



4H for de små



Indhold

3	Indledning
5	Hvorfor 4H for de små
6	Målgruppe
7	Tid og sted
8	Struktur og organisering
10	Praktisk info
11	Eksempel på deltager brev
12	Årshjul
13	Rekruttering af frivillie
14	Rekruttering af deltagere
15	Evaluering
16	4H materialer til aktiviteten

Indledning

Naturen er kilden til glattere, sundere og klogere børn. Med 4H for de små kan du være med til at få børnefamilierne mere ud i naturen.

I denne drejebog kan du finde inspiration til at starte aktiviteter for de 3 til 6-årige og deres forældre. Vi skitserer elementer du kan overveje inden du sætter et 4H for de små forløb i gang, ideer til rekruttering af frivillige og deltagere, og evaluering af aktiviteterne.

Vi håber du får lyst til at starte 4H for de små op idin klub.

God fornøjelse med læsningen.



4H for de små skaber fællesskaber for forældre og børn, så familier kan få oplevelser med natur, dyr og mad sammen.



4H vil med udgangspunkt i den enkelte lære børn og unge at tage ansvar for sig selv og omverdenen i et ligeværdigt og rummeligt fællesskab.

Gode argumenter for 4H for de små

Med 4H for de små kan jeres 4H klub give børnene spændende og udfordrende 4H oplevelser, hvor børnene lærer om natur, mad og dyr. Og det er oplevelser som børnene får sammen med deres forældre.

4H får familien ud i naturen og giver fællesskab mellem forældre og børn

Naturen er kilde til glæde, sundhed og klogere børn. Der er lavet undersøgelser der viser, at børnefamilier i dag kommer mindre ud i naturen end tidligere. Manglende tid, elektroniske platforme, dårligt vejr og børnenes fritidsinteresser er nogle grunde til det. Med 4H for de små kan I være med til at få børnefamilierne ud i naturen.

Mange forældre har en hektisk hverdag. De vil gerne lave noget sammen med deres børn, men får måske ikke prioriteret skovturen eller det at lave mad sammen. Til 4H for de små skaber vi rammerne, så forældrene ikke selv skal planlægge noget, men bruge tiden sammen med deres børn på aktiviteter der handler om natur, dyr og mad.

Nye medlemmer og nye potentielle frivillige

4H for de små har tilbyder meningsfulde aktiviteter omkring dyr, natur og mad, som mange forældre gerne vil give deres børn adgang til. De mindre børn kan være en ny målgruppe som giver flere medlemmer. En vigtig rolle for instruktørerne på 4H for de små, er at engagere forældrene i aktiviteterne, da forældrene til 4H for de små kan være vigtige nye frivillige. Som instruktør oplever I hvem der er gode som frivillige – hvem vil gerne hjælpe til og kan inddrage alle børn.

4H's image

Det er ikke altid lige nemt at forklare hvad 4H er. Til 4H for de små kan I fortælle om 4H's værdier, aktiviteter og fællesskab til både børn og voksne. Mange tror måske at 4H kun er Madskoler eller dyrskuer, men til 4H for de små viser I alle kerneværdierne i 4H og lærer dem om både dyr, natur og mad.

4Hs mission er udgangspunktet for alle aktiviteter i 4H:

4H vil med udgangspunkt i den enkelte lære børn og unge at tage ansvar for sig selv og omverdenen i et ligeværdigt og rummeligt fællesskab.

4H tager afsæt i praktiske oplevelser og udfordringer indenfor områderne natur, mad og dyr.

4H vil tilbyde aktiviteter, der giver mulighed for aktivt samvær mellem børn og voksne.

Godt at vide om målgruppen

4H anbefaler at børnene er mellem 3-6 år, men I kan jo vælge at sige 2-6-årige eller 3-7 -årige. Det behøver ikke nødvendigvis være forældre der deltager – det kan også være bedsteforældre der går til 4H for de små med deres børnebørn.

Godt at vide om aldersgruppen

Børn i alderen 3-7 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 de jo deres forældre eller bedsteforældre med der kan være deres guider.

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.

Hold opmærksomheden

Børn i alderen 3-7 år kan holde fælles opmærksomhed i ca. fem minutter, dvs. en fælles start, skal ikke tage meget længere end det.



Tid og sted

Enhver 4H aktivitet kræver god forberedelse for at opnå succes. Ønsker I at starte 4H for de små op i april, så begynd allerede planlægning i slutningen af det nuværende år, og få det med i klubbens årshjul. Så I kan invitere jeres nuværende medlemmer med på holdet.

Hvor og hvornår I skal mødes for at skabe de bedste rammer, afhænger i høj grad af de frivilliges tid. 4H anbefaler, at man mødes lørdag eller søndag fra 9.30 eller 10 og to timer frem. Mange småbørnsfamilier synes det er for meget at mødes hver uge, så hver anden uge fungerer rigtig godt.

4H klubben har måske et klubhus eller 4H gård. Men der er mange muligheder fx lån af skoler, bålhytter, bondegårdsbesøg, tur i skoven, tur til stranden osv. Kun fantasien sætter grænser med 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 genkendelighed.

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 knager 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. For eksempel kan det fungere godt at I altid starter med den samme sang, mens alle sidder rundt om bålet. Og slutter måske af igen med den samme sang.

I kan bruge en fast struktur til at inddrage forældre eller bedsteforældre 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. Så har de en opgave de kan tage sig til sammen med deres børn mens de venter.

På en tavle kan I skrive dagens program ned, og markere hvilke opgaver forældrene løbende kan gå i gang med. I starten af holdet kan I introducere arbejdsmåden. Husk at bede dem om at hjælpe med at give vigtig info videre, når der kommer nye forældre og børn med på holdet.

En skattejagt på 4H området den første gang, er en god måde at invitere deltagerne 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, for eksempel en landmand, eller nogen med en fin kolonihave? Hvilke personer i jeres netværk kan I trække på til enkelt arrangementer, eller til at rekruttere deltagere eller frivillige fra. Er der nogen personer lidt længere ude i jeres netværk, som kan hjælpe med kontakt til ressource personer i lokalområdet. Husk at tænke jeres 4H konsulent og naturvejleder som en del af det netværk I kan trække på til at etablere nye samarbejder lokalt.

Nogen klubber samarbejder med en lokal naturvejleder om konkrete ture. De betaler for turen, men sparer derved på de frivillige kræfter.

Tre tips til struktur

- Gentagelser
- Skattejagt på området første gang
- Brug tavle til at synliggøre dagens program og opgaver man kan hjælpe med





Medlemskab af 4H

Børn skal betale kontingent til 4H klubben, men ikke nødvendigvis forældre. Derudover skal det koste noget at gå til 4H for de små. Pris fastsættes efter de udgifter i forventer at have i forløbet, det kan fx være 200 kr. Husk at man kan få fripas til 4H aktiviteter på lige fod med andre fritidsaktiviteter i mange kommuner.

Deltagerbrev

Når I får nye deltagere er det vigtigt, at de føler sig velkomne. Send gerne et velkomstbrev – fx med en lille gave (4H nøglering, blomsterfrø. Vedlæg også program for den kommende sæson. Det er til glæde for både børn og voksne, at de på forhånd ved hvad der skal ske den pågældende dag til 4H for de små. Det er også en hjælp for de frivillige. Husk også at invitere deltagerne med til øvrige 4H arrangementer.

I velkomstbrevet er det en god ide at skrive hvilke forventninger I har til forældrene og hvad de kan forvente af jer. For eksempel at I guider aktiviteten og forældrene laver aktiviteten sammen med deres børn. Målet er at forældrene er sammen med deres børn. Du kan se et eksempel på et deltagerbrev på næste side.



4H for de små velkomstbrev

I år vil vi tage udgangspunkt i vores 4H Hæfte *'Lidt om Dyr, Have, Natur og Mad'*, men dækker selvfølgelig også de andre Spire-bøger, som kat, kanin, hund, mad og pony.

4H for de små holdet er helt nyt, og derfor også helt nyt for instruktørerne. Hvis du har ris eller ros, er du meget velkommen til at kontakte instruktørerne som står for holdet.

Vi vil mødes følgende dage;

12. maj – tema Dyr. Kl. 10-12 skal vi mødes på bondegårdsvej 4, hvor vi skal på besøg hos Jens Hansen, som er ved at gøre sine køer klar til det store Dyrskue. Vi skal se, at køerne bliver malket, kalvene skal fodres, og se de andre dyr, der også bor på gården. På gården er der lige født 5 nye lam, så dem skal vi selvfølgelig også se. Tag gerne gammelt tøj på, da du kan blive beskidt 😊.

9. juni – tema Have. Kl. 10-12 i 4H Haven på 4H Vej 4, hvor vi skal se de store 4H'ers urtehave, bage snobrød mm.

25. august – tema Natur. Kl. 10-12 mødes i 4H klubben, 4H vej 4, hvor vi skal udforske naturen, kigge på insekter og være kreativ.

29. september – tema Mad. Kl. 10-12 i Hoved Skolekøkken, hvor vi skal lave mad uden ovn og komfur. Tag gerne et forklæde med 😊.

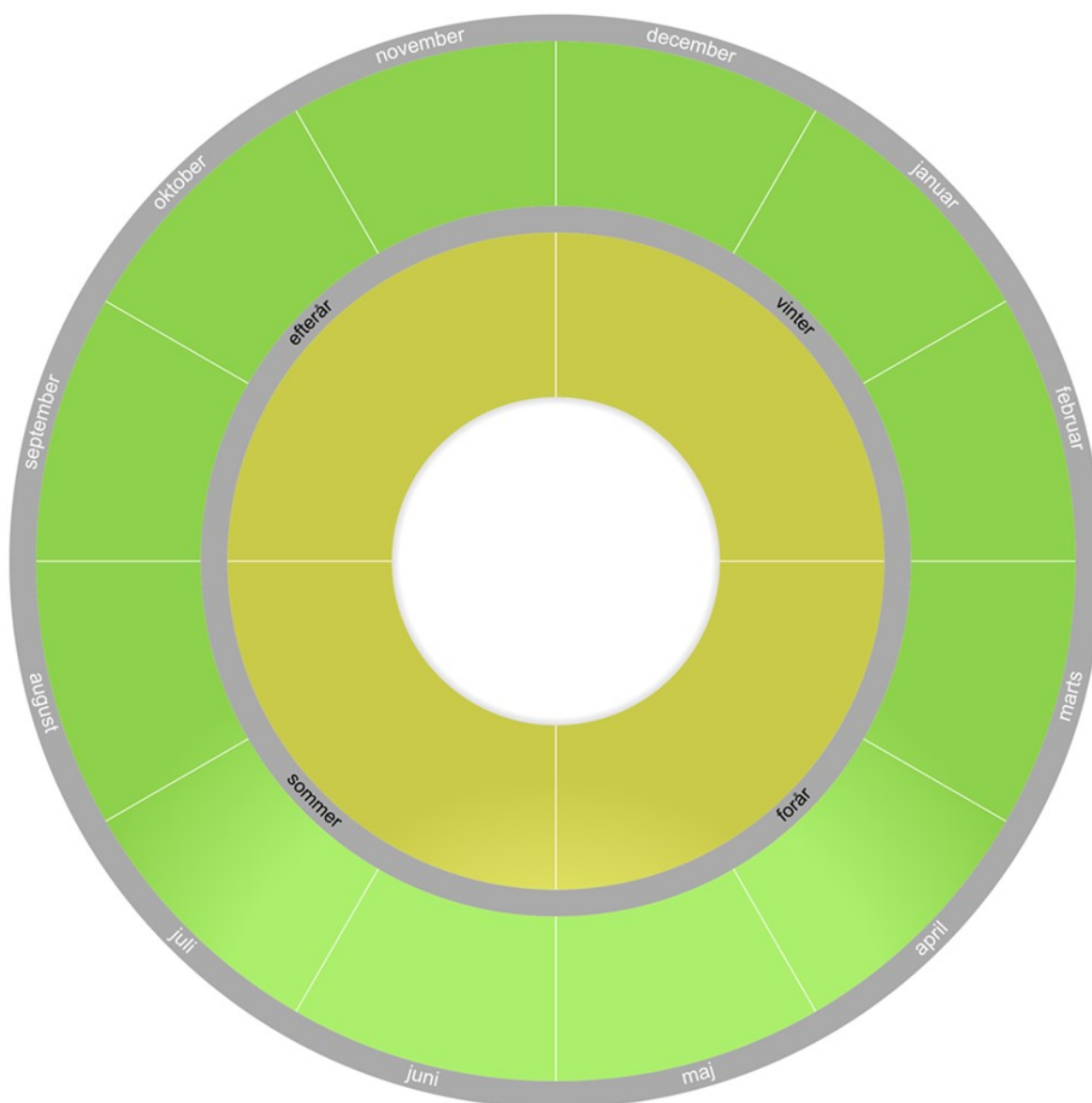
Vi vil forsøge at gøre alt på børnenes præmisser, og glæder os meget til at lære børnene og jer at kende. Når I er med til 4H for de små, er aktiviteterne for børn sammen med deres forældre, så vi forventer at I har lyst til at deltage sammen med jeres børn og hjælper med aktiviteterne.

Er I forhindret i at deltage i et af arrangementerne, må du meget gerne sende en sms om afbud på tlf_ xxxxxxxx, tak 😊.

Husk også alle de andre arrangementer i 4H, som I også må deltage i. På bagsiden kan I se de planlagte 4H aktiviteter i vores klub.

Årshjul

Brug et årshjul til at give forældrene overblik over årets aktiviteter, og til at give frivillige et overblik over opgaver henover året. Årshjulet er opdelt i sæson og måneder, og kan bruges som et visuelt redskab til at fortælle børnene hvad der skal ske henover året. I kan markere aktiviteterne med tegninger og billeder. I kan med fordel bruge rytmen i årstiderne og sæsonerne, til at planlægge ture, lege og madaktiviteter. Find ideer i idekataloget 4H for de små, som du kan finde på 4h.dk.



■ 4H for de små

Find de gode frivillige!

Hvem skal være instruktører?

Det er altid en fordel at være 2 instruktører til 4H for de små – og meget 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 vest 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 uddannelsesinstitutioner om at hænge opslagene op synlige steder for de studerende og lægge de digitale opslag ud på deres intranet, Facebook-sider o.l.
- Besøg gerne de samme skoler, og 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 har frivillige som er studerende, så bed

dem om at fortælle om deres frivillige arbejde, 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.

Børneattester

Husk der skal indhentes børneattester på frivillige. Børneattesten indhentes via hjemmesiden 4H.dk <https://www.4h.dk/om-os/boerneattester/anmod-om-boerneattest/>

Forældre/bedsteforældre skal ikke udfylde børneattest for at deltage, men skal man f.eks. på overnatning så skal der udfyldes børneattest.

Husk at I kan tage jeres konsulent med på råd fra starten af processen med at rekruttere frivillige. De vil rigtig gerne hjælpe jer!

Hvor finder I deltagerne?

Her er et par fif til at rekruttere deltagere.

- Besøg skolens SFO, og spørg om I må sætte opslag op, eller uddele invitation til børnene.
- Besøg daginstitutioner i lokalområdet, og spørg om I må hænge opslag op hos dem
- Udsend pressemeddelelse til den lokale avis/ugeavis.
- Send mail ud til børn der har deltaget på andre 4H aktiviteter og opfordre dem til at tilmelde sig.
- Hav holdet planlagt inden årets Madskoler afholdes, så alle de lokale Madskole børn kan få en invitation med hjem fra Madskole. Måske har de mindre søskende
- Send mail ud til de børn, der allerede er tilmeldt og opfordre dem til at få en ven / veninde til at tilmelde sig.

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.





Husk at høste frøene af jeres arbejde

Det er en god ide at lave opfølgning på nye aktiviteter. Brug efterår og vinteren på at få holdt et evalueringsmøde, og aftal allerede der hvordan samarbejdet skal fungere på næste hold.

I kan også med fordel involvere deltagerne i evalueringen, fx ved at spørge de børn og forældre der har deltaget, hvad de syntes om aktiviteten, og rammerne omkring den. En anden vigtig part at høre er de frivillige der har været med på aktiviteten. En vigtig del af at fastholde dem er at høre deres mening, og implementere små rettelser.

En evaluering kan foretages skriftligt med spørgeskemaer og så videre, men den kan også tages mundtligt ved et møde eller i en snak over telefonen med de enkelte frivillige og deltagere. Det vigtigste er at der tages handling på de vigtigste ting der kommer frem, og at den person som sidder med ansvaret for evalueringen, også formidler resultatet videre til de andre i frivillig gruppen. De frivillige kan bruge erfaringstavlen til en løbende evaluering og justering af aktiviteter og rammer. Den kan downloades fra hjemmesiden.

4H materialer til 4H for de små –
du kan downloade det hele fra
4H.dk

Spire materialer kan findes som
pdf filer på hjemmesiden

Vild mad opskriftshæfte kan
findes som pdf fil på hjemmesiden

Idekatalog kan findes som pdf fil
på hjemmesiden

Erfaringstavle kan findes som pdf
på hjemmesiden

Vil du vide mere?

Så kontakt en 4H konsulent – du
finder kontaktoplysninger på
4H.dk



