

Projekt Tryk Skolegang

Inspirationshæfte til læringscaféer



Indhold

- 3 **Indledning**
- 4 **Motiverende læring og dansk som andetsprog**
- 4 Motiverende læring
- 5 Dansk som andetsprog
- 6 **Det skal være trygt og sjovt at være med**
- 6 Tryghed og struktur - STROF
- 10 Ro, leg og samvær - Den Neurosekventielle Model for Terapi
- 11 **Forældreinddragelse**
- 14 **Trivselsunderstøttende aktiviteter**

Indledning

Dette inspirationshæfte er lavet til frivillige i læringscaféer i projekt "Tryk Skolegang for flygtningebørn". Inspirationshæftet kan dog også bruges i andre lektiehjælpsaktiviteter, hvor der er ønske om ny inspiration og et særligt fokus på trivsel.

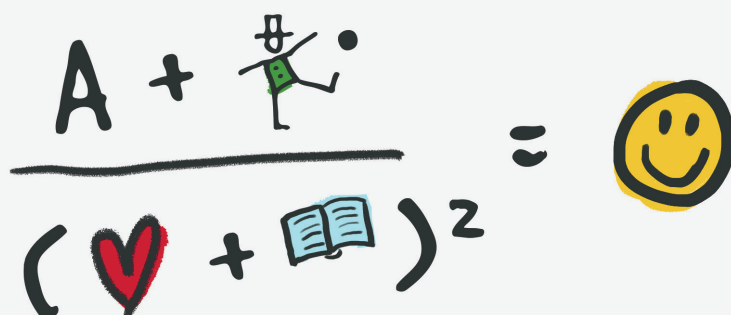
Læringscaféerne i projekt "Tryk Skolegang for flygtningebørn" tager udgangspunkt i en helhedsorienteret tilgang til læring, hvor børns trivsel og forældres engagement i deres børns skolegang betragtes som afgørende for børnenes læring og faglige udvikling.

Trivsel og overskud er forudsætning for at kunne lære nyt og koncentrere sig. Børn med flugtbaggrund lever ofte under svære vilkår, hvor usikkerhed, afsavn og eventuelle voldsomme oplevelser fra krig og flugt kan fylde i hverdagen og påvirke børnenes overskud til læring. Derfor er det særligt vigtigt at have fokus på trygge rammer, ro og trivsel i læringscaféerne. Dette inspirationshæfte giver inspiration til at skabe de rette trygge rammer og god trivsel for børnene, mens de får hjælp til at lave lektier og til at lære mere dansk. Nærvær, struktur, mentale pauser og forudsigelighed er her vigtige nøgleord.

Forskning viser, at forældres støtte og engagement i deres børns skolehverdag er vigtig for en god og udviklende skolegang. Når man ikke selv er vokset op i en dansk skolekultur, kan det gøre forældre usikre på, hvordan de bedst kan hjælpe deres børn i skolen i en dansk kontekst. I kan som frivillige være behjælpelige ved at give forældrene større viden om det at gå i skole i Danmark. Inspirationshæftet giver derfor også inspiration til, hvordan I kan opbygge en god og tillidsfuld relation til forældrene fx gennem forældrearrangementer eller lejlighedsvis forældrekafe i læringscaféen. Det vil kunne åbne for gode snakke om børnenes skole og lektier. Forældrearrangementer kan også hjælpe til at skabe et socialt netværk forældrene imellem. Det kan være en stor hjælp med et sådan netværk med andre forældre, når man er ny i Danmark.

Endelig giver inspirationshæftet inspiration til at give den bedste lektiehjælp til børn med et andet modersmål end dansk. Det giver fx ideer til, hvordan man kan sikre børnenes motivation, overvinde sprogbarrierer og prikke hul på svære lektier.

Projekt "Tryk Skolegang for Flygtningebørn" er støttet af Egmont Fonden og er et landsdækkende projekt i perioden 2023-25.



Motiverende læring og dansk som andetsprog

Hvad er lektier?

Lektier kan være opgaver, man ikke nåede at lave færdigt i skolen. Det kan være opgaver, som gives med hjem for at træne noget, der er gennemgået i skolen, eller opgaver der stilles, for at eleven kan lære at studere. Lektier kan være mange ting, og måden at hjælpe med lektier kan være mindst lige så mangfoldig. Som lektiehjælper er det vigtigt at forholde sig nysgerrigt og undersøgende til begge dele.

Det kan I fx gøre ved at I, som frivillige, overvejer og drøfter med hinanden, hvad lektier egentlig er. Hvad lægger I hver især i begrebet og, hvordan bliver man en god lektiehjælper?

Motiverende læring

Når børn har brug for hjælp til lektier, så er det ofte fordi, noget i skolen ikke er blevet forklaret på en måde, så barnet forstod det, eller fordi barnet har svært ved et fag eller en særlig disciplin. Når I skal støtte et barns motivation, kan det være en hjælp at undersøge, hvordan barnet forstår og arbejder med opgaver. I alle tilfælde er motivation for at lære afgørende.

Motiverende læring indeholder mange elementer. Her sætter vi fokus på: *målsætning, undersøgelse, nysgerrighed, samarbejde og forskellige læringsstile.*

Målsætning

Når I starter dagens læringscafé, er det en god ide, at hvert barn sætter et mål for, hvad det skal nå. Når målsætningen er realistisk, kan det være en motiverende faktor. I kan støtte børnene i at opsætte realistiske mål for dagens arbejde. Det er vigtigt at tage hensyn til barnets aktuelle dagsform og humør.

Undersøgelse

Undersøg hvad barnet ved. Du kan tage afsæt i følgende spørgsmål:

- 'Hvad hørte du, da I fik opgaven i skolen?'
– *Spørgsmålet undersøger, hvor udfordringen er.*

- 'Hvad har du lavet før, som lignede dette?'
– *Spørgsmålet undersøger barnets forhåndsviden.*
- 'Hvad kan det her bruges til i hverdagen eller i fremtiden?'
– *Spørgsmålet undersøger og afdækker, hvorfor det er vigtigt at lære det.*

Nysgerrighed

Nysgerrighed er en vigtig motivationsfaktor, der har betydning for, hvorvidt et barn ønsker at tilegne sig ny viden. Brug gerne alternative og praksisnære måder at støtte på, så barnets nysgerrighed pirres. Skal de fx lære at regne areal ud, kan det være sjovt at tegne det med kridt på gulvet eller på stort papir. Vær opmærksom på ikke at stille ledende spørgsmål, som barnet skal gætte svaret på. Fx: 'Tror du, at teksten er et eventyr?' Det kan let få nysgerrigheden til at forsvinde.

Samarbejde

Samarbejde er med til at støtte barnets egen læreproces. I kan, hvis det passer med alder og opgave, lade børnene arbejde sammen to og to, hvor de viser hinanden, hvordan de løser en given opgave eller træner fx læsning. Som lektiehjælpere kan I også selv være med og samarbejde med barnet om lektierne. Så bliver det et fælles projekt. Se konkrete aktiviteter og gode råd om samarbejde om lektier i afsnittet *trivselsunderstøttende aktiviteter* på side 14-21.

Alle lærer forskelligt

Helt afgørende er det, at alle har deres egen måde at forstå og lære på. Det betyder, at I som lektiehjælpere kan opleve, at det kan være nødvendigt at forklare den samme opgave på flere måder, hvis barnet har behov for det. I situationer, hvor det ikke lykkes for jer at forklare en opgave til et barn, så barnet forstår det, er det vigtigt at tage ansvaret på jer ved at sige til barnet, at det er jeres forklaring, som ikke er god nok. På den måde efterlades barnet ikke med en oplevelse af nederlag. Brug gerne hinandens kompetencer, ved at lade en anden lektiehjælper forklare opgaven til barnet.

Dansk som andetsprog

I jeres aktivitet vil I møde børn, som har dansk som andetsprog. Det vil sige, at de taler et eller flere modersmål i hjemmet og dansk i skolen. Vær opmærksom på, at børnene kan mestre både modersmål og det danske sprog på meget forskellige niveauer.

Det er altid en god ide at interessere sig for og være nysgerrig i forhold til barnets sprog. På den måde kan I vække barnets nysgerrighed og motivation for at lære mere dansk. I kan spørge til, hvad forskellige ting hedder på barnets modersmål. Det kan være helt almindelige ting, som er i lokalet: blyant, kop, glas, stol, bord osv. I kan evt. udvide med at spørge, hvad det hedder, når der er flere. Det kan også være hilsner: goddag, farvel, hej og almindelig præsentation, hvor I lærer at sige fx: 'Jeg hedder' 'Jeg er år.' 'Jeg bor i ... (by)' osv.

Mindsk sprogbarrieren – brug hjælpemidler

Billeder, tegninger og piktogrammer er hjælpsomt. Det er også en god ide at bruge *Google Translate* og appen *SayHi*, både for sjov, som en del af leg med sprog, men også så vigtige beskeder ikke går tabt. Det er godt, at børnene bruger deres modersmål. Det støtter deres selvværd, at deres modersmål anerkendes som vigtigt, og gør dem i stand til at sammenligne og være nysgerrige i forhold til sprogs forskelle og ligheder. Det kan også medvirke til at mindske oplevelsen af sprogbarriere hos både jer og børnene. I kan også benytte *Lexin*, som findes på nettet. Det er en interaktiv billedbog med tekst, billeder, lyd og animationer. Billedbogen er oversat til mange sprog.

Brug kropssproget og sprogliggør handlinger

Når I møder børn, som taler meget lidt dansk, er det altid en udfordring, fordi I dermed ikke deler et fælles verbalt sprog. I de tilfælde er det vigtigt at huske, at I kan sige meget med kropssprog, fagter og mimik. Det bliver måske ikke så nuanceret, som hvis det var med ord, men det har stor betydning at gøre det. Supplér gerne med små tegninger og billeder, og lad alt, hvad I gør med barnet få følgeskab af ord. Når børn skal lære sprog, har de behov for at høre det samme ord mange gange og i mange sammenhænge. Det er derfor vigtigt at sprogliggøre det, I laver med børnene fx: 'Nu sætter jeg lige et kryds i øverste venstre hjørne.' Samtidig med at det siges, vises et kryds, øverst vises, venstre vises og hjørne vises.

Ekstra materiale

I materialet '*Gråzonesprog – klar tale i lektiecaféen*', som er udgivet af undervisningsministeriet i 2014, findes mange gode råd og øvelser til lektiehjælpere, der møder børn med dansk som andetsprog i lektiecaféer. Hæftet kan findes ved at google: '*Gråzonesprog – klar tale i lektiecaféen*'

På *gratisskole.dk* findes en række materialer, som kan anvendes som ekstramateriale, hvis der er børn, som mangler noget at lave. Her findes også en række øvelser med de 120 hyppigst forekommende ord i det danske sprog, som er gode at kende, når man skal lære at læse på dansk.

Sproglige hjælpemidler

- Billeder, tegninger og piktogrammer,
- Google translate,
- SayHi,
- Lexin,
- Gratisskole.dk

Det skal være trygt og sjovt at være med

Trivsel og tryghed er afgørende, når man skal koncentrere sig og lære nyt. I det følgende vil du blive introduceret for to tilgange, der på hver deres måde bidrager til at skabe gode og trygge rammer i samværet med børn og tager højde for de børn, der har et uroligt nervesystem. Det drejer sig om STROF og Den Neurosekventielle Model for Terapi.

Tryghed og struktur - STROF

STROF er en socialpædagogisk metode udviklet af børnelægen Lars Gustavson. Lars Gustavson har udviklet modellen på rejser rundt i flygtningelejre forskellige steder i verden. Metoden sigter mod at støtte børns ressourcer og skabe en ydre ro, der kan give børnene et stabilt og trygt rum. Dette afsnit vil vise, hvordan I kan bruge modellen i jeres læringscaféer.

Navnet STROF er en forkortelse for:

- S** Struktur
- T** Tale og tid
- R** Ritualer
- O** Organiseret leg
- F** Forældresamarbejde

Tilgangen bidrager helt grundlæggende til at understøtte jeres tillidsfulde relation til børnene i caféen. Det er vigtigt for alle børn, men særligt for børn med flugtbaggrund at I som frivillige er nærværende, tydelige og stabile sammen med børnene. Det gælder også i situationer, hvor et eller flere børn optræder problematisk. Det er vigtigt, at I bevarer roen og viser børnene, at I gerne vil være sammen med dem.

S Struktur

Struktur handler i denne sammenhæng om, at I skal skabe sikkerhed og forudsigelighed i forhold til, hvad der skal ske i læringscaféen. Hvad må og kan børnene lave? Hvilken slags hjælp kan man få og hvor længe? Hvad skal man lave, hvis man kommer til at skulle vente osv.?

I kan skabe struktur ved at:

- Lave en plan på papir eller tavle over ovenstående, så det er tydeligt for alle, hvad der skal ske, og hvornår det skal ske. Det er vigtigt, at alle børnene kan se planen. Understøt gerne planen med tegninger/piktogrammer. Det kan være en støtte, hvis man ikke har lært dansk endnu. Se eksempel på side 7.
- Lav et sæt få, men tydelige regler for jeres samvær. I kan fx have en eller to regler, I som voksne har valgt. Fx at alle børn skal have noget med i læringscaféen, som de kan lave selv, hvis der skulle opstå ventetid, eller at læringscaféen er et arbejdsrum, og der derfor skal være ro (ingen løben rundt, høje stemmer o.lign.) Det er en god ide, at børnene også kommer med et par forslag til regler. Pas dog på, at der ikke bliver for mange regler. Det vigtigste er, at reglerne giver mening for børnene og for jer.
- Være tydelige. Det vil sige at alt, hvad der skal foregå, og hvad I forventer af børnene, bliver sagt højt. Også det I måske tager som en selvfølge.

T Tale og tid

Tale og tid handler om, at I giver jer tid til at tale med børnene, *hvis de har behov for det*. Nogle børn kan godt have behov for at fortælle om voldsomme begivenheder, de har oplevet. Hvis det sker, er det vigtigt, at de oplever, at I har tid til at lytte. Lad børnene selv styre samtalen. I skal ikke presse på, men være tilgængelige, hvis de har behov for at fortælle eller på anden måde udtrykke deres følelser. I kan i disse situationer lytte aktivt til børnenes fortællinger ved at kommentere på deres fortælling uden at spørge dybere ind. I kan for eksempel sige: 'Det lyder som en svær situation. Jeg kan godt forstå, at du blev bange'. Eller I kan sige: 'Det er jeg glad for, at du fortæller mig. Det kan jeg høre har været svært for dig'.

Børn med begrænset dansk sætter ikke nødvendigvis ord på tanker og følelser. De kan også være mindre vant til at tale om og dele følelser med andre. Derfor kan det også være gennem tegninger eller leg, at børnene udtrykker sig.

Program for i dag

• Velkommen 

• Lektietid $a^2 + b^2 = c$

• Pause 17:40-18



• Lektietid



• Tak for i dag



Husk

at indlægge
brainbreaks ved
behov. Se ideer til
brainbreaks på
side 16

Uanset om det er verbalt eller non-verbalt, er det vigtigste, at I er nærværende og empatiske. I bør som udgangspunkt ikke spørge videre ind til det svære, men lade barnet styre en eventuel samtale om svære følelser og situationer. Det kan være fint at stille spørgsmål til mere konkrete elementer i historien, for eksempel: 'Hvor var du henne, da det skete?' I må også gerne støtte børnene, ved at anerkende deres ressourcer i de situationer, de beskriver. For eksempel: 'Hvor var det godt, at du gjorde sådan'. Sådanne spørgsmål eller respons fra jer kan støtte barnet til at danne mening i det, de har oplevet. Mange gange kan det også være rigeligt, at I er der og møder børnene med et blik eller et smil. Børnenes beretninger kan nogle gange gøre stort indtryk. Hvis I oplever det, er det godt at forblive så rolige som muligt i situationen, altså ikke komme med forfærdede udbrud eller virke chokerede ved at gøre store øjne. Jeres ro vil smitte af på barnet. Efterfølgende kan det være en god ide, at tale med jeres medfrivillige eller en medarbejder i DRC Dansk Flygtningehjælp, så I også kan få bearbejdet det.

R Ritualer

Ritualer kan være en fast måde at starte læringscaféen på. Det kan være at samles i en rundkreds og tage tre dybe vejrtrækninger sammen og herefter lave en visuel plan for, hvad der skal ske i læringscaféen den dag. Planen skal være tydelig og synlig for alle. Det er ligeledes en god ide at have en fast måde at slutte af på, fx. at alle samles ved et bord til fælles farvel og besked om, hvornår I mødes næste gang. Det er afgørende for børnenes tryghed, at de altid ved, hvad der sker, når de møder op, og hvordan, der sluttes af, inden de skal afsted igen.

Et godt ritual er også at have en pause på samme tidspunkt hver gang. Det er vigtigt, at I deltager i denne pause, eller i hvert fald er til stede sammen med børnene. Pauser kan

virke kaotiske, og der kan let opstå konflikter, hvis børnene bliver usikre.

Ritualer kan også være markeringer af forskellige højtider, fødselsdage mv. Her er det vigtigt, at I tager afsæt i den aktuelle gruppe af børn og er opmærksomme på, hvilke højtider, de har tradition for.

O Organisering

Organisering betyder, at I som voksne organiserer alle aktiviteter så børnene ved, hvad de skal. Det er vigtigt, at der altid er en deltagende og tydelig voksen til stede til at hjælpe, hvis der opstår tvivl eller uoverensstemmelser. Det, at aktiviteten er organiseret af en voksen, er en stor støtte for børn, der har oplevet voldsomme ting, og som skal lære at håndtere hverdagen igen. Nogle børn, der har voldsomme oplevelser i bagagen, kan ikke overskue at deltage i aktiviteter og lege som andre børn, men skal lære det igen. Det gælder børn i alle aldre. Derfor er det også en god ide, at der i læringscaféen hver gang er aktiviteter, som medvirker til at træne og øge børnenes selvtillid, sociale kompetencer og trivsel.

F Forældresamarbejde

Et positivt forældresamarbejde har betydning for børnenes muligheder for at deltage i læringscaféen. Det har også betydning i forhold til at udvikle forældrenes forståelse for det danske skolesystem og deres muligheder for at støtte deres barns skolegang og evt. hjælpe med lektier. Det styrker hele familiens aktive medborgerskab og bidrager til børnenes integration i folkeskolens sociale og faglige fællesskaber. Derfor er det også vigtigt, at I som frivillige har en relation til forældrene. Mere om det under afsnittet om forældreinddragelse på side 11.

Struktur

Er at skabe forudsigelighed gennem ritualer og klare rammer.

Forældre-samarbejde

Er med til at styrke familiernes deltagelse og medborgerskab.

Tale og tid

Er at give plads til at tale om og vise det, der er svært.

Organiseret leg

Er at skabe klare regler og rammer, der gør det let for børnene at være med.

Ritualer

Er højtider, fejringer og gentagelser hver gang I mødes.

Ro, leg og samvær – Den Neurosekventielle Model for Terapi

I jeres læringscaféer kan I opleve, at børnene er urolige, ukoncentrerede, ikke vil deltage osv. I kan i de situationer få hjælp i den Neurosekventielle Model for Terapi, her kaldet NMT. NMT er en neurobiologisk tilgang. Man tager udgangspunkt i hvordan hjernen udvikler sig, og hvordan den påvirkes af stressende og voldsomme oplevelser.

Voldsomme begivenheder kan i alvorlig grad forstyrre det neurobiologiske system i hjernen. Når et menneske oplever en traumatisk hændelse, en voldsom begivenhed eller stresser over længere tid, sker der en ubalance i nervesystemet. *Amygdala*, som er det område i hjernen, der håndterer frygt og forsvarsreaktioner, vil sørge for at gøre kroppen klar til kamp eller flugt ved at udsende hormoner, som øger puls, vejtrækning og blodtilførsel til musklerne. Når faren er drevet over, udsendes andre hormoner, som får kroppen

til at slappe af igen og vende tilbage til normal tilstand. Ved voldsomme begivenheder eller længerevarende stress, kan der opstå en ubalance, der medfører, at signaler ikke sorteres rigtigt. Der kan opstå en forlænget alarmreaktion, som fastholder kroppens nervesystem i en permanent uro, som når man er i fare.

Denne uro i nervesystemet har negativ indflydelse på bl.a.:

- Hukommelse
- Koncentration
- Søvn
- Følelsesliv
- Indlæringssevne
- Aggressionskontrol

Når mennesker har et ubalanceret nervesystem, kan det komme til udtryk på forskellige måder. Noget af det I kan holde øje med og forsøge at afhjælpe, kan der ses eksempler

Hvad ser I?	Hvad kan I gøre/prøve?	Fokusområde
Uopmærksom. Svært ved refleksion. Svært ved regler. Svært ved at lære.	Samtale om hverdagsting. Fortælle historier. Spille memory-spil. Spille kortspil. Samtale om huske-strategier.	Læring Refleksion
Svært ved at afstemme sig i forhold til andre. Manglende situationsfornemmelse. Ukontrollerede følelsesudbrud. Reagerer negativt på krav. Hukommelsesbesvær.	Spille spil (altid med voksendeltagelse). Samarbejdsaktiviteter. Sanglege. Lytte til musik. Brainbreaks (Se ideer til brainbreaks i afsnittet 'Trivselsunderstøttende aktiviteter').	Relation Samspil Følelser
Virker træt. Uengageret, slap. Rastløs. Udmattet. I højt gear.	Vejtræknings- og afspændingsøvelser. Gå en tur, løbe (interval). Hoppe. Stopdans. Brainbreaks (Se ideer til brainbreaks i afsnittet 'Trivselsunderstøttende aktiviteter'). Lytte til musik.	Rytmask Roligt Musik
Meget uro. Koncentrationsbesvær. Sur, vred. Lytter ikke. Sveder, blusser. Trækker vejret hurtigt. Aggressiv	Sidde tavst ved siden af, bare være. Du trækker vejret roligt. Have noget, som kan dimes med: klæbemasse, risstofpose. Gå en tur. Gyngetur. Hoppe.	Rytmask Nonverbalt Regulering

Vi smitter hinanden med både ro og uro. Når I som frivillige oplever et barn, som fx er uroligt, vredt eller ked af det, kan I hjælpe det ved selv at fremstå roligt, fx ved ikke at afbryde barnet, tage et par dybe vejtrækninger, så barnet kan se det, sænke stemmевolumen og gøre stemmen blød.

Det er vigtigt at være klar over, at opgaven i jeres læringscaféer ikke er at løse problemet med eventuelle voldsomme eller traumatiske oplevelser og stress, men at skabe så gode forhold som muligt for børnene, når de er i læringscaféen.

Forældreinddragelse

Når forældre deltager aktivt i deres børns skole- og fritidsliv påvirker det børns trivsel positivt. Det giver sikkerhed og tryghed for børnene og øger deres potentiale for læring og udvikling generelt.

Nogle forældre har mindre erfaring med de læringsmetoder, som benyttes i Danmark. De kan have brug for, at I fortæller dem, hvordan jeres aktivitet er organiseret og forklarer dem, hvorfor der lægges vægt på trivsel og tryghed hos børnene. Her er det vigtigste argument, at det fremmer børns lyst til at lære.

Ved at invitere forældre til arrangementer i læringscaféen kan I opbygge en relation mellem dem og jer. Det er også en god ide at fortælle forældrene om jeres rolle i læringscaféen: At I er frivillige og er sammen med deres børn uden at få løn, fordi I har lyst. Det kan også lede til en snak om, at I har regler om, at børnene skal høre efter, hvad de voksne siger – fordi det også skal være rart for jer at være der.

Aktiviteter sammen med forældrene

Det er kun fantasien, der sætter grænser for, hvilke arrangementer og aktiviteter, I kan lave med både forældre og børn. Det kan være fællesspisning og et kom-til-kaffe-og-kig-hvad-vi-laver-besøg. Det er også en god idé at benytte særlige højtider som julehygge, fastelavn mm. Det skal give mening for forældrene at komme på besøg i jeres aktivitet, derfor skal I overveje, hvordan forældrene aktivt kan deltage, når de kommer. Det kan fx være, at I demonstrerer en let pause-aktivitet, hvor forældre og børn kan være med (se afsnittet 'Trivselsunderstøttende aktiviteter' for ideer til pause-aktiviteter på side 14-21).

Det kan være, at læringscaféen skal starte senere end sædvanligt de dage, I holder arrangementerne, hvis det muliggør forældrenes deltagelse. Det kan også være, at der er yngre søskende. Sørg for at lave aktiviteter, hvor de kan deltage, eller sørg for, at I er frivillige nok til, at de yngre søskende kan 'passes'.

Det er altid en god ide at byde på noget mad, hvis aktiviteten er om aftenen eller sent på eftermiddagen, så det ikke presser forældrene, at de både skal lave aftensmad og nå at deltage i jeres aktivitet.

Invitation til forældre-arrangement

Invitationen kan med fordel formuleres uden brug af ordet invitation, men mere som en opfordring, for netop at tilskynde forældrene til at komme. I kan fx skrive:

- Hej, kom og besøg os i læringscaféenosv.
- Kom og se os arbejde. Vi kan vise, hvordan du også kan hjælpe med lektier hjemme.....osv.
- Kom og drik kaffe med os.....osv.

Lav gerne en slags dagsorden, så forældrene er klar over, hvad der skal ske og ikke mindst, hvornår de kan gå igen.

Forslag til invitation:

Hej Natalyas forældre (mor/far)

Kom og få kaffe i læringscaféen (hvor det er)
på torsdag d. 11/5 kl. 15.00

- Vi vil vise, hvordan vi laver lektier.
- Vi regner lidt sammen med jer
- Vi skal lege en leg, man lærer af
- Vi vil fortælle om et kursus for forældre

Vi drikker kaffe og spiser kage indtil kl. 16.00

Venlig hilsen Anne og Henrik

Det er en proces

Når I skal inddrage forældrene og invitere dem til arrangementer, så er det vigtigt at huske på, at det er en proces. Det er ikke sikkert, at forældrene lige med det samme kan se formålet med deltagelse og samarbejde. Bliv ikke skuffede, hvis der ikke kommer mange de første gange. Men bliv glade for dem der kommer og bliv ved med at invitere indenfor.

Hej Natalyas forældre (mor/far)

Kom og få kaffe i læringscaféen

(skriv hvor det er)

på torsdag d. 11/5 kl. 15.00

- Vi vil vise, hvordan vi laver lekfier.
- Vi regner lidt sammen med jer 😊
- Vi skal lege en leg, man lærer af
- Vi vil fortælle om et kursus for forældre

Vi drikker kaffe og spiser kage indtil kl. 16.00

Venlig hilsen Anne og Henrik

Når I først har fået etableret en kontakt til forældrene, kan det være en ide at lave en fælles kommunikationsplatform, der er let for jer og dem at bruge. Det kan være en fællesgruppe i 'WhatsApp' eller på 'Facebook'. Det er vores erfaring, at forældrene følger med i sådanne grupper, men ikke altid svarer. Så manglende svar er ikke nødvendigvis tegn på, at forældrene ikke bruger og har glæde af de informationer, I sender dem.

Skab relationen

Hjemmebesøg har vist sig at give gode resultater, fordi de enkelte forældre får mulighed for at tale om det, som de er optaget af i forhold til at støtte deres børns læring. Det er også lettere at få skabt en god relation til forældrene, når I møder dem på deres hjemmebane. Ved sådanne møder kan I få lavet en forventningsafstemning med forældrene: hvad er det de gerne vil have fra jer? Og kan I tilbyde det? Og hvad forventer I af forældrene? Fx at de deltager i arrangementer. Og kan de det?

Hvis I tager på hjemmebesøg, er det altid en god ide at være to frivillige afsted.

Forældreforløb

Forældrene til børnene i læringscaféen inviteres til et forældreforløb, bestående af to forældreaftner, af DRC Dansk Flygtningehjælp. Forløbet afholdes af en peer-to-peer-frivillig og en fagperson på børne- og skoleområdet. Det er altså ikke jer frivillige i læringscaféen, der skal stå for disse forældreaftner. Forløbet har to mødegange. Her får forældrene mulighed for dels at få viden om og dels at drøfte forhold omkring deres børns skolegang i Danmark.

De overordnede temaer for forløbet er sat på forhånd, for at skabe en meningsfuld ramme:

1. Generel viden om og spørgsmål til det danske skolesystem, herunder fx brug af Aula
2. Hvordan støtter jeg mit barns skolegang og lektielektielæsning?
3. Skolehjem samtaler og forældresamtaler, hvorfor er det vigtigt, og hvad kan I bruge dem til?

Men der er også lagt op til, at forældrene selv kan sætte deres præg på forløbet med det, de føler, de mangler viden om, og det der optager dem i forbindelse med deres børns skolegang. Det er en stor hjælp, hvis I i jeres løbende kontakt med forældrene får indsigt i, hvilket indhold, de gerne vil have på forløbet. Så kan vi tilrettelægge forløbene i overensstemmelse hermed.



Trivselsunderstøttende aktiviteter

Trivsel er en vigtig forudsætning for læring. I jeres læringscave kan I understøtte børns trivsel ved at holde en klar struktur i jeres aktivitet. Det er vigtigt at indlægge små pauser for børnene, hvor fokus ikke er på lektierne. I pauserne er strukturen også vigtig, for en pause er ikke lig med fri leg. Pauserne skal i stedet bruges som pusterum, hvor man sætter gang i kroppen, nervesystemet eller hjernen på en anden måde. Aktiviteterne kan være af kortere eller længere varighed.

I det følgende, er der forslag til aktiviteter, der er gode at bruge i en læringscave. Nogle af aktiviteterne er pause-aktiviteter, andre kan med fordel bruges i forbindelse med lektielæsningen. Ved hver aktivitet beskrives formålet med aktiviteten.

Vær opmærksom på

- Alle øvelser og aktiviteter instrueres af jer.
- I skal altid selv demonstrere og deltage.
- Kort- og brætspil kan både spilles med støtte eller deltagelse fra jer eller af børnene alene, hvis de alle kender spillet.
- Hver gang man vil holde en pause ved at lave en øvelse, er det vigtigt at sige, hvad der skal ske nu, og hvad man skal bagefter. Fx 'Nu skal vi lave en lille øvelse for at hjælpe vores koncentration, så nu rejser vi os lige op'. 'Nu er øvelsen slut, så alle kan gå tilbage og fortsætte med det, I var i gang med'.

Alle aktiviteter kan bruges uanset alder.

LÆR HINANDEN AT KENDE

Find en makker

Formål: At lære hinanden at kende, skabe tryghed i gruppen, styrke oplevelse af fællesskab.

Instrueres således: Gå imellem hinanden, uden at røre ved nogen, på signal fra mig, finder I sammen med en makker: sig goddag, sig dit navn og noget, du godt kan lide at lave, byt og hør makkeren. Ræk hånden op, når I er færdige. Når jeg siger til, så går I igen rundt mellem hinanden, som før, og når jeg siger til, finder I en ny makker og gør som før.

Gentag til alle har hilst på hinanden.
Tak gruppen, når I er færdige.

Navneleg med bold eller ærtepose

Formål: At lære hinanden at kende, skabe tryghed i gruppen, styrke oplevelse af fællesskab.

Instrueres således: Stå i en rundkreds. Start selv, sig dit navn: 'Jeg hedder Z', kig på den, der kastes til og kast. Den der modtager bolden siger sit navn, kigger på og kaster til en ny. Legen fortsættes til, alle har præsenteret sig.

Legen kan udvides med en runde to, hvor den første siger sit navn og derefter navnet på den, der kastes til. Hvis man ønsker at kaste til en, men ikke kan huske navnet, så spørger man, inden man kaster:

Kaster: 'Hvad hedder du?'; *Modtager:* 'Jeg hedder X.' *Kaster:* 'Jeg kaster til X'

BRAINBREAKS

Brainbreaks er gode, hvis der er uro, og der er behov for at falde til ro, eller hvis I oplever mangel på energi eller koncentration hos børnene.

Ryste-ryste-ryste

Formål: Grounder, løsner muskler og spændinger, beroliger nervesystemet.

Instrueres således: Alle står op (bag stolen, i en klump, eller i rundkreds) Stå med lidt afstand mellem fødderne, bøj i knæene, slap af i hele kroppen, ansigtet, kæben osv. og ryst kroppen op og ned (1-2 min.) Stands langsomt og slut af med en dyb vejrtrækning.

Krydsbevægelse

Formål: Skaber balance. Øger koordination og koncentration.

Instrueres således: Stå op. Bøj kroppen let forover. Bøj højre knæ og rør det med venstre hånd, skift – bøj venstre knæ og rør det med højre hånd, skift - bøj højre knæ og rør det med venstre hånd. Fortsæt i glidende bevægelser, evt. til musik.

Balance

Formål: at skabe ydre og indre balance, øger koncentration

Instrueres således: Stå op. Sæt venstre hæl let ovenpå højre fods vrist (husk at vise det og forklare hæl og vrist, højre og venstre) Hold balancen. Hvis det er svært, så støt til en stol. Stå et halve minut og byt, så det bliver højre hæl på venstre vrist.

Øre-motion

Formål: at øge opmærksomheden

Instrueres således: Stå eller sid. Med tommel og pegefinger tages fat øverst på (egne) ører. Træk let ud i ørene og masser hele vejen ned langs ørerne til øreflipperne. Gentag 4-5 gange.

SAMARBEJDE

Øvelserne er gode til at styrke fællesskabet i gruppen og styrke oplevelsen af at være del af et fællesskab. De er især gode, hvis en gruppe skal rystes sammen, fx hvis et nyt barn starter eller bare for hyggens skyld.

Faldskærmsleg

Formål: Er god at lave for at skabe sammenhold og forståelse for hinanden.

Brug en faldskærm, eller man kan bruge et lagen. Øvelsen kræver god plads til, at alle deltagere kan holde fast i faldskærmen og svinge armene op og ned.

- Læg faldskærmen ud på gulvet
- Fordel deltagerne regelmæssigt rundt om faldskærmen og bed dem tage fat i den, så den bliver strakt ud.
- Bed dem nu hæve og sænke armene, så faldskærmen danner forskellige bølgeformationer. Start gerne langsomt og så hurtigere og hurtigere.
- Efter at have dannet en masse bølgeformationer med faldskærmen skal en eller to deltagere ad gangen stille sig ind under faldskærmen, de øvrige lader langsomt faldskærmen dale ned over personen under faldskærmen. En af jer frivillige sørger nu for, at alle deltagere får mulighed for at komme under faldskærmen. Til slut kan alle deltagere stille sig under faldskærmen samtidig.

Udvid øvelsen ved at lægge en blød bold midt på laget. Nu gentages øvelsen, som beskrevet, bolden kan trilles eller hoppes rundt på laget, men må ikke falde på gulvet.

Badebolden

Formål: at have det sjovt sammen, skabe flow.

Er god at lave, hvis der er uro i gruppen eller hvis en gruppe skal rystes sammen.

Kræver plads.

Alle står i en rundkreds. En oppustet badebold (alternativt en ballon) skydes ud i kredsen. Herfra gælder det om at hjælpe hinanden med at holde badebolden i luften. Man kan evt. tælle, hvor mange slag man når op på, før badebolden rammer gulvet.

Tømmerflåden

Formål: øver koordination og forståelse for hinanden.

Er god at lave for at genvinde koncentration eller for at træne koncentration og koordination.

Lav en rektangulær firkant på gulvet, med en genstand i hvert hjørne. Gruppen deles i to, med minimum en frivillig på hvert hold. Rektanglen på gulvet, er en tømmerflåde. Det gælder om at forhindre tømmerflåden i at kæntre. Det gør I ved at starte med at fordele jer sådan, at den ene gruppe stiller sig i 'tømmerflådens' ene hjørne og den anden gruppe stiller sig diagonalt overfor, i 'tømmerflådens' modsatte hjørne. Nu er det vigtigt at bevæge sig langsomt, så alle kan følge med. Et af holdene bevæger sig (uden at sige noget) mod midten af 'tømmerflåden', det andet hold følger med, på deres side af 'tømmerflåden', så den ikke kæntrer. Sådan bevæger holdene sig rundt, så længe I synes, eller indtil 'tømmerflåden' kæntrer.

Bemærk: ordene med streg under kan kræve en forklaring. Giv forklaringen uden at spørge om børnene ved, hvad ordene betyder.

Byg en statue

Formål: at forstå sig selv i forhold til andre, træne motorik, tænke kreativt og anerkende de andre.

God at lave for at understøtte det boglige med kropslig udfoldelse, kan bruges som opstart (særligt når børnene kender øvelsen), og hvis der er brug for ny energi i gruppen.

3-4 børn i hver gruppe + en af jer, hvis det passer med, at der er en voksen i alle grupper. Hvis det ikke passer, så går i rundt og hjælper grupperne i stedet.

Hver gruppe skal nu lave en statue. Statuen skal stå på byens torv, ude i skoven, nede ved stranden, på et skib eller lignende. Det sted, I vælger, skal afspejles i statuen, og I skal angive for hver gruppe, hvad I vil have, gruppen laver. Fx:

Torvet: En hest, der drikker vand, hesten bliver holdt af en rytter.

I skoven: Et træ, der blæser i vinden, mens en skovhugger er ved at fælde det.

Ved stranden: En hval er skyllet op på stranden, og en fisker er ved at undersøge den.

På et skib: Kaptajnen står ved roret i stormvejr, mens en matros fejer vand væk fra dækket.

Børnene skal nu sammen lave en statue (altså som står stille), alle skal have fysisk kontakt med/røre ved hinanden.

Når de har lavet deres statue, skal de huske deres opstilling og række hænderne i vejret som signal til, at de er færdige. Alle venter til, at alle er færdige, og så er der udstilling. På skift viser grupperne deres statue for hinanden, og tilskuerne klapper.

De første gange tager det lidt tid, men efterhånden, som børnene lærer øvelsen at kende, behøver det ikke tage mere end 10 min.

AFSPÆNDING

Kropsscanning

Formål: at slappe af og berolige nervesystemet

Er god at lave, hvis der er børn med uro, eller børn, som har svært ved at koncentrere sig. Kan også bruges, hvis der har været konflikt, eller nogen har været kede af det, eller bare fordi det er rart.

Instruktion: Sid godt på stolen. Luk øjnene, hvis det føles rart, eller bare kig ned på dine ben. Læg dine hænder på lårene. Tag en dyb vejrtrækning. Lad nu dine fødder blive tunge og slappe af (*Lille pause*) gør dine ben tunge (*Lille pause*) gør dine lår og bagdel tung (*Lille pause*) mærk din ryg mod ryglænet, og mærk at den slapper af (*Lille pause*) gør bryst og mave tungt (*Lille pause*) gør hovedet tungt, slap af i panden og i kæben (*Lille pause*) sid et øjeblik og slap af og lyt til lydende i rummet eller udenfor (*Lille pause*) vip nu lidt med fødderne, bevæg ben og hænder og åben så langsomt øjnene. Velkommen tilbage. I må gerne strække jer og gabe (*gør det også selv*).

Vejrtrækning

Formål: At få kontrol over eventuel uro i kroppen, at afspænde.

Er god at lave som opstart på jeres aktivitet, som afslutning, som lille pause, hvis koncentrationen svigter, eller hvis en opgave har været rigtig svær.

Instruktion: Sid godt på stolen. Luk øjnene, hvis det føles rart, eller bare kig ned på dine ben. Læg dine hænder på lårene. Tag en dyb vejrtrækning, helt ned forbi navlen og pust langsomt ud (*Lille pause*) En gang til, dyb vejrtrækning, og pust langsomt ud (*Lille pause*) Sidste gang, dyb vejrtrækning, og pust langsomt ud. Åbn øjnene – tak skal I have.

I ØVRIGT

Kortspil og brætspil, farve mandalaer, lægge puslespil, lægge kabale, lave sudoku eller kryds&tværs.

Gode aktiviteter, hvis der er et tidspunkt, hvor børnene ikke lige ved, hvad de skal. Det er vigtigt at sikre sig, at aktiviteten er kendt af børnene, ellers er det nødvendigt med støtte fra jer.

Gynge & Trampolin

Hvis der er adgang til gynge og trampolin, kan det anbefales at bruge dem til afkobling fra bøgerne. Begge dele medvirker til at grounde og berolige nervesystemet.

Samarbejde om lektier

Børnene kan nogle gange også hjælpe hinanden med lektier, eller træne noget, de skal blive bedre til. Fx:

Læsepar

Kan bruges til alle fag, da der i alle fag findes tekst på mange forskellige måder.

Sæt børnene sammen i par, så de enten passer i alder, læseniveau eller er venner (venner har ofte stor tålmodighed med hinanden).

I skal som frivillige sikre jer, at børnene har forstået, hvad de skal og kan gå i gang med opgaven.

Fx kan det være, at I skal forklare ordet *genre*. Altså forklare, hvilken slags tekst, det er (eventyr, artikel, digt osv.)

Bliv ved børnene, mens de starter opgaven, og lad dem så arbejde selv, når I har set, at de kan.

Lad dem arbejde lidt selv og spørg til, hvordan det går efter et stykke tid.

Instruktion

- Kig på teksten sammen og undersøg, hvad det er for en tekst /genre/fag.
- Find svære eller mærkelige ord, skriv dem op på et stykke papir.
- Prøv at slå ordenes betydning op eller spørg en voksen.
- Del teksten op i mindre stykker.
- Læs højt for hinanden på skift (hjælp hinanden). Den ene læser, og bagefter genfortæller den anden det læste.

Vær opmærksom på, at de yngste børn skal have opgaven delt op eller have en del hjælp, inden de kan selv. Det kan godt kræve, at I lader dem arbejde på denne måde flere aktivitetsgange i træk.

Metoden egner sig ikke til de børn, som er nye i det danske sprog.

Opgavepar

Kan bruges i alle fag.

Sæt børnene sammen i par, gerne fra samme klasse, så de begge kender opgaven. I kan også lade dem arbejde sammen således, at hvert af de to børn har en opgave med, så de arbejder med en opgave ad gangen.

I skal sikre jer, at mindst en i makkerparret kan læse.

Gennemgå metoden, hvad er det, de skal? Vær sikre på, at de har forstået.

Bliv ved parret, mens de starter op, og lad dem så arbejde selv, når I har set, at de kan.

Lad dem arbejde lidt selv og spørg til, hvordan det går efter et stykke tid.

Instruktion

- Læs opgaven igennem sammen.
- Var der svære ord, spørg en voksen
- Tal om, hvad der stod, var der billeder, figurer, eller andet med opgaven? Hvad skal det bruges til?
- Hvad skal man gøre i opgaven, og hvordan vil I starte?
- Husk at spørge, hvis der er tvivl.

Vær opmærksom på, at de yngste børn skal have opgaven delt op eller have en del hjælp, inden de kan selv. Det kan godt kræve, at I lader dem arbejde på denne måde flere aktivitetsgange i træk.

Metoden egner sig ikke til de børn, som er nye i det danske sprog.

Anvendt litteratur og hjemmesider

Bruce Perry og Maria Szalavitz(2019) 2. udgave: *'Drengen der voksede op som hund'*, Hans Reitzels Forlag

Dansk Flygtningehjælp (2020): *'Manual 2020, Mindspring for børn'*, Mindspring Kompetencecenter, DRC

DRC Dansk Flygtningehjælp (2020): *'Håndbog, Leg og læring – klubber for flygtningebørn'*, DRC

DRC Dansk Flygtningehjælp (2020): *'Aktivitetskatalog, Leg og Læring – klubber for flygtningebørn'*, DRC

DRC Dansk Flygtningehjælp (2022): *'Håndbog, Børn med flugtbaggrund i daginstitution og skole'*, DRC

Undervisningsministeriet (2014): [Gråzonesprog - Klar tale i lektiecafeen | Børne- og Undervisningsministeriet \(uvm.dk\)](#)

Edith Montgomery, Jette Thulin mf. (2017): *'Flygtningebørn i skolen'* kap. 2 og kap.4, Dafolo

Erich Ballinger(2002): *'Hjernegymnastik – bevægelseslege der gør det lettere at lære'*, Agertofts Forlag

DRC Dansk Flygtningehjælp: *'Børnebeskyttelse i det frivillige arbejde - drc.ngo/frivillig'*

DRC Dansk Flygtningehjælp: <https://frivillig.drc.ngo/for-dig-der-er-frivillig/materialer-til-aktiviteter/materialer-til-lektiehjaelp>

Inspirationshæfte til læringscaféer

Udgivet af: DRC Dansk Flygtningehjælp

Ansvarshavende redaktør: Helle Hørup, DRC Integration

DRC Dansk Flygtningehjælp
Borgergade 10, 3. sal
1300 København K
Telefon: 33 73 50 00

Udgivelsen er gratis og kan hentes på frivillig.drc.ngo

© 2022 Alle rettigheder forbeholdes. Mekanisk, fotografisk, elektronisk eller anden gengivelse af dette hæfte eller dele heraf er tilladt med gengivelse af kilde

Layout og illustration: torsdag.graphics
Oktober 2023





DRC Dansk Flygtningehjælp blev grundlagt i 1956. Vi er en af de få NGO'er, som har speciale i at hjælpe fordrevne og mennesker på flugt. Vi er samtidig Danmarks største og en af verdens førende NGO'er.

Vi er til stede i 40 lande verden over. Her arbejder vi hver eneste dag for at beskytte flygtninge og fordrevne. DRC Dansk Flygtningehjælp støtter flygtninge og internt fordrevne hele vejen. Både under krisen, i eksil, under bosættelse, med integration i et nyt land og fortsat efter hjemkomst.

Vi yder akut nødhjælp og beskyttelse, der redder liv. Vi støtter flygtninge og internt fordrevne, så de kan klare sig selv og blive inkluderet i de lokale samfund. Her arbejder vi tæt sammen med både civile, foreninger, myndigheder og andre NGO'er. Målet er at fremme og sikre rettigheder og fredelig sameksistens.

Som frivillig i DRC Dansk Flygtningehjælp underskriver du en frivilligaftale (frivillig.drc.ngo/frivilligaftalen) og bliver en del af et landsdækkende netværk, der støtter flygtninge og personer med etnisk minoritetsbaggrund i Danmark med at få en god start i lokalområdet. Det gør underværker at få hjælp til at tale bedre dansk, skabe et socialt netværk og med at finde job og uddannelse.

Du kan altid kontakte din regions- eller projektkonsulent, hvis du oplever situationer eller udfordringer, som du er i tvivl om, hvordan du skal håndtere. Find adresse på frivillig.drc.ngo, hvor du også kan læse mere om den frivillige integrationsindsats og de mange tilbud og materialer, vi har lagt ud som inspiration.

Som frivillig har du mulighed for at deltage i kurser, som bliver udbudt på vores hjemmeside, og du vil hver 14. dag modtage en nyhedsmail.

DRC DANSK
FLYGTNINGE
HJÆLP

Integration