



# Drejebog til 4H for de små





# 4H

***Drejebog til 4H for de små***

***Udgivet i 2022 af 4H***

*Agro Food Park 15 | 8200 Aarhus N  
7878 0128 | 4h.dk | info@4h.dk*

***Layout HELDINGgrafiker.dk***



# Få inspiration

I denne drejebog kan du finde inspiration til at starte aktiviteter op, for de 3 til 6-årige

Du finder forslag til rekruttering af frivillige og deltagere, inspiration til aktiviteter samt overvejelser du skal gøre dig inden opstart af 4H for de små.

Vi håber du med denne drejebog, bliver inspireret til at starte 4H for de små op i din 4H klub.

4H for de små er en forholdsvis simpel aktivitet at starte op. Det er en god aktivitet i forhold til at hverve nye medlemmer og nye frivillige.

*God fornøjelse med læsningen.*

## Indhold

Formålet med 4H for de små .....	4	Forslag til aktiviteter .....	10
Målgruppen mellem 3-6 år .....	5	Rekruttering af frivillige .....	13
Afholdelse og organisering .....	6	Rekruttering af deltagere .....	14
Pris for deltagelse .....	8	Husk at høste frøene af jeres arbejde/succes .....	16
Velkomstbrev .....	9		



# Formålet med 4H for de små

## Der er mange fordele ved at opstarte et hold med 4H for de små

- Nye medlemmer
- Nye potentielle frivillige
- Fællesskab mellem voksne og børn
- 4H får familierne ud i naturen
- 4H for de små er en simpel aktivitet, der er let at starte op

Med 4H for de små kan jeres 4H klub give børnene spændende og udfordrende 4H oplevelser, hvor børnene lærer om **natur, mad og dyr**.

## Nye medlemmer

Aktiviteten 4H for de små, er med til at sikre flere medlemmer til jeres 4H klub. 4H har nogle vigtige værdier omkring dyr, natur og mad, som taler til mange forældres hjertes i dag – nogle værdier de gerne vil videregive til deres børn.

## Nye potentielle frivillige

Derved får i som klub også mulighed for at præsentere klubben og 4H generelt for de deltagende voksne. Måske de har gode ideer eller kontakter til andre aktiviteter i jeres klub. Måske de vil give en hånd med i klubben, enten i form af praktisk arbejde som oprydning, rengøring, bage kage mv. Måske de er gode til at søge fonde og vil hjælpe jeres klub med det. Måske de vil deltage aktivt i bestyrelsesarbejdet eller noget helt andet. Vær som klub og instruktør derfor opmærksom på, at I er ambassadører for klubben og 4H på landsplan. Tal kun positivt om klubben og 4H. Som ny – hvad enten det er barn eller voksen - har man kun lyst til at være med i et positivt fællesskab. Brug tid på at byde velkommen, og drop "plejer". Tag altid udgangspunkt i, at nye børn og voksne IKKE kender jer eller jeres 4H klub.

# Målgruppen mellem 3-6 år

4H anbefaler at børnene der deltager, er mellem 3-6 år, men I tilpasser det jo selvfølgelig til den målgruppe der passer til jeres klub og område. Det behøver jo ikke nødvendigvis være forældre der deltager – blot barnet komme ifølge med en voksen.

## Godt at vide om arbejdet med aldersgruppen

Børn i alderen 3-6 år oplever primært verdenen gennem sanselige erfaringer, og fra et egocentrisk udgangspunkt. Det vil sige at deres oplevelse af verden sker fra deres eget perspektiv. Rum til fordybelse og ro er vigtige for børn, og I kan med fordel fokusere på få og simple aktiviteter der giver de små mulighed for at opdage og undersøge på egen hånd, med en voksen guide. På 4H for de små har børnene jo en voksen med, der kan være deres guide.

## 3 faser i børns væren i naturen

- Opdagelse – den voksne lader dem være på egen hånd.
- Undersøgelse – den voksne giver dem redskaber, fx en skovl hvis de vil grave ned til kieneserne.
- Refleksion – den voksne kan deltage i deres samtale med ord og begreber om de ting de har opdaget og undersøgt og undrer sig over.

I kan placere små ting, billeder, tegninger, dyr malet på sten, rundt om på jeres grund, eller på de steder I besøger, som børnene kan opdage og genopdage næste gang de kommer på holdet.

## Børns opmærksomhed skærpes når

- De selv gør noget aktivt og konkret – fx samler snegle til snegle væddeløb.
- Du som voksen gør noget aktivt og konkret – fx viser hvordan de kan løfte en sten og finde alverdens insekter.
- Den voksne fortæller og dramatiserer – fx at I starter jeres hold med en kort fortælling om dagens emne.

Børn i alderen 3-6 år kan holde fælles opmærksomhed i ca. fem minutter, dvs. en fælles start, skal ikke tage meget længere end det.

Ved at lære andre lærer vi os selv

*Ukendt forfatter*

Find os her:



4h.dk

# Afholdelse og organisering

Enhver 4H aktivitet kræver forberedelse for at opnå succes. Hvis muligt, vær i god tid, så aktiviteten kan få plads i klubbens årshjul. Herved er det også muligt at informere nuværende medlemmer samt lokalsamfundet om jeres aktivitet i god tid.

## Tid og sted for aktiviteterne

Spørg jer selv om hvor og hvornår i skal mødes for at skabe de bedste rammer. Det afhænger i høj grad af de frivilliges tid. 4H anbefaler, at man mødes lørdag eller søndag fra ca. 9.30 og to timer frem. Ikke senere da nogle af børnene skal sove til middag. En mulighed er også en hverdag fra kl. 16-17. Men børn fra 3-6 år er mere trætte en hverdageftermiddag, så der kan man ikke forvente at børnene er fokuseret på det der sker hele tiden.

Mange småbørnsfamilier synes det er for meget at mødes hver uge, så overvej om hver anden uge kan være en mulighed for jer. Perioden kan eksempelvis være 4-6 mødegange hver anden uge i forår eller efterår, som det passer bedst for instruktører og i 4H klubbens årshjul.

Hvis ikke 4H klubben har et tilholdssted (klubhus, 4H gård eller lignende), så er der mange muligheder i form af lån af skoler,

bålhytter, bondegårdsbesøg, tur i skoven, tur til stranden osv. Kun fantasien sætter grænser når det drejer som om aktiviteter med dyr, natur og mad.

Hvis I ikke mødes et fast sted, kan I overveje hvordan I skaber en ramme for jeres hold, som I kan tage med på tur, så børn og forældre oplever tilknytning til holdet via det.

Rammer der kan skabe genkendelighed på holdet selvom I samles forskellige steder, eller har et fast tilholdssted, kan I finde inspiration til i næste afsnit.

## Struktur og organisering

For børn i aldersgruppen 3-6 år er rytme og gentagelse vigtige discipliner i deres udvikling. Derfor kan I med fordel arbejde med genkendelighed i aktiviteterne. Det kan være en god ide at lægge et start- og slut-ritual ind i jeres mødegange. Fx fungerer det godt at I altid starter med den samme sang, og måske også slutter dagen af med en sang. Det kan også være, at i fast starter med en leg, hilser på en bamse/maskot, et dyr eller noget helt fjerde.

På samme måde kan I bruge en fast struktur til at inddrage de voksne som hjælpere. Hvis de ved at der hver gang skal startes



op med bål, kan dem der evt. kommer lidt for tidligt gå i gang med bålet. Ligeledes er det ALTID tilladt at spørge om hjælp. Fx hvem kan samle en pose æbler og medbringe til næste gang, hvem holder øje med bålet mens vi er i gang med noget andet, er der nogen der kan hente det bestilte til næste gang, er der nogen der kender til et godt sted vi kan mødes næste gang. De fleste elsker at hjælpe, når de bliver spurgt om en konkret ting.

På samme måde kan I bruge en tavle hvor I skriver dagens program ned, og markerer hvilke opgaver forældrene løbende kan gå i gang med. I starten af holdet kan I introducere arbejds måden, fx opgaver forældre løbende kan gå i gang med er markeret med røde stjerner. Husk at bede dem om at hjælpe med at give vigtig info videre, når der kommer nye forældre og børn med på holdet.

Et forslag til at lære jeres 4H sted at kende, er at lave en skattejagt på 4H området den første gang, så de voksne bliver inviteret til at gøre stedet til deres eget. I kan også fast have små info skilte hængende, de steder man gerne må give en hånd – muge ud ved dyr, feje gårdsplads, tage en opvask osv.

### **Husk at bruge jeres lokale netværk til at udvikle og styrke aktiviteten**

Når I skal starte det nye hold op, kan I begynde med at få et overblik over jeres netværk i frivillig gruppen. Hvilke steder har I god kontakt til, som kan besøges eller inddrages i aktivitet?

- Landmand
- Medlemmer i LandboUngdom som arbejder på en gård eller lignende
- Fødevarer virksomhed
- Naturvejleder
- Jæger
- Andre enkeltpersoner som kan inddrages til et enkelt arrangement

Husk at tænke jeres 4H konsulent som en del af det netværk I kan trække på til at etablere nye samarbejder lokalt.

## **4 tips til organisering**

1. Gentagelser
2. Skattejagt på området første gang
3. Brug tavle til at synliggøre dagens program og opgaver for forældre
4. Børn i alderen 3-6 år kan holde fælles opmærksomhed i ca. 5 minutter ad gangen.



# Pris for deltagelse

## **Pris ud over klub kontingent**

Børn skal betale kontingent til 4H klubben, men ikke nødvendigvis forældre. Derudover kan det koste noget at gå til 4H for de små. Pris fastsættes efter de udgifter i forventer at have i forløbet.

Betaling af kontingent og holddeltagelse sker via [www.4h.dk](http://www.4h.dk).

## **Medlemskab for frivillige**

Der kan være visse fordele ved at jeres frivillige også bliver medlemmer i klubben. I får alle oplysninger på dem samlet ind, og det letter indsamlingen af børneattester. De får mulighed for at stemme ved generalforsamlinger, og det letter jeres mulighed for at informere dem om nye aktiviteter i klubben og arrangementer for frivillige. Nogle klubber giver med succes nye frivillige et medlemskab i klubben, og andre giver julegaver for det beløb de frivillige betaler i kontingent.

4Hs motto:

Learning  
by doing

– at lære ved at  
udføre





# Velkomstbrev

Når I får nye deltagere, er det som tidligere nævnt, vigtigt at de føler sig velkomne. Send gerne et velkomstbrev – fx med en lille gave (4H nøglering, blomsterfrø eller hvad der nu kunne være relevant). Vedlæg det fulde program over alle de dage i skal mødes til 4H for de små. Det skaber ro og glæde, at både børn og voksne ved hvad de skal.

Husk også at invitere deltagerne med til øvrige 4H arrangementer i klubben, området og på landsplan.

I velkomstbrevet er det også en god ide at skrive hvilke forventninger I har til de voksne deltagere og hvad de kan forvente af jer. For eksempel at I guider aktiviteten og de voksne laver aktiviteten sammen med deres børn.



Se 4H  
værktøjskassen



# Forslag til aktiviteter

## Dyr

- Aktiviteter hvis man har adgang til dyr  
– en dag med kanin – en dag med hest, osv.

Vise børnene hvordan man løfter en kanin, hvad den spiser, hvor den bor osv.

Det er helt klart et hit hos de fleste børn hvis de kan få en trækketur på en pony.

Husk at aktivere de børn der venter, da ventetiden kan være lang hvis der kun er en pony.

- Bier (se tavler, smage honning osv.)
- Insektjagt
- Besøge en bondegård
- Besøge et dyrskue
- Tropiske dyr
- Snegle væddeløb

## Mad

- Bålmad
- Skolekøkken: sylte – bage – madlavning
- Kværne mel og valse havre – evt. bage
- Besøge æbleplantage
- Æblemostdag
- Besøge lokale fødevarer virksomheder
- Høste – fx besøge jordbærmark, ærter, æbler, samle æg
- Så karse
- Besøg af jæger

## Natur

- Fælleshave eller familiehaver
- Lære at lave bål
- Lære om sikkerhed omkring bålet
- Insekthotel
- Finde sten på stranden – fx sten med huller

Ordet  
kommunikation  
stammer fra det  
latinske  
communico, som  
betyder at dele.

- Male på sten fundet på stranden
- Skovens spisekammer
- Vandhul – krible krable
- Finde insekter
- Skovtur – krible krable
- Strandtur
- Snitte
- Huskeleg med naturting
- Sove i shelter
- Indsamle skrald
- Bygge fuglekasser
- Brug naturen til sansning (føle, dufte, se, lytte)
- Så græskar og afhold halloween arrangement
- Dyrk høje solsikker
- Samarbejd evt. med en lokal naturvejleder omkring oplevelser i naturen
- Fisketur
- Fælde juletræer

#### **Øvrigt**

- Skattejagt på det sted hvor man primært skal holde til når der er "4H for de små", så man lærer stedet at kende.
- Sang, lege og bevægelse
- Gipsafstøbninger
- Fedtsten
- Bamsedyrskue
- Bygge sandkasse og gyngestativ – hvis I har et fast tilholdssted for 4H klubben, hvor det er muligt
- Udendørs spil
- Inviter til familiedag, hvor også søsken- de, bedsteforældre, bonusforældre og andre kan se hvad man laver til 4H for de små
- Juleafslutning med juleklip
- Tag en ven med dag
- Overnatning i telt, shelter





# Rekruttering af frivillige

## Hvem skal være instruktører

Det er en fordel at være 2 instruktører til 4H for de små – og gerne 1-2 juniorinstruktører. Det kan sagtens være et par børn på 10-12 år som er juniorinstruktører. Vi har eksempler på, at juniorinstruktører i den alder er til stor glæde og gavn både for de voksne instruktører og for deltagerne. Og junior instruktørerne "vokser" en hel del når de får ansvar og fx en t-shirt hvor der står "instruktør" på.

## Hvor kan I finde jeres frivillige lokalt

Er der uddannelsesinstitutioner eller er der mulighed for at samarbejde med andre foreninger om aktiviteter til målgruppen? Når I har dannet jer et overblik over rekrutteringsmuligheder hos jer lokalt så brug de af følgende forslag som passer til jeres frivillig målgruppe.

- Send opslag til relevante uddannelsesinstitutioner per mail og per post i lokalområdet. Bed uddannelsesinstitutionerne bliver bedt om at hænge opslagene op synlige steder for de studerende og læg de digitale opslag ud på deres intranet, Facebook-sider o.l.
- Besøg gerne de samme skoler. Hvis I kan få lov, virker det godt at præsentere ens arbejde på en morgensamling eller i starten af en time hvor mange studerende er samlet. Hvis I allerede har frivillige som er studerende, så bed dem om at fortælle om det frivillige arbejde de laver, til deres medstuderende.
- Lav et Facebook-opslag på 4H's Facebook-side, og klubbens Facebookside eller gruppe. Husk at bede folk om at dele opslaget, og del det selv flittigt.
- Lav et opslag på frivilligjob.dk.
- Lav et opslag i relevante Facebook-grupper/sider.
- Real Life reklamer – for at folk skal opdage jer på nettet skal de først opdage at I eksisterer. Så glem ikke opslaget i Brugsen og andre lokale steder.
- Rekrutter frivillige hos andre organisationer som I kan samarbejde med lokalt, fx ældre sagen.



# Rekruttering af deltagere

Når I arbejder med rekruttering af deltagere er det motiverende at sætte succeskriterier op for jer selv, så I både har et realistisk mål at gå efter, og ved hvornår I har nået det. Det første år I er i gang, kan det for eksempel være en succes for jer at arbejde med en mindre gruppe af forældre og børn, og få opbygget gode relationer til dem og et godt fundament for gruppen, og måske på længere sigt at få en større gruppe med. På [www.4h.dk](http://www.4h.dk) – værktøjskassen finder du skabeloner til pressemeddelelse og plakater samt billeder. Herunder gode råd i forhold til kommunikation til forældre.

## Tal til forældrene

- Fokuser på, hvad børnene får ud af at møde op (og ikke kun skrive og fortælle om det praktiske).
- Fokuser på, at der er dygtige instruktører, der er klar på at give deres barn en god oplevelse.

- Fokuser på trygheden og nærheden – forældre til små børn.
- Brug sætninger som "dit barn er sikret en tryk og sjov oplevelse", møder dit barn op til 4H for de små, er det sikkert på at lære noget nyt og få en masse sjove oplevelser, alle børn er nysgerrige, og til 4H for de små får dit barn lov til at arbejde med natur, dyr og mad.
- Husk, at målgruppen måske intet aner om 4H eller jeres klub, og det derfor er vigtigt at kommunikere, så alle føler sig velkommen og intet er indforstået.

## Hvor kan I reklamere for 4H for de små?

- Besøg daginstitutioner i lokalområdet, og spørg om I må hænge opslag op hos dem eller dele invitation ud til børnene.
- Besøg skolens SFO, og spørg om I må sætte opslag op, eller uddele invitation til børnene.



## Skabeloner og opsætning

På [4h.dk/om-os/vaerktoejskasse](http://4h.dk/om-os/vaerktoejskasse) findes skabeloner og plakater, som kan bruges til at skabe mere synlighed.



- Udsende pressemeddelelse til den lokale avis/ugeavis. Send gerne gode billeder med som du kan finde i værktøjskassen på [www.4h.dk](http://www.4h.dk).
- Sende mail ud til børn der har deltaget på andre 4H aktiviteter. Måske er de i målgruppen eller har søskende, fætre, kusiner, venner i målgruppen.
- Sende mail ud til de børn (= forældre), der allerede er tilmeldt og opfordre dem til at få en ven / veninde til at tilmelde sig.
- Oprette aktivitet på [www.kultuNaut.dk](http://www.kultuNaut.dk)
- "Tag din ven med" dag når aktiviteten er i gang.
- Plakater på bibliotek, legetøjsbutik, børnetøj, legestuer osv.
- Facebook

## Facebook

Facebook er en rigtig god planform til at ramme forældre. Har I selv en Facebook-side

i jeres klub, så er det selvfølgelig en god ide at lave et opslag og en begivenhed om 4H for de små-aktiviteten.

I kan "booste" opslaget (det vil sige at betale Facebook penge for at flere ser jeres opslag) meget målrettet – så for fx kr. 100 kan I sørge for, at rigtig mange mødre med børn i alderen 3-6 år i en radius af 10 km får jeres opslag/begivenhed vist i deres Facebook-feed.

Få hjælp til at booste dit Facebook-indhold på [facebook.com/business/help/](https://facebook.com/business/help/).

Det kan også give rigtig god succes at skrive om jeres aktivitet på jeres lokale "Facebook-Opslagstavler". Husk igen at fokusere på, hvad barnet får ud af at møde op – og sørg for at Kontaktinfo og tilmeldingsoplysninger fremstår tydeligt.



# Husk at høste frøene af jeres arbejde/succes

I kan med fordel involvere deltagerne i en evaluering, fx ved at spørge de børn og forældre der har deltaget, hvad de syntes om aktiviteten, og rammerne omkring den.

Husk ved sidste mødegang, at uddele informationer om de kommende aktiviteter i 4H klubben, så i fastholder deltagernes interesse.



Agro Food Park 15  
8200 Aarhus N  
7878 0128 | [info@4h.dk](mailto:info@4h.dk)  
[4h.dk](http://4h.dk)