

DEN FØRSTE OPLEVELSE DET STØRSTE SMIL

Kom godt i gang med puslingemøderne



**FRIVILLIGT
DRENGE- OG PIGE-
FORBUND**



FOTO RIEKE POPPE



Velkommen til FDF

Tak, fordi du vil påtage dig opgaven som puslingeleder – en rolle, der er afgørende for, at børn og unge får gode og spændende oplevelser og et ståsted at møde verden fra.

I FDF lægger vi vægt på, at børnene møder voksne ledere. Vi mener, det er vigtigt, at børn har trygge rammer med voksne forbilleder.

Som leder i FDF vil du både opleve udfordringer og fællesskaber, og vi håber, at du med dette hæfte får en god start på rollen som puslingeleder.

Hæftet giver dig inspiration til de første otte møder. Hvert møde har en ramme, en aktivitet, en materialeliste og en beskrivelse af forberedelserne forud for selve mødet. Du får også lidt baggrundsviden om puslinge og idéer til at skabe det gode puslinge-møde med en genkendelig mødestart, sang og forkyndelse.

Rigtig god fornøjelse med at give puslingene deres første FDF-oplevelser. Som puslingeleder vil du opleve, at din indsats veksles til store smil i massevis.

Hvad er en pusling?

En pusling i FDF er typisk 5-7 år gammel. Puslingen starter til FDF i førskole eller 0. klasse.

Puslingen begynder i denne alder at opdage sin egen selvstændighed, men har brug for hjælp til at støtte og styrke den.

Puslingen begynder at forstå verden i større og mere abstrakte sammenhænge, men har brug for en konkret og tydelig forståelsesramme.

Puslingen begynder også at forstå sin egen betydning for det sociale fællesskab, men har brug for at blive hjulpet på vej – fx ved at en voksen sætter ord på, hvordan andre oplever det, hvis man springer over i køen, snyder i et spil eller siger noget grimt.

Disse kendetegn kan være gode at have med i planlægningen og afviklingen af mødet. Det vigtigste er, at du fortæller, hvordan du ønsker, at pusling-

en skal opføre sig. Vær tydelig i dine forventninger. Puslingen elsker leg og udvikler sig ved at bruge sin fantasi. I legen afprøver puslingen ny viden og nye kompetencer i de sociale sammenhænge. Den primære legeform for en pusling er regellege, hvor det både er vigtigt at følge reglerne og at udforme nye varianter.

Det er vigtigt at give plads til pauser i aktiviteterne. Den almindelige koncentrationstid for en pusling er 15-20 minutter.

Når du skal forklare aktiviteterne, kommer du ofte længst med korte sætninger. Og det er bedst at undgå alt for mange kollektive beskeder.



Rammerne om det gode puslingemøde

ET GODT MØDE STARTER MED ET HEJ

Velkomsten er vigtig. Sørg for at byde alle puslingene og deres forældre velkommen, og lad dem mærke, at de er blevet set. Det skaber tryghed for det enkelte barn, når de føler sig velkomne i fællesskabet. Det skaber også tryghed blandt forældrene, når de ser, at deres barn bliver taget godt imod.

Derfor er det vigtigt, at en af puslingenes ledere er klar ti minutter før mødet for at sige hej og tage imod. Der vil også være forældre, som har brug for at kunne give en besked eller stille et spørgsmål.

ET GODT MØDE BYGGER PÅ FÆLLESSKAB

Det er med til at bygge et fællesskab op, når mødet starter og slutter i samlet flok. Når alle er samlet, er det vigtigt, at du tager dig tid til at lytte og kigge rundt – det giver en temperaturmåling på holdet og på det enkelte barn.

ET GODT MØDE HAR EN GENKENDELIG STRUKTUR

Det giver ro, når puslingene kan genkende, at møderne starter og slutter på samme måde fra gang til gang. Derfor er det vigtigt, at I beslutter jer for, hvordan jeres start- og afslutningsritualer skal være.

Puslinge har det godt med en fast struktur på mødet. Under startritualer skal I fortælle dem om, hvad der skal ske på dagens møde og i hvilken rækkefølge. Det skaber en positiv forventning, så børnene kan nå at glæde sig. Det kan være en ekstra hjælp at gøre mødets program visuelt.

START- OG AFSLUTNINGSRITUALER

Start og afslutning kan foregå det samme sted – fx ved flagstangen, omkring bålpladsen, i en hule eller i et telt – eller I kan lave en tydelig markering med en klokke, en bamse, der sidder et bestemt sted, eller ved at spille samme musikstykke på hvert møde.

Det viser sig tit at give god ro, hvis ritualerne foregår et sted, hvor holdet er omsluttet – fx i en hule eller et telt. Når I markerer, at de skal samles, så ved puslingene, at de eksempelvis skal gå i teltet eller sætte sig ned ved bamsen.

Det er vigtigt, at I markerer start- og afslutningsritualerne på samme måde, selvom de to ritualer er forskellige og altså ikke ligner hinanden. Den ensartede markering viser puslingene, at de skal gøre noget bestemt.

Her giver vi eksempler, hvor start- og afslutningsritualerne ligner hinanden:

- Ved start og afslutning går alle ind og finder en plads i hulen, og holdet siger et kampråb i kor. Ved mødestart finder I mødetavlen frem (se nedenfor) som en del af startritualer, og afhængigt af jeres mødetavle kan den eventuelt også have en funktion under afslutningsritualer.
- Hver pusling har sin egen klemme siddende på en snor. Ved markering henter de deres klemmer, samles i en rundkreds og sætter klemmen et andet sted – fx på bamsen, som står midt i rundkredsen. Efter startritualer og præsentationen af dagens aktiviteten tager de igen klemmen og sætter den på skjorten.



- Puslingen husker aftalerne bedre, når der er koblet en handling på. I dette eksempel markeres det tydeligt, at “når jeg har klemmen på bamsen, lytter jeg, og når den er på skjorten, er jeg aktiv”.
- Ved afslutning sætter puslingen sig igen i rundkredsen og sætter klemmen på bamsen. Efter andagt og sang, sætter puslingen klemmen tilbage på snoren.
- Alle stiller sig i en rundkreds, og én for én går puslinge og ledere rundt og giver håndtryk til alle, kigger de andre i øjnene og siger goddag/farvel. På den måde bliver alle budt velkommen, og alle får et farvel på vejen hjem.
- Alle samles om flagstangen og hejser et særligt puslingeflag. Det kan være den store flagstang, men det kan også være en lille, transportabel udgave. Ved afslutning tages flaget ned igen på samme måde. Puslingene forstår hurtigt, at i rundkredsen om flaget står man stille og lytter.

MØDETAVLE

En mødetavle er med til at give et overblik over de puslinge, der er kommet til mødet. Mødetavlerne skal bruges som en del af startritualet og til at følge med i, hvor mange og hvem der kommer til møderne.

Mødetavler kan laves som:

- Et skema med puslingens navn og sæsonens mødedatoer, hvor de sætter klistermærker ved den pågældende dag. Det kan laves af et stort stykke karton eller på en træplade.
- Perler, som puslingene trækker på en snor – én for hvert møde, de er med til. Puslingene kan have snoren på forbundsskjorten, eller alle snorene kan hænge på en væg eller opslags-tavle.
- En klemme med puslingens navn, som sættes på forbundsskjorten, når mødet starter, og samles ind igen, når mødet slutter. Kan udvides til også at have en funktion under start- og afslutningsritualerne (se ovenfor).

TYPISK PROGRAM FOR ET PUSLINGEMØDE

- Startritual og mødetavle
- Sang
- Aktivitet
- Pause med leg
- Aktivitet
- Oprydning
- Andagt
- Afslutningssang
- Praktiske beskeder
- Farvel og kort appetitvækker til næste møde
- Afslutningsritual

Typisk varer et puslingemøde mellem én og halvanden time. Mødeforslagene her i materialet er tænkt ind i en tidsramme på cirka fem kvarter.

SYNG EN SANG

Fællessang løfter stemningen og humøret. I FDF har vi en lang og stolt tradition for fællessang. Og med god grund. Vores sangbog *March og lejr* bugner af gode sange, som børnene elsker at synge – også selvom du ikke er den bedste sanger eller kan spille et instrument. Sangene fra *March og lejr* kan findes på alle større streaming-tjenester.

En genre, som særligt puslingene er vilde med, er sangene med tilhørende fagter. Disse sange har puslingene nemmere ved at lære, fordi de kobler bevægelse på teksten. De fleste puslingene kan endnu ikke selv læse i sangbogen. Du kan sagtens synge den samme sang til alle de første otte møder her i hæftet.

FORSLAG TIL SANGE FRA MARCH OG LEJR

Gode startssange

Nr. 5: *Da jeg gik en tur i skoven*

Nr. 12: *Udkørt klokken tre*

God afslutningssang

Nr. 4: *Farvel*

LEG MED

Puslingene får en særlig oplevelse i FDF, fordi de møder voksne, der er interesserede i lige netop dem. Som ledere viser vi denne interesse ved at lege med og tage aktiv del i aktiviteterne. Det gør også rollen som FDF-leder sjovere og mere givende.

FORKYNDELSE

FDF er en folkekirkelig børne- og ungdomsorganisation. Derfor giver vi plads til forkyndelse, når vi mødes. Forkyndelse findes i mange former, og i FDF sætter vi ofte tid af til troens spørgsmål og kalder det en andagt.

Bibelens gode historier med en letforståelig morale er god forkyndelse for puslingene.

De fleste af os er ikke vant til at tale med andre om vores tro, men når puslingene spørger, hvordan Jesus gjorde et eller andet, eller hvad Gud mente med noget, bliver det tydeligt, hvor vigtige snakke det giver.

Ledere i FDF skal ikke have svarene på alle de spørgsmål, men vi skal turde snakke om tro og tvivl og om Gud og Jesus.

Her i hæftet er der forslag til korte andagter til møderne, og på FDFs hjemmeside kan du både finde gode råd til samtalerne om tro og tips og tricks til andre andagter. Find det hele på:

[FDF.dk/inspiration/forkyndelse](https://fdf.dk/inspiration/forkyndelse)



Du kan finde meget mere inspiration til gode mødeaktiviteter på:

[FDF.dk/inspiration](https://fdf.dk/inspiration)

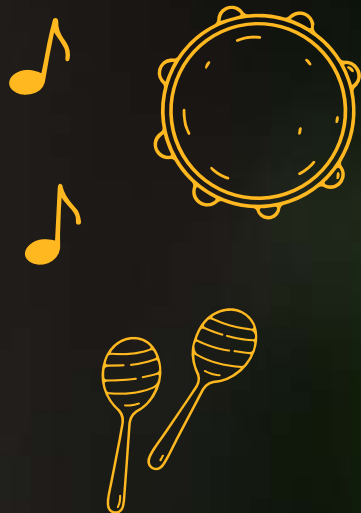


FOTO CHRISTIAN KYED

Velkommen

RAMME

Dette møde har som fokus at sige goddag til de nye puslinge og måske velkommen tilbage til dem, der også har været puslinge før sommerferien. Mødet handler om at gøre børnene trygge ved lederne og ved kredshuset.

Vær opmærksom på, at der kan være nye forældre, som I skal tage ekstra hånd om. Husk at have papir og kuglepen klar, så I kan få kontaktoplysninger på børnene.

Sæt måske en kande kaffe frem, så nye forældre kan sidde i nærheden under mødet.

PROGRAM

- Velkommen
- Præsentation af mødets program
- Navnerunde
- Lave mødetavle
- Hygge ved bålet med skumfiduser
- Øve startsang
- Farvel og tak for denne gang

AKTIVITET

Mødet starter ved bålet, da det giver en god ramme for det første møde. De nye puslinge ved hverken hvem, hvad eller hvordan endnu.

Hvis I ikke kan lave bål, skal I sørge for tydeligt at vise, hvor puslingene skal sidde, når I starter.

Præsenter jer selv som ledere, og lad puslingene sige deres navne.

Herefter laver I dén mødetavle, som puslingene fremover skal bruge til møderne.

Når I er færdige med mødetavlen, går I tilbage til bålet og rister skumfiduser med kiks. Mens I spiser, fortæller I puslingene om aktiviteterne på de næste par møder og bruger tid på hyggesnak.

Nu øver I jer på dén sang, I har valgt som jeres startsang (se side 5).

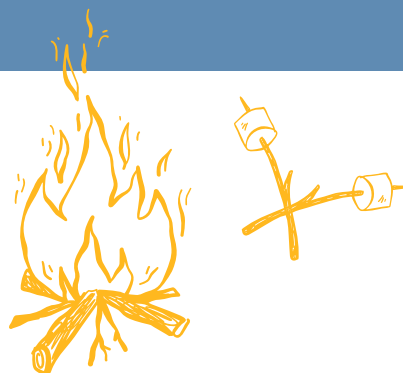
Afslut mødet med at fortælle om startritualer på næste møde og lidt om aktiviteten. Det har I allerede gjort, men gentagelser er godt for små ører.

FORBEREDELSE

- Beslut jer for en mødetavle og jeres særlige start- og afslutningsritualer (se side 5).
- Beslut jer for en startsang – gerne med fagter
- Gør bålet klar
- Forbered kaffe/the til forældrene
- Køb skumfiduser og kiks

MATERIALER

- Materialer til mødetavle
- Brænde og optændingsudstyr
- Skumfiduser og kiks
- Kaffe, the, mælk og sukker



Relationsmærke

RAMME

Til dette møde præsenteres puslingene for fællesskaber i en FDF-kontekst. Gennem forskellige aktiviteter lærer de mere om hinanden og om jer som ledere.

PROGRAM

- Startritual og mødetavle
- Startsang
- Præsentation af aktiviteten
- Navneleg og fangeleg
- Andagt
- Uddeling af relationsmærket
- Lær afslutningssangen
- Afslutningsritual

AKTIVITET

AVISLEG

Dette er en navneleg. Puslingene stiller sig i en cirkel, og der udvælges én til at stå i midten. Puslingen i midten har en sammenrullet avis. Lederen siger nu et tilfældigt navn på en fra cirklen.

Puslingen med avisen skal nu forsøge at daske den, der er blevet nævnt, inden personen når at sige et nyt navn på en anden fra cirklen. Bliver man dasket, inden man når at sige et nyt navn, bytter man med personen i midten. Legen slutter, når alle kan hinandens navne, eller når den stopper med at være sjov.

LÆR HINANDEN AT KENDE-FANGE

Dette er en fangeleg, hvor børnene lærer noget om hinanden. Lav en bane med et helleområde i hver ende og et løbeområde i midten. Sæt en enkelt pusling til at være fanger. Fangeren stiller sig i løbeområdet, mens alle andre stiller sig klar i det

ene helleområde. Puslingene skal nu løbe mellem de to områder uden at blive fanget.

Legen foregår i runder, som sættes i gang ved at en leder råber et udsagn, fx "Jeg har en hund". De puslinge og ledere, der har en hund, skal så løbe til det modsatte helleområde. Udsagnene kan fx være: "Jeg har søskende", "Jeg har en skildpadde", "Jeg bor i en lejlighed" og lignende.

Når man bliver fanget, bliver man selv fanger. Legen slutter, når alle bliver fanget. Legen kan derfor være hurtigt overstået, men I kan nemt lege den flere gange i træk. Efter legene kan I tale om, hvad et fællesskab er, og hvad der skal til for, at alle har det godt til puslingemøderne.



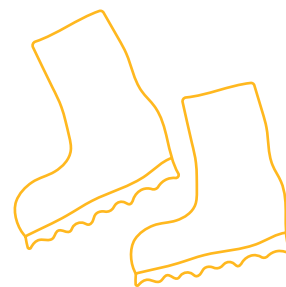
FORBEREDELSE

- Køb relationsmærke 1
- Køb evt. lædersnor

MATERIALER

- Avis
- Kegler eller andet til at markere en bane
- Relationsmærke 1 (Eventyrsport.dk)
- Evt. en lædersnor til hver pusling, som mærkerne kan samles på.

Gåturs-bingo



RAMME

I dag skal puslingene ud og opleve jeres nærområde. Måske får I øje på noget, I ikke plejer at se. Opdel jer gerne i hold á 4-6 puslinge. Det giver en god mulighed for fællessnakke om det, I ser undervejs – og måske en masse andet.

PROGRAM

- Startritual og mødetavle
- Startsang
- Præsentation af aktiviteten
- Gåturs-bingo
- Andagt
- Afslutningssang
- Afslutningsritual

AKTIVITET

Alle puslingene får en bingoplade og en kuglepen, og så går I afsted. Undervejs på turen skal I finde tingene på bingopladerne og krydse dem af. Når I kommer tilbage til kredshuset, kan I snakke om, hvilke ting de fandt, og om nogle fik bingo. Slut eventuelt af med en præmie til dem, der fik bingo.

Nu øver I jer på dén sang, I har valgt som jeres startsang (se side 5). Afslut mødet med at fortælle om startrituallet på næste møde og lidt om aktiviteten. Det har I allerede gjort, men gentagelser er godt for små ører.

ANDAGT

Bed Fadervor, og syng *Vi tror en kærlig Gud* (nr. 6 i March og lejr)

FORBEREDELSE

- Find en gå-rute i passende længde (ca. 1,5-2 km), hvor I kan møde nogle af tingene på bingopladerne
- Print bingopladerne ud
- Skaf blyanter eller kuglepenne til alle
- Køb evt. nogle præmier

HENT BINGOPLADERNE HER



MATERIALER

- Bingoplader
- Blyanter eller kuglepenne
- Evt. præmier

Insekthotel



RAMME

På dette møde bygger I insekthoteller. Et insekthotel kan være mange ting, men som udgangspunkt er det et menneskeskabt bosted for insekter. Idéen er, at det vil give mere liv i området omkring jeres kredshus. Hvis ikke insekthotellerne kan hænges op ved kredshuset, kan puslingene få dem med hjem.

PROGRAM

- Startritual og mødetavle
- Startsang
- Præsentation af aktiviteten
- Insekthotel
- Andagt
- Afslutningssang
- Afslutningsritual

AKTIVITET

Dette insekthotel er så simpelt, at puslingene selv kan være med til at bygge det fra start til slut. Hvis der er træer i nærheden af kredshuset, kan puslingene selv være med til at indsamle nedfaldne grene eller kviste (længde på 15-20 cm).

Når grenene er samlet ind, skal de samles i bundter – cirka så store, så de passer mellem to puslingehænder. Bundterne bindes sammen i begge ender, og så er insekthotellet færdigt.

De kan nu hænges op eller lægges på jorden i skjulte kroge. Snak med puslingene om, at nogle placeringer er gode for flyvende insekter, mens andre er bedre til de kravlende.



ANDAGT
GUD ER SOM
EN HØNE...
GODT BEGYNDT!



FORBEREDELSE

Sørg for, at I har materialer nok, til at alle puslinge kan være i gang på samme tid.

MATERIALER

- Natursnor, fx ufarvet garn eller sisalsnor
- Sakse
- Grene eller kviste, evt. kan puslingene selv finde dem

INVITÉR TIL FORÆLDREAFTEN

Der er nu cirka en måned til møde 8, som er en forældreaften med spisning. Derfor er det en god idé at uddele en indbydelse på dette møde.

Stjerneløb om myggen



RAMME

Puslingene skal på dette møde lege sig til viden om myggen. Det sker på et stjerneløb, hvor de på tre forskellige poster lærer noget nyt. I et stjerneløb har man en base – det kan være midt på et område – hvor en leder holder styr på, hvilke poster der er ledige, og hvilke poster holdene allerede har været ved. Når stjerneløbet er i gang, løber puslingene fra basen og ud til en post. De løser posten og løber tilbage til basen. Og sådan forsætter det, indtil alle har løst alle poster. Som et alternativ til stjerneløbet kan I også lægge posterne i rækkefølge og lade en leder følges med puslingene rundt til dem.

PROGRAM

- Startritual og mødetavle
- Startsang
- Præsentation af aktiviteten
- Stjerneløb
- Andagt
- Afslutningssang
- Afslutningsritual

AKTIVITET

Fordel puslingene på hold á 3-5. Når de kommer ud til posten, skal lederen forklare dem de fakta om myggen, som står beskrevet ved posterne.

POST 1

Lederen fortæller: Det er kun hunmyggen, der stikker mennesker. Den skal bruge blodet til at lægge æg, men det er ikke altid let for hunmyggen at få blod." På denne post skal puslingene fragte "blod" – rødt saftvand eller vand med rød frugtfarve – fra én skål til en anden inden for to minutter. Stil en skål med "blod" tre meter fra en tom skål. Giv puslingene et sugerør, som de skal bruge til at fragte så meget blod som muligt.

POST 2

Lederen fortæller: "Myggen lugter med sine antenner, og den kan lugte et menneske på op til

50 meter. I skal nu bruge jeres arme som antenner." Hæng en snor op mellem to pæle, træer eller lignende, og hæng forskellige ting fra kredshuset op langs snoren. Puslingene skal nu have bind for øjnene og følge snoren. Til sidst skal de gætte, hvilke ting de fandt på snoren.

POST 3

Lederen fortæller: "Myggen ser nogle farver bedre end andre. De bliver tiltrukket af farverne rød, orange, sort og turkisblå." Puslingene skal finde farverne i området omkring kredshuset. Print farvede prikker ud, og hæng dem op. Når puslingene har været rundt for at finde farverne, skal de fortælle, hvor mange af hver de fandt.

ANDAGT

Bed Fadervor, og syng *Vi tror en kærlig Gud* (nr. 6 i March og lejr)

FORBEREDELSE

- Skaf materialerne, og gør dem klar
- Gør postbeskrivelserne klar
- Print de farvede prikker ud, og hæng dem op



**HENT DE FARVEDE
PRIKKER HER**



MATERIALER

- To skåle
- Sugørør
- Rødt saftvand, eller vand med rød frugtfarve
- Bind til øjnene, snor og ting fra kredshuset til at komme på snoren
- Print med farvede prikker



Samfundsengagementsmærke

RAMME

På dette møde lærer puslingene at gøre noget godt for mennesker og naturen i området.

Forud for mødet skal I udvælge et sted, hvor I kan samle skrald. Det kan være den lokale park, skolegård eller bymidte.

PROGRAM

- Startritual og mødetavle
- Startsang
- Præsentation af aktiviteten
- Affaldstur
- Andagt
- Afslutningssang



AKTIVITET

Sæt rammen til en rigtig affaldsjagt. Puslingene er de gode affaldsagenter, som nu skal ud at samle affald. Så bliver jeres område smukt igen, dyrene kommer ikke til skade, og planterne kan gro lystigt. Del puslingene ind i nogle grupper, og udstyr hver gruppe med en affaldssæk og engangshandsker.

Nu kan der gå konkurrence i den, for udover at hjælpe lokalsamfund, kan de også dyste internt om at samle mest affald. Tag affaldet med tilbage til kredshuset, og smid det ud. Nu har puslingene gjort sig fortjent til samfundsengagementsmærket på niveau 1.



ANDAGT
AT VÆRE MED
- ELLER EJ!



FORBEREDELSE

- Købt samfundsengagementsmærke 1
- Find gode affaldsruter – én rute pr. hold

MATERIALER

- Klare affaldssække
- Engangshandsker
- Samfundsengagementsmærke 1 (købes på Eventyrsport.dk)



Skøre rekorder



RAMME

Mødet i dag er fyldt op med gak og løjer. I kan eventuelt lave en rekordbog, hvor I noterer rekorderne og så prøver dem igen om et halvt år.

Det handler ikke så meget om at være den bedste, men mere om at prøve skøre og fjollede ting.

I kan også lade puslingene selv finde på sjove rekordforsøg.

PROGRAM

- Startritual og mødetavle
- Startsang
- Præsentation af aktiviteten
- Rekordaktiviteten
- Andagt
- Afslutningssang

AKTIVITET

Mulighederne er mange, men her er nogle velafprøvede forslag.

INDIVIDUELLE REKORDER

Hver pusling prøver at:

- vende flest mariekiks i munden, uden at de knækker
- spise snørebånd på tid med hænderne på ryggen
- kaste en gummistøvle længst muligt
- hoppe længst muligt med samlede ben
- puste en lille pind eller en perle længst muligt på tid med et sugerør
- holde en saltstang (eller flere!) længst muligt med overlæben
- gå og balancere en avis på hovedet i længst tid
- flytte så mange M&M's fra én skål til en anden med et sugerør på 2 minutter
- stable så mange sukkerknalder som muligt
- lave det længste kast med et papirfly

HOLDREKORDER

I hold á 3-4 prøver puslingene at:

- flytte mest muligt vand med grydesvampe fra en skål til en anden med grydesvampe på 3 minutter
- sætte flest klemmer på en snor 5 meter væk på 2 minutter. Rekorden løses som en stafet, hvor hver pusling må sætte én klemme ad gangen
- lægge den længst række af brændestykker på 2 minutter

FÆLLESREKORDER

Puslingene prøver i fælles flok at:

- være flest muligt på et liggeunderlag uden at røre jorden
- være flest muligt på et hundetæppe og vende det! – uden at nogen rører jorden

ANDAGT

Bed Fadervor, og syng *Vi tror en kærlig Gud* (nr. 6 i March og lejr)

FORBEREDELSE

- Udvælg de rekorder, I vil lave
- Find materialer frem, og indkøb resten

MATERIALER

- Mariekiks, karamelsnørre, gummistøvler, målebånd, sugerør, perler, saltstænger, aviser, M&M's, skåle, sukkerknalder og papir.
- Skåle, grydesvampe, klemmer, snor og brænde.
- Tæppe og liggeunderlag.



Forældreaften med mad

RAMME

Forældrene inviteres med til mødet, så de kan høre mere om, hvad I laver, og I kan få snakket sammen.

PROGRAM

- Startritual og mødetavle
- Startsang
- Præsentation af aktiviteten
- Madlavning
- Leg
- Spisning
- Afslutningssang
- Afslutningsritual

AKTIVITET

FORBERED MADEN

Alle forældre og børn hjælpes ad med at snitte og hakke grøntsagerne. Nogle får til opgave at lave et stort bål. Hvis I ikke kan lave bål, kan I bare lave suppen i en gryde. Når alle ingredienser er forberedt, sætter nogle suppen i gang, mens andre rydder op. Mens suppen koger, leger I sten, saks, papir.

STEN, SAKS, PAPIR

Spred deltagerne ud over et område med god plads. De skal nu gå rundt mellem hinanden, indtil de møder en anden. Når deltagerne møder hinanden, giver de hånd og præsenterer sig. Efter at have hilst slår de sten, saks, papir. Taberen følger nu efter vinderen og hepper så vildt som muligt. Efter en duel begynder hele taberens heppekor at heppe på vinderen. Legen slutter, når alle hepper på den samme.

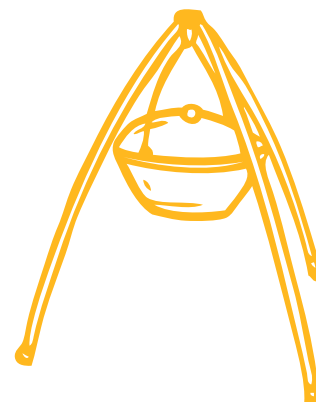


**SE LEGEN
HER!**



INGREDIENSER TIL 5 PERSONER

- 1 dåse hakkede tomater
- 1 dåse tomatkoncentrat
- 3 porrer eller løg
- 3 fed hvidløg
- Olivenolie
- 1 hvidkål
- 3 dl linser
- 2 gulerødder
- 2 stænger bladselleri
- 1 grøn peberfrugt
- 2 grøntsagsbouillonterninger
- 1,5 l vand
- 1 frisk chili
- Timian
- 2-3 laurbærblade
- Salt og peber



Hvidløg og porrer eller løg svitses i lidt olie. Vand og linser tilsættes. Grøntsagerne og chili tilsættes sammen med laurbærblade. Suppen simrekoger ca. 15-20 minutter og smages til med timian, salt og peber. Suppen kan varieres i det uendelige. Brug, hvad I har i kredshuset, og vælg de krydderier, I allerbedst kan lide.

FORBEREDELSE

- Køb ingredienserne og find skærebrætter, knive, skåle m.m. frem
- Lav en seddel til hver opgave

MATERIALER

- Skærebrædder og knive
- Ingredienser, jf. opskriften

HUSK AT INVITERE

Cirka en måned før forældreaftenen (på møde nr. 4) skal puslingene have en indbydelse med hjem.

FDFs formål er at møde børn og unge med evangeliet om Jesus Kristus. Vi tror på, at børn og unge har brug for et ståsted i livet. Kristendommen er vores udgangspunkt og sætter os i sammenhæng med andre mennesker. Gennem vores formål, aktiviteter og menneskesyn viser vi, at ethvert menneske er værdifuldt, og at alle har noget at bidrage med. I FDF er det vigtigere at blive til nogen end at blive til noget. FDF giver børn og unge et ståsted baseret på relationer, tro, leg og samfundsengagement.

Relationer

FDF er et frirum, hvor børn og unge glædes, oplever og vokser i mødet med ledere, der har noget på hjerte.

Tro

FDF skaber plads til tro og samtale om de store spørgsmål i livet, på et folkekirkeligt grundlag.

Leg

I FDF bliver verden større, når vi gennem leg og udfordringer lærer at indgå i forpligtende fællesskaber.

Samfundsengagement

FDF skaber ansvarlige, demokratiske og deltagende medborgere, der engagerer sig i den verden, vi lever i.



**LÆS MERE
OM FDF**



**FRIVILLIGT
DRENGE- OG PIGE-
FORBUND**