

SANSEREJSER

DELFINEN - pædagogisk vejledning

Afslapning og styrker selvværd



SANSEREJSENS FØLELSESMÆSSIGE FORMÅL

Delfinen er en fortælling, der først og fremmest giver barnet en spændende oplevelse under vandet.

Barnet får en ven i delfinen, og sammen drager de ud på eventyr.

Barnet møder et spændende nyt univers i godt og trygt selskab og mærker følelsen af glæde ved at være sammen med en ven, der holder af barnet, lige som det er.

God lytning.

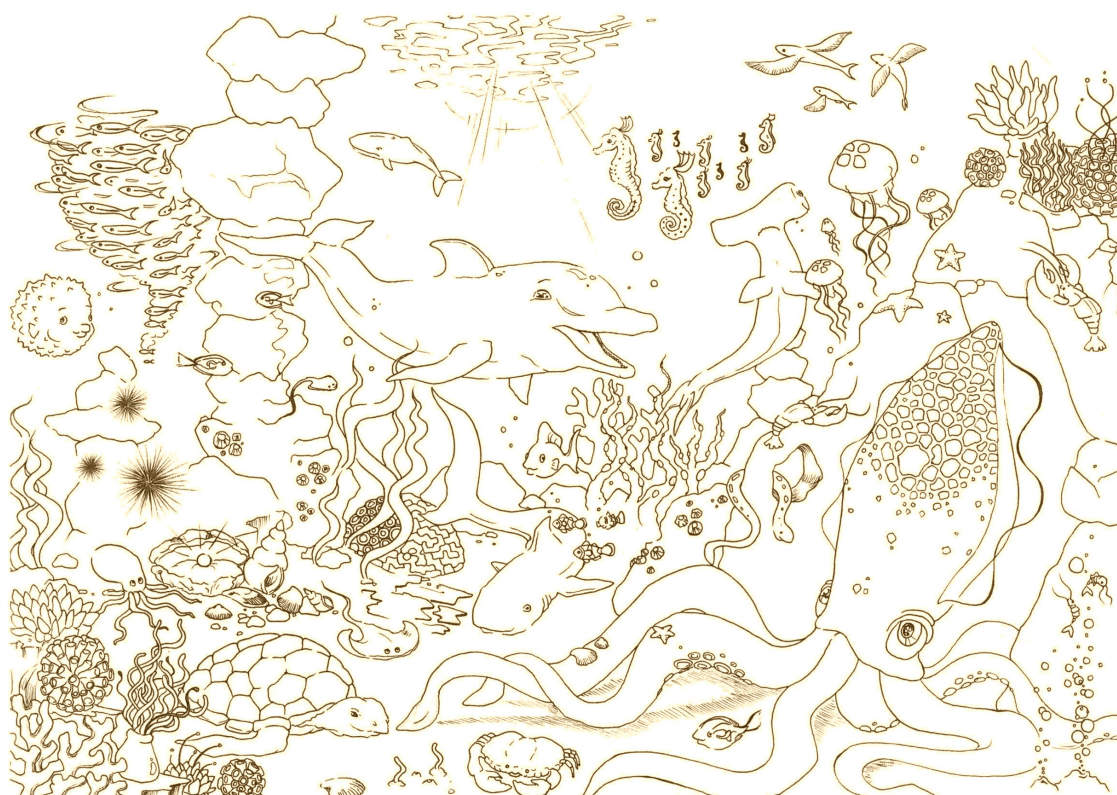
Tine og Søren

SANSEREJSENS KROPSLIGE FOKUS

Historien starter med en vejrtrækningsøvelse, der får barnet til at falde til ro og blive klar til at lytte til historien.

Vejrtrækningsøvelsen aktiverer barnets parasympatiske nervesystem, der beroliger barnet og får det til at slappe af.

Barnet vil føle sig afslappet, når fortællingen er slut. Sanserejsen er derfor rigtig god at falde i søvn til, men den kan også bruges som et hvil før en aktivitet eller som beroligelse ved en tilstand af ængstelse eller uro i barnet.



SANSEREJSER

DELFINEN

Afslapning og styrket selvværd



SPØRGSMÅL TIL BARNET EFTER SANSEREJSEN

- Hvad tænkte du, da du mødte delfinen?
- Hvad gjorde mest indtryk på dig under vandet?
- Hvad gjorde delfinen til en god ven?
- Hvordan kan du være gode venner for andre?
- Hvordan føltes din krop, mens du var under vand?
- Hvordan var det at opleve en ny og anderledes verden under vand?
- Hvordan var det at tage afsked med delfinen?
- Kunne du tænke dig en tur med delfinen igen en anden gang? Hvorfor / hvorfor ikke?
- Hvordan føles det i din krop, nu hvor du har hørt en Sanserejse?
- Hvornår er det rart/vigtigt at have denne følelse i kroppen?

SKAB EN VERDEN UNDER VAND

Tegn eller mal det, barnet ser under vandet. Klip det ud og sæt det op på en planche.

Lad barnet lave sin egen delfin, og bed ham forklare, hvad der gør lige netop denne delfin til en god ven.

Måske kan barnet fortsætte og fortælle, hvorfor delfinen synes, barnet også er en god ven.

Delfinen kan bruges som *vejrtrækningsven eller klistres op på planchen.

* Læs om vejrtrækningsvennen på Klatretræets pædagogiske vejledning.

