

# Nydningen

Fra Bamse og Kylling

I denne lytteøvelse kommer vi helt ned i gear. I sangen møder vi et fællesskab mellem "dig og mig" og "mig og dig", men vi hører og lærer også, at der altid er plads til flere i et fællesskab.

Denne lyttesang er for både små og store børn. Hvis energiniveauet skal ned, kan en lytteøvelse være med til at skabe en dejlig ro hos børn og voksne.

## Forberedelse:

Inden musikken høres, kan det være vigtigt at skabe et godt "Lytterum" for børnene. Det kan gøres på følgende måde:

- 1 Alle børn ligger på gulvet med god plads. Pædagogen guider børnene i at lukke øjnene og trække vejret helt ned i maven. Brug tid på, at alle børn finder ro.
- 2 Alle børn sidder i en rundkreds med lukkede øjne og tager hinanden i hænderne. Træk igen vejret helt ned i maven. Brug tid på, at alle børn finder ro.
- 3 Sluk eventuelt lyset, og tænd for en lyskæde eller en anden belysning, som kan være stemningsgivende.

## Forslag til aktivitet:

Lad børnene mærke, at de voksne er til stede, og hjælp børnene til at opretholde roen. Giv børnene tryk, til at kunne hvile i og mærke deres egne kroppe.

- **Nus børnene**, massér børnene, stryg hen over deres kroppe, vift luft på dem – mulighederne er mange.
- **Blæs sæbebobler**: En rolig visuel stimulans kan hjælpe børnene til at fastholde roen.
- **Vift** med farvede tørklæder i rolige bevægelser til musikken.
- **Snak om sangen**: Kunne I høre, hvem det var der sang? Hørte I nogle instrumenter? Hvad handlede sangen om? Hvad betyder mon "nydning"? Og hvad er "nydning" for børnene? "Og hvis der vil, må der godt komme flere..." – snak om situationen om at inkludere sine venner i eks. en god leg...
- **Tegn en tegning**: Måske af Bamse og Kylling, eller af Aske der sidder med sin guitar og synger, eller om en nydnings-stund, som børnene kender fra deres liv.
- **Syng sangen**: Måske begynder børnene selv at efterspørge at synge sangen efter en periode. Måske hører I, at sangen bliver sunget på legepladsen eller i andre legesituationer.

Trut trut. Find  
teksten til sangen  
på næste side!



# Nydningen

Tekst: Elin Bing

Melodi: Aske Bentzon

Fra Bamse og Kylling

1. Det har en god betydning,  
at sidde i aftenens nydning.

Dig og mig, og mig og dig.

Ja det har en god betydning

at sidde i aftenens nydning.

Dig og mig, og mig og dig.



*//: Og hvis der vil,  
må der godt komme flere.  
Der er nydning nok til,  
så nu kom der lidt mere. ://*

2. Jeg synes det bedste vi har,  
det er når du spiller på guitar.

Mest for mig, og mig og dig.

Aftenen begynder at tusse,  
det er dejligt at sidde og nusse.

Mig og dig, og mig og dig.

*//: Og hvis der vil,  
må der godt komme flere.  
Der er nydning nok til,  
så nu kom der lidt mere. ://*

