Snarvs og bakterier, skrid herfra! Vi er Håndsprit-heltene, I får os ikke i dag!" råbte de, mens de gned håndspritten ind på begge hænder – også mellem fingrene, på håndfladerne og endda på tommelfingrene.

Virus-Vera hylede. Bakterie-Bob løb væk. Snarvse-Slim smeltede væk som sne i solen!

Byen var reddet endnu en gang! Hver dag brugte Håndsprit-heltene deres kraft, så de kunne beskytte sig selv og deres venner. For en rigtig superhelt husker altid at holde hænderne rene og passe på andre mennesker!









NORDEA
FONDEN
Vi støtter gode liv



Sådan laver du dit eget lege-stetoskop

1

Start med at sno enderne af to piberensere sammen.



2

Sæt den tredje piberenser på ovenpå samlingen ved at lave en krog, og sno den fast.

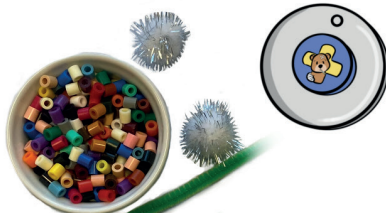


3

Sæt perler på fra alle tre sider. Lad ca. 5 cm være uden perler i enderne.



Du skal bruge:
3 piberensere
Rørperler
2 pomponer
1 rund papskive med hul i



4

Sno en pompon fast i hver ende af de første to piberensere.



5

Brug bunden af stetoskopet fra tryk-ud arket, eller klip en papskive med hul i.



6

Sno papskiven fast på den sidste piberenser.

