

# Læsehygge

Af Merete Løvgreen



ISBN 978-87-996180-0-2

## 3 FORORD

## 4 OM LÆSESTUNDEN

## 5 GØR DET SJOVT MED BOGSTAVER, ORD OG BØGER – TIPS & GODE RÅD

- 6 Tæl ord
- 6 Kig billeder
- 6 Tampen brænder/Skattejagt
- 6 Vej en bog
- 6 Læs på tid
- 7 Ord nr. 10
- 7 Læsestafet
- 7 Yndlingsemner
- 7 Med én stemme
- 7 Opbevaring af lånte bøger
- 8 Biblioteksjagt
- 8 Bogtitler illustreres
- 8 Læs alt og først!
- 9 Tjek et skilt

## 10 GØR DET HYGGELIGT – TIPS & GODE RÅD

- 11 HVOR?
- 11 Hårdt eller blødt underlag?
- 11 Lyskilder
- 11 Trampolin
- 11 Pilatesbold
- 11 Læsehule

## 12 HVORDAN?

- 12 På ryggen
- 12 På maven
- 12 På numsen
- 12 Gå & Læs
- 13 Læs for kæledyret

## 14 HVAD MERE?

- 14 Med noget i hånden
- 14 Med noget under fødderne
- 14 Læsefolie
- 14 Musikkens virkemidler
- 14 Forskellig slags læsning

## 15 HVOR LÆNGE?

## 16 ALT DET ANDET - OG RESTEN AF FAMILIEN

## 17 LÆSEFORSTÅELSE OG ORDFORRÅD – TIPS & GODE RÅD

- 17 Vigtige ord
- 17 Naturlige pauser
- 18 Giv et ord
- 18 Kender vi det fra andre historier?
- 18 Alt det mellem linjerne

## 19 DE 120 ORD

## 19 LIX-TAL

## 20 LÆSEHASTIGHED

## 21 INDFØR LÆSEHYGGE – TIPS & GODE RÅD

- 21 Læse-barometer
- 22 Læse-aftale
- 22 Læs med kikkert
- 23 Nye læsestillinger
- 23 Gæt en handling
- 23 Læs med lup
- 23 Læs bagfra
- 24 Lad bamsen læse
- 24 Læsepausegymnastik
- 25 Læse-marathon

## 26 OM FORFATTEREN & METODEN

## 27 FYSISK AKTIVITET & INDLÆRING

## 28 LINKS OG LITTERATUR



Kopiering fra denne bog må kun finde sted på institutioner eller virksomheder, der har indgået aftale med Copydan Tekst & Node, og kun inden for de rammer, der er nævnt i aftalen. Tak, fordi du respekterer dette og dermed også det arbejde og hjerteblod, jeg har lagt i min LÆSEHYGGE.

Merete Løvgreen/Sprogren

## FORORD

Læsehygge er til dig som forælder til et barn, der har brug for hjælp til læsetræningen. Du ønsker inspiration og gode råd til, hvordan du får gjort denne stund mere hyggelig indenfor hjemmets trygge rammer og ved hjælp af mange af de ting, I allerede er omgivet med. Alder er altid et svært begreb, men mine råd er primært rettet mod børn fra 0. – 5. kl.

Mine forslag og idéer skulle gerne kunne være et hyggeligt og givtigt supplement til at (gen-)finde og bevare glæden ved tekster – hvad enten det er på en tablet eller i fysisk form. Forhåbentlig kan de små tips her være med til at fremelske oplevelsen ved en god historie og lysten til at blive bedre til at læse. For motivation og glæde er de allervigtigste ingredienser i denne proces.

Derfor vil jeg undervejs heller ikke henvise til nogen bestemt bog, men opfordre jer til at bruge barnets helt aktuelle læsebog evt. sammen med andre bøger fra biblioteket eller egne hylde og derudfra guide jer i forhold til, hvordan man kan gå til indholdet på en lidt anden måde.

Ifølge forskerne er der kun tale om 'rigtig' læsning, hvis man både kan forstå tekstens budskab og afkode den bid for bid, dvs. læse de enkelte bogstaver og ord korrekt og få mening ud af dem.

De fleste af os er vel stødt på en tekst, som vi umiddelbart har 'læst' igennem, men ikke rigtigt kunnet bruge til noget eller huske. Det gælder også for mange af vores unge læsere. Jeg er som lærer ofte stødt på børn og unge, som er super dygtige afkodere – de har altså ingen problemer med de enkelte ord og kan sagtens forstå dem – men de får ikke den større betydning med sig. Andre igen springer masser af ord over i farten, fordi det sinker dem eller giver dem problemer, når de skal stave sig igennem – de har så til gengæld en fin forståelse af det overordnede budskab i teksten.

Begge typer har brug for hjælp til at blive bedre læsere. Læsere i ordets egentlige forstand.

Der kan imidlertid være mange og meget forskellige grunde til, at læsning opleves som en svær disciplin. For nogen hopper bogstaverne på linjerne, for andre bytter bogstaverne plads i ordet, så det ikke giver mening. For nogen er det ekstremt svært at koble andre lyde til det enkelte bogstav, når ordene ikke lyder, som de staves (ikke er *lydrette*), for andre er det vanskeligt at huske det, man lige har læst, når man skal koncentrere sig for meget om det nye ord.

Jeg bevæger mig ikke nærmere ind på området omkring specifikke læsevanskeligheder og ordblindhed, for det er der mange andre, der er meget dygtigere til at forklare og afhjælpe. Jeg vil dog henvise til forskellige steder, hvor I kan finde relevante informationer, som forhåbentlig kan hjælpe jer videre i den jungle, det til tider kan ligne, når man bare gerne vil hjælpe sit barn med at læse i det hele taget.

Det er imidlertid mit håb, at I som familie vil kunne HYGGE jer med læsningen, så I rent faktisk ser frem til denne stund og får en masse gode oplevelser undervejs. Vi lærer med hele kroppen, og vi lærer bedst, når vi trives og er glade, så hvorfor ikke tage den viden med os og starte derhjemme, hvor rammerne godt kan både afprøves og sprænges lidt, uden at det generer andre?

Indholdsfortegnelsen linker til de forskellige tips, så hvis I vil direkte videre til dem, klikker I bare på den overskrift, I finder mest spændende.

Rigtig god fornøjelse!  
Merete Løvgreen



## OM LÆSESTUNDEN

I dag er der utrolig mange forskere, der arbejder med læsning. De er desværre ikke altid enige om, hvad der virker bedst, og det er lærerne heller ikke.

Mange børn har læsekontrakter, aftaler om 15-30 minutters læsning om dagen, faste sideantal der skal tygges igennem hver uge. I nogle klasser læses der højt, laves boganmeldelser og meddigtes. I andre kombinerer de individuel læsning med værksteder og særlige tiltag.

Intet af det vil jeg blande mig i. Jeg har derimod plukket lidt fra de mange udsagn, jeg har læst og oplevet fra min tid som lærer med utallige timers praksis og samtaler omkring læsning med både børn og forældre. Det har jeg blandet med min egen erfaring som glad og passioneret læser og nu forsøgt at samle til en enkel og letfordøjelig helhed.

**Vi mennesker er jo heldigvis meget forskellige, så hvad der virker for én, virker måske ikke så godt for en anden.**

Ligesom vi kan tale om læringsstile (se-, høre-, røre- og gøre-børn), taler man i dag også om læsestile, og det kan være meget individuelt, hvordan vi har det bedst, når vi læser. Derfor er det også godt at tage sig tid til at prøve en masse forskellige ting af, når det gælder læsestilling, lys, lyd, mad og drikke, selskab, nulrebald, læsefolie m.m.

Ved første øjekast vil du måske synes, at mange af aktiviteterne næsten er for simple, men tag ikke fejl. Netop ved at gøre det enkle og medtænke leg og hygge, får man mange gange afmystificeret noget, der ellers har vokset sig stort og uoverskueligt, og børn er selv rigtig gode til at forenkle og 'ind-lege' ting, som vi voksne har fået gjort alt for indviklet og seriøst.

Efter min mening skal forældre nemlig ikke være lærere – heller ikke, når de er lærere i deres arbejdsliv. De skal være forældre med alle de følelser, bekymringer, håb og ambitioner på deres børns vegne, som forælderrollen fører med sig. På den anden side skal børnene heller ikke føle sig som elever derhjemme. De skal netop have den omsorg og støtte, de har behov for, mens de føler sig hørt, set og forstået.

Der sker bare tit det, at lektiestunden langt fra er noget, man ser frem til. Ofte foregår det på et tidspunkt, hvor alle parter er trætte og måske oven i købet sultne. Børnene bryder sig ikke om at lave noget, de ikke er gode til, og kan finde på alverdens undskyldninger for at trække tiden eller lave noget andet. Forældrene er på den anden side frustrerede over, at de ikke ved nok til at give den kvalificerede hjælp og finder så måske på en masse desperate måder at motivere og lokke på.



Mine råd og anvisninger tager udgangspunkt i, at glæden og hyggen skal være den bærende faktor. At læsningen foregår i hjemmet og nærområdet med opfordring til, at man selv bruger sin fantasi for at sætte endnu flere nuancer og krydderi på situationerne. At vi til tider gerne må vende tingene lidt på hovedet og gøre noget, vi på ingen måde plejer – måske bare for at have det sjovt og bryde et mønster.

Undervejs vil jeg foreslå forskellige ting, som kan afhjælpe stress og anspændthed i forhold til læsning. Måske er det så enkelt som at sidde med en ærtepose eller lille bold i den ene hånd, måske kan man have glæde af at bruge et stykke farvet læsefolie, måske er det godt at lave lidt pausegymnastik for hvert 10. minut.

**Mærk selv godt efter og brug det, I synes om - det, som virker for JER!**

## GØR DET SJOVT MED BOGSTAVER, ORD OG BØGER – TIPS & GODE RÅD

**Er man løbet helt sur i læsning og bøger i det hele taget, kan det være godt at starte helt forfra og gøre noget fuldstændig andet med bøger, så de bliver sjove og attraktive igen.**

Dette kapitel er mest for dem, der har brug for andre måder at motivere deres børn på, hvis de er fulde af modstand, når det gælder ord, bøger og læsning i det hele taget. Nogle børn har lidt så mange nederlag eller synes, læsning er så svært, at de næsten kan få det fysisk dårligt over at have en bog i hånden, og så skal man være nænsom.

**Vi voksne er tit gode til at argumentere for læsningen med bekymrede miner og dommedagsbilleder af, hvad der kan ske, hvis de ikke lærer det.**

Hvor langt bagud de kommer i skolen, hvor svært det bliver at få en uddannelse og senere et job, hvor mange døre der lukkes osv.

Selv om det jo på sin vis kan være sandt nok, er det bare ikke lige det, der driver én, når man kæmper og nemt kan komme i tanker om mange andre ting, som er betydeligt hyggeligere at beskæftige sig med.

Så i stedet foreslår jeg, at I snakker om alle de fordele, der er ved at kunne læse og stave bedre – gevinster, som meget nemmere kan mærkes i den alder:

*Man får lektierne hurtigere overstået...*

*Man kan undgå dumme misforståelser i sms'er til og fra kærester...*

*Man forstår opgaver hurtigere – også i andre fag end dansk...*

*Man læser og svarer meget nemmere i forbindelse med spil på computeren, chat med venner, søgning på nettet...*

*Man kan hurtigere orientere sig i et supermarked, når man forstår alle skilte og varenavne...*

*Man skal ikke skamme sig over at skrive en lille besked eller en huskeseddel til andre...*

*Man kan nemmere følge med i film med undertekster...*

*Man kan give hurtigere og federe kommentarer på Facebook, hvor man virkelig udstilles...*

Hav i det hele taget fokus på alt det, der kan vindes ved en ekstra indsats. Alt det, der gør, at verden rent faktisk åbner sig og giver et hav af muligheder, og sørg så for at fejre enhver succes – stor såvel som lille bitte!



Her kommer en række alternative ting, man kan gøre med ord, tekster og bøger:



### Tæl ord

Hav en bog hver, tæl ordene på en side og sammenlign. Gæt gerne først og lav et lille væddemål om, hvis bog der mon indeholder flest ord. På den måde kan I også lige så stille spore jer ind på,

- hvornår tekstmængden er for overvældende,
- hvornår I bliver trætte af at kigge på en side med for mange ord,
- **hvornår I har lyst til at læse,**
- hvornår en tegning eller et billede midt i teksten måske gør det mere overskueligt eller hjælper på forståelsen.

### Kig billeder

Gå bøgerne derhjemme igennem efter billeder/ illustrationer og snak om dem. Gør også gerne det samme på biblioteket uden at skulle låne bøgerne med hjem eller læse et eneste ord. **Hvad fanger øjet?** Hvad synes I godt om? Hvad kan I ikke lide? Hvilke farver virker stærkest? Ser I nogle ens træk ved bestemte typer af bøger, bestemte genrer? Hvad lokker forsiden illustration med? Hvad får man lyst til at vide mere om, når man ser illustrationen?

### Tampen brænder/Skattejagt

Skjul/find bøgerne i huset som en slags 'Tampen brænder'. I kan også lave en lille skattejagt, så der ved hver bog er en lille seddel med en ledetråd hen mod næste bog, osv. Præmien kunne jo være, at far læser højt en ekstra halv time om aftenen, eller at man finder den sidste bog i en 'fed' læsehule bygget efter alle ens ønsker! **Dette kan også sagtens gøres, når der er venner på besøg...**

### Vej en bog

Vej bøgerne og lav en lille konkurrence med, hvem der kan finde de letteste eller tungeste af to bøger ved første øjekast. Bland gerne 'voksen-bøger' ind i det, så I måske også kan tale om tunge og lette emner. Sammenlign en bog om Danmarkshistorien med én om havearbejde. Hvad kræver mest, **hvad 'vejer' tungest, når man skal læse** og koncentrere sig om indholdet? Kan en bog, der er meget let i vægt, alligevel godt være 'tung' at læse?



### Læs på tid

Tag tid på læsning af en linje og sammenlign med andre bøger, andre sider eller hinanden. **Lav gerne små konkurrencer** og prøv forskellige bøger, skrifttyper og emner af, men kun en linje ad gangen, så det stadig er sjovt.

### Ord nr. 10

Vælg en nem bog og aftal, at I sammen skal læse hvert 10. ord på de næste 10 sider, så I til sidst har 10 ord alt i alt. Ordene skrives ned undervejs, for så kan I bagefter se, om det er noget værre vrøvl, der står (og det er det nok).

#### Byt lidt rundt på ordene og prøv at lave en sætning.

Måske kan I lege videre og se, hvilke ord der mangler for at give sætningen mening, måske kan I digte videre, måske kan I læse både hvert 10. og 11. ord osv.

### Læsestafet

Vælg igen en nem bog og aftal, at I skiftevis læser hver anden linje højt, men KUN til linjens slutning, uanset om den stopper midt i et ord, som så deles. Den næste læser skal tage fat på sin linje lige straks, når den første læser slipper og har udtalt den sidste stavelse. Lav det som en slags læsestafet og **hyg jer især med de ord, som helt ændrer udtale**, når de deles i to (HAV-DE... LIG-GE... TRÆ-SKO).

### Yndlingsemner

Snak om yndlingsemner og gå på biblioteket for at finde bøger, der passer. De skal måske 'bare' læses højt derhjemme og kan også sagtens være fagbøger, men vigtigst af alt er, at det er dit barns ønsker og behov, der bliver sat ord på. **Interesse er den bedste motivation**, og det er så skønt, hvis man pludselig bliver fanget af et emne eller en bestemt forfatter, som man så kan nyde meget længere, fordi der er flere forskellige bøger at tage fat på.



### Med én stemme

Vælg en meget nem bog og aftal, at I skal læse hvert andet ord højt, men så flydende som muligt, så det lyder **som én stemme**. Der skal lidt øvelse til, og måske tager I kun en enkelt side ad gangen, men det kan være rigtig sjovt, fordi man hele tiden skal følge med og være klar til sit eget ord.

### Opbevaring af lånte bøger

Indret et bestemt og gerne attraktivt sted til lånte bøger, **så de ikke bli'r væk** – gerne med plads til et skilt med afleveringsdato, så den er tydelig og huskes. Det kan være en hylde, I gør ekstra fin med maling, tapet eller klistermærker, det kan være en sej metalkasse med graffiti, en fin stofpose med pailletter el.lign. Lad fantasien råde og vær praktisk i forhold til at kunne se den altid, så I ikke skal skændes om, hvor bøgerne er havnet.



### Biblioteksjagt

Gå på biblioteket og find bøger efter helt nye kriterier.

**I behøver ikke at låne dem.** I kan bare tage en enkelt bog ud fra hylden og tippe bogen lige ved siden af, så I nemt kan sætte alt rigtigt på plads igen, når I er færdige. Så får I ikke problemer med andre lånere eller personalet.

### Gå f.eks. efter bogen med:

- den flotteste forside
- **den mest uhyggelige forside**
- den mest tøsede forside
- den mest dødssyge og kedelige titel/forside, man kan forestille sig
- de allerfleste ord
- de allermindste eller største bogstaver
- **den korteste eller længste titel**
- min. 3 drenge på forsiden
- ordet 'og' i titlen
- et emne mest for piger eller drenge (og tal gerne om, hvorfor man synes det?)
- bestemte emner (dyr, tøj, krig, lande, sport, tegneserier, mad, gys...)
- en forfatter, hvis navn f.eks. starter med M
- min. 200 sider
- **kærlighed på forsiden**
- krig eller uvenskab på forsiden
- de fleste sider, man overhovedet kan finde
- det ældste udseende
- det mest barnlige udseende
- **et emne, man ALDRIG ville læse om**



### Bogtitler illustreres

Find sammen fem forskellige bogtitler på nettet, skriv dem ned på små lapper, **træk lod om dem** og tegn så selv en illustration, som måske bagefter kan sammenlignes med den rigtige.



### Læs alt og først!

Aftal ind imellem at læse alt på jeres vej og helst først! Lad det være en konkurrence, **ligesom når man slår hinanden, hvis man ser en gul bil.** Aftal en bevægelse eller et sejt kodeord, når I f.eks. får øje på et skilt, der kan læses højt, giv point for hvert ord, måske ekstra point for ekstra svære ord.

Det kan være vejskilte, skilte i butiksvinduer, mærkater på varer i supermarkedet, stickers på biler, tekster på T-shirts eller caps, navnet på vaskemaskinen – **alt tæller**, når det bare er aftalt på forhånd og i et begrænset tidsrum, så ingen mister forstanden eller humøret.





## Tjek et skilt

Hvis det er til at overskue, kan I også gøre dette undervejs, når I går en tur:

Hav fokus på bestemte bogstaver, så I kun må læse skilte, der indeholder det bogstav, I er blevet enige om. Måske skal bogstavet bare findes og genkendes, alt efter hvor langt man er i læseprocessen, så man blot træner det at kunne genkende forskellige udgaver af et A - stort, lille, forskellige skrifttyper, trykt, håndskrevet osv.

Aftal på forhånd, at der er bonus, hvis I får øje på et stumt bogstav eller en dobbeltkonsonant i skiltets tekst (Hundested, Blegdammen)



**Lad endelig barnet bruge fantasien og finde på turens regel – så bliver lysten så meget desto større!**

Uanset, hvad I vælger, så hold fokus på det sjove og umiddelbare. Det, man normalt ikke gør. Det, man aldrig tager sig tid til, fordi læsning hurtigt bliver meget alvorlig og målrettet. **I denne stund SKAL det være leg**, så det kedelige og skræmmende ved det skrevne ord forsvinder eller i hvert fald træder kraftigt i baggrunden.

**I skulle jo gerne tilbage til den gode følelse ved at gå på opdagelse i sproget og lære nyt.**



Stå engang imellem stille foran et skilt og forsøg at læse et andet ord ud af det ved at skille ordet ad, bytte rundt på bogstaverne m.m.



## GØR DET HYGGELIGT – TIPS & GODE RÅD

Skab en læsekrog efter barnets ønske og behov – også med hensyn til lys/mørke, lunt/køligt, afskærmning/frit udsyn, musik/stilhed...

**Her må gerne tænkes helt ud af boksen** og væk fra bord og stol, hvis det er det, der trækker mest. Det vigtigste er, at det bliver et sted, hvor man virkelig har lyst til at opholde sig i længere tid ad gangen og ikke bliver forstyrret.

De næste små afsnit kan forhåbentlig inspirere jer til at lave en hyggelig læsekrog. Måske ender du endda med også at lave én til dig selv?



### HVOR?

#### Hårdt eller blødt underlag?

Afprøv puder, sofa, seng, lænestol, spisekestol og bord, **måske en madras på gulvet?**



#### Lyskilder

Afprøv forskellige lyskilder. Er det godt med den nuttede natlampe? Er det godt med en decideret læselampe? Er det sejt med en lomme- eller pandelygte? Er det godt at få lys fra loftet, eller skal det tættere på bogen? Er det nok med et blidt lys, eller er der brug for det kraftige?

**Find det lys, der gør, at øjnene ikke skal anstrenge sig, så det ikke er det, der generer læsningen eller giver hovedpine.**

#### Trampolin

Læg et tæppe og et par puder ud i trampolinen, så man dels kan **hyggelæse i fred**, dels nemt kan springe op og lave lidt pausegymnastik, når der er behov for det.

#### Pilatesbold

Afprøv – hvis muligt – hvordan det er at sidde og læse på en pilatesbold, hvor man skal holde balancen imens. **Har man uro i kroppen, kan det være rigtig godt**, fordi kroppen er på konstant arbejde og bliver stimuleret, hvilket giver hjernen mere ro til at læse. Måske skal man lige have lidt støtte til fødderne, men prøv jer frem.



#### Læsehule



Byg en hule sammen i stuen, på værelset, under trappen, i haven.

**Det kan være så enkelt, at det hurtigt kan pilles ned igen eller mere grundigt, så det kan være en blivende læsekrog**, hvor man måske skal bruge lommelygte eller pandelampe for at kunne se noget og endda også sige et kodeord for at komme indenfor?

## HVORDAN?

### På ryggen

Er det godt at **ligge på ryggen** med benene op ad væggen og bogen over hovedet?

### På maven

Er det godt at **ligge på maven** og lade benene dingle i luften?



### På numsen

Er det godt at sidde **ret op og ned** på en 'hård' stol ved et bord, hvor bogen kan ligge foran én?



### Gå & Læs

Er det godt at gå rundt med bogen?

Nogle børn har stor glæde af at gå frem og tilbage i stuen eller entréen, nogle kan lide at gå rundt ude i haven. Sørg blot for, at der ikke er noget at snuble over.



## Læs for kæledyret

Er det godt at putte med katten/hunden/marsvinet/kaninen i en masse puder eller en blød sofa/stol, hvor man næsten forsvinder?

Har de mon også en yndlingshistorie, som de skal have læst højt?

Et kæledyr kan have en helt fantastisk effekt på os og give en masse ro, men I skal selvfølgelig overveje, om hunden er alt for urolig eller hamsteren for sprælsk. Det skulle jo helst ikke ende med at blive distraherende og afbryde læsningen flere gange undervejs.



### HVAD MERE?

#### Med noget i hånden

Afprøv, hvordan en nulrebald, en ærtepose, en klump modellervoks, et garnnøgle el.lign. er at have i hånden, mens man læser.



#### Med noget under fødderne

Afprøv, om det er rart at have en bold eller en pude under fødderne, mens man sidder på en stol og læser.



#### Læsefolie

Afprøv forskellige farver læsefolie mindst 15 minutter ad gangen (se billeder og mere information på [Sproggren-shop.dk](http://Sproggren-shop.dk)).

Man vil på denne tid sagtens kunne mærke, om det giver øjne og hjerne ro, når man dæmper kontrasten mellem den hvide baggrund og de sorte bogstaver, eller om det bare er irriterende og i vejen.

**For nogen kan det være en kæmpe hjælp, fordi det til tider kan gøre, at bogstaverne falder til ro og ikke længere hopper på linjerne.**



Farven kan dog være meget afgørende. Nogen kan blive helt irriteret over den gule, mens den blå beroliger eller omvendt. Giv derfor hver farve en chance og vurder så efterfølgende, om det giver en mere let og flydende læsning. Måske har det ingen effekt, måske bliver læsningen en hel del nemmere og meget mere behagelig.

#### Musikkens virkemidler

Afprøv gerne forskelligt musik, hvor I begge to byder ind med forslag og måske prøver det i 15 minutter ad gangen, mens der læses. Juster også lydstyrken. **Vær opmærksom på, at det for nogen kan være godt med høj musik, fordi det lukker andre lyde ude, mens den samme musik for andre virker som ren støj og ødelæggende for koncentrationen.**

Genren kan være forskellig fra historie til historie, og I kan jo i starten tage en lille snak om temaer, baggrundsmusik til film osv., så barnet får en forståelse af mange af de virkemidler og stemninger, der er i musik.

Måske kan I en dag prøve at læse ordene op i samme rytme som musikkens trommeslag eller synge ordene efter tonerne i en kendt sang. Måske kan I aftale, at I hver anden gang vælger noget musik efter hver jeres smag, **men barnet har trods alt veto-ret.**

#### Forskellig slags læsning

Sørg endelig for, at der både er tid til læsehjælp, højtlesning og alene-hygge-læsning, så den gode historie eller nye viden også får lov til at fylde og begejstre. Ikke nødvendigvis samme dag, men så I finder en fornuftig rytme eller aftaler det fra gang til gang.

**Læsningen må bare ikke blive for overvældende, lige som de gode idéer og intentioner ikke må kvæle lysten.**

Vælg gerne forskellige sværhedsgrader, så den sværeste tekst bliver brugt, når der skal hjælpes, den middelsvære til højtlesning og den lette til alene-hygge. Så er chancen for at undgå panik og nederlag i hvert fald meget større.

## HVOR LÆNGE?

Igen er det et spørgsmål om smag, behov og udfordringer.

Kan I mærke, at 20 minutters effektiv læsning er fint og i hvert fald bedre end ingenting i starten, så vær tilfredse med det og udvid det lige så stille, når jeres barn er klar til det.

Er der mulighed for 30 minutter, så indbyg en lille pause midtvejs, så I måske kan skifte metode, bog eller bare stilling.

Er det weekend og rigtig hyggeligt, kan en time måske flyve af sted med en god bog, og så er det jo bare noget, I skal fejre.



Aftal gerne et tidsrum (10-15 min.) eller et antal sider, hvorefter der SKAL holdes 1 minuts pause med en hånd over de lukkede øjne, så alt lys lukkes ude, mens man trækker vejret dybt.

Hold derefter yderligere et par minutters pause, hvor fysisk aktivitet indgår – man kan løbe rundt om huset, man kan lave et par sprællemanshop, mavebøjninger, høje knæløftninger, danse til tidens hit for fuld udblæsning – bare man lige får kroppen i gang og ny ilt til hjernen.

### ALT DET ANDET – OG RESTEN AF FAMILIEN

**Respekter det fremfor alt i hele familien, når det er tid til læsning.** Ikke sådan at forstå, at alt andet skal sættes på standby, og ingen andre kan lave det, de vil, men så der er plads til alle, og ingen skal skændes om, hvad der er vigtigst.

Indretter man sig hyggeligt i stuen, skal det være, fordi man ved, at der ikke kommer andre for at se TV imens. Laver man en læsekrog under trappen i entréen, gør man det ikke lige i det tidsrum, hvor der er lige så meget trafik som på Hovedbanegården. Har man brug for ro, finder man måske et sted langt fra storesøsters værelse, så hun stadig kan høre musik eller fnise med veninderne.

**Lav klare aftaler omkring snacks og drikkevarer** – gerne med lidt styr på sukkerindtaget for at modvirke træthed, irritation og svingende blodsukker.

Bliver man let gnaven, når blodsukkeret er på vej ned, sørger man for lidt at spise inden og undervejs, og man undgår måske også at sidde i køkkenet under madlavningen. Det kan være yderst distraherende, hvis der dufter af hakkebøf, mens maven knurrer. Så har koncentration og fokus nemlig meget trange kår.

**Endelig er det vigtigt at huske på at være realistisk i forhold til hverdagens rytme og weekendens aktiviteter.** Ved man, at der er to aftener om ugen med fritidsaktiviteter, er det måske to andre aftener, hvor man kan give læsningen en ekstra skalle.

Man kan også aftale, at man på et fast tidspunkt hver weekend sætter en god times tid af til det, så der findes en rytme, der ikke går ud over andre ting, som ofte trækker mere end læsetræning.

Vær opmærksom på, at de voksnes læsning også er et godt spejl til børnene. Hvordan foregår jeres egen læsning? Tager I jer selv tid til at hygge med en god bog, eller sker det først, når børnene er lagt i seng, så de aldrig ser det? Nyder I en bestemt slags musik imens, har I en yndlingsstol eller plads foran vinduet? Læser I helst e-bøger, eller nyder I duften af brugte biblioteksbøger? Taler I med hinanden om det, I læser? Læser I måske kun aviser, eller læser I aldrig? **Intet er mere rigtigt eller forkert**, men alt registreres, så læg blot mærke til det.



Husk endelig også at have frisk koldt vand stående fremme – gerne med isterninger og sugerør eller i farvestrålende glas, som glæder øjnene og får hænderne til at række ud efter sig.



Læsehyggen skal ikke føles som et offer, men derimod en god stund, som man ser frem til, fordi man hygger sig, mens man bliver bedre til noget, som man får mere og mere brug for og gavn af både i skolen og livet udenfor.



## LÆSEFORSTÅELSE & ORDFORRÅD – TIPS & GODE RÅD

Når I træner læseforståelse, er det vigtigt, at I har fokus på at trække de store linjer op, får overblikket, kan huske det, der kom før, og gætter på det, der kommer som det næste.

**At afkode en historie ord for ord er jo på ingen måde det samme som at forstå den.** Man skal også kunne læse alt det, der står mellem linjerne, alt det indforståede, alt det, man skal bruge sin fantasi og sine indre billeder til at få frem.

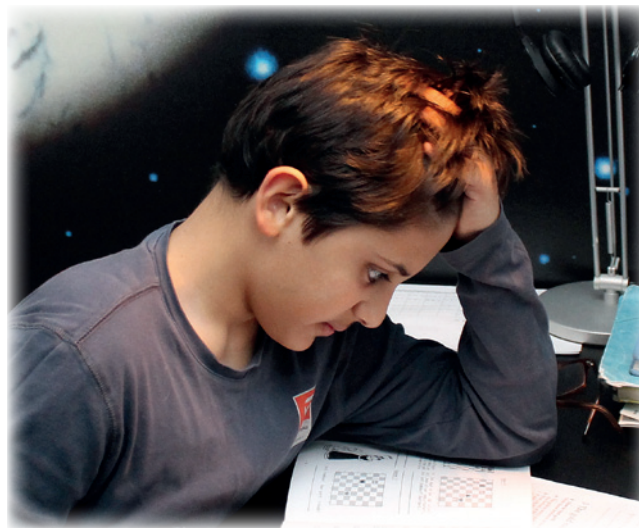
Det er i mange familier en rigtig god og meget brugt tradition at tale om den godnathistorie, man læser og ser billeder til, og den seance må gerne inspirere jer her. **Vælg helst bøger og tekster ud fra de emner, der interesserer og optager barnet mest lige for tiden. Det kan skifte hurtigere, end vi kan nå at blinke, så hør dem ad!**

**Forståelsen har en tæt forbindelse til dit barns ordforråd, så indstil dig på at spørge ind til ordene, giv forklaringer, foreslå lignende ord osv., så sproget hele tiden udvides.**

Det behøver ikke at være i større stil, end hvis I f.eks. læser om et lille hus og så begynder at snakke om andre ord, der kan betyde 'lille' – *lav, lavt, mindre, bette, småt* eller måske *hytte, skur, hule* osv.

Det kan så give anledning til også at tale om ord med den modsatte betydning – *stort, højt, kæmpe, enormt* osv. **Du vurderer løbende, hvor meget du vil putte på i forhold til, hvad der kan rummes lige nu og her.**

Sproget bliver meget mere levende og sjovere at bruge, jo større ordforråd man har. Jo flere gange man støder på et ord, jo nemmere er det at både genkende og også selv bruge det i enten skrift eller tale. **Hvis I på nogen måde – uden at forstyrre læsningen for meget – kan snige lidt skrivning ind af og til, kan det være et super supplement, fordi barnet så får trænet ordene fra flere vinkler.**



**Tænk også over følgende små fif UDEN dog at afbryde historien hele tiden. Det skal stadig være en god oplevelse at leve sig ind i historien, så vælg de forskellige ophold med omhu:**

### Vigtige ord

Husk og snak gerne om særlige ord, hvis du synes, de er vigtige for historiens mening. Tænk på dem som små puslebrikker, dit barn kan samle historiens overordnede billede med. **Det er også en god forløber for senere stikord i de større klasser.** Sæt gerne ordene ind i andre sætninger og sammenhænge, så barnet også lærer at bruge dem aktivt i sit eget sprog.

### Naturlige pauser

Tal om de situationer, I læser om, når der er en naturlig pause. Den gode historie skal ikke afbrydes for at presse forståelsen ind, men det er godt at stoppe op af og til, så I kobler det, I lige har læst, til det, I læste for fem minutter siden og får den større sammenhæng med.

### Giv et ord

Hvis det sker, at barnet går i stå ved et svært ord, og I uden held har forsøgt at stave jer igennem det en enkelt gang, så sig ordet højt, og lad hende læse videre. **Hvis I stopper op for længe og/eller for tit, forsvinder handlingen i baggrunden, og det er synd.** Har I lyst, kan I skrive ordet ned på en lap ved siden af og tage det frem efter læsningen for at snakke om, hvad der gør det svært at læse og stave.



### Kender vi det fra andre historier?

Træk gerne en tråd til andre historier, I kender, hvis der er en situation, der kan sammenlignes. **Hvis I læser om en trist pige, kan I måske tænke på Askepot, er det om nogle seje fodboldspillere, har I måske lige set en 'rigtig' kamp eller spillet et spil, der kan inddrages osv.**

Disse referencer kan trækkes frem fra både film, TV, bøger og egne oplevelser – alt sammen for at sætte det ind i en større sammenhæng, bruge sproget til at beskrive og sammenligne og dermed igen udvide sit ordforråd.



### Alt det mellem linjerne

I må meget gerne bruge lidt tid på at tale om det, der står **mellem linjerne**. Vi voksne ønsker jo i bund og grund, at vores børn hele tiden bliver klogere på livet og senere også forstår alt det, der ikke bliver sagt. På den måde kan de måske men ligger underforstået i teksten. Det kan ofte være en undgå en masse fælder og dumheder, men det må gerne pakkes ind, så vi ikke stemning, en følelse, en mening, som ikke bliver udtrykt, siger det så direkte. Alt det mellem linjerne er altså mindst lige så vigtigt for at få fordi forfatteren ønsker, at læseren selv skal forestille sig det fulde udbytte af teksten. det ud fra *sin* verden.

Børn har en formidabel indlevelsessevne og er ofte super gode til at forestille sig, hvordan en person i historien har det, tænker og ønsker at handle.

Spørg derfor endelig ind til det og forestil jer sammen, hvordan I selv ville reagere i samme situation.

Det kan der komme nogle rigtig interessante samtaler ud af, hvor barnets egne følelser måske endda også bliver luftet i forhold til situationer, der ellers kan være svære at tale om, fordi man selv har spillet en rolle i dem.

## DE 120 ORD

Dette begreb dækker over de 120 mest hyppige ord i det danske sprog, og de fleste indskolingsklasser har efterhånden indbygget træningen af dem med plakater, remser og staveord.

Det er der mange gode grunde til. Kan man kende, læse og forstå disse 120 ord, kan man nemlig rent faktisk læse og forstå ca. 50 % af al dansk børnelitteratur, og det er jo en god fordel at have med sig. De kære ord er imidlertid ikke spor nemme at lære for begynderlæseren, da de langt fra alle er lydrette (staves, som man siger dem).

Faktisk har det danske sprog kun ca. 3000 lydrette ord og af dem er kun ca. 500 børnevenlige. Ønsker I mere information eller materiale om lydrette ord og læseundervisningen, kan jeg anbefale jer at kigge nærmere på forlaget [Alkalær](#).

I kan finde lister med de 120 ord på nettet, og på [Sproggren-shop.dk](#) kan I købe ordkort alene eller sammen med skilte og aktivitetsforslag, så ordene kan blive terpet godt igennem, mens man er fysisk aktiv.

## LIX-TAL

**LIX står for LæsbarhedsIndeX og bliver brugt til at vise noget om, hvor let eller svær teksten er at læse.** Det beregnes ud fra antallet af ord mellem hvert punktum sat sammen med antallet af lange ord på syv eller flere bogstaver.



Som med så mange andre tal og værdier skal man være forsigtig med at lade det være det eneste pejlemærke, når man skal vælge en bog.

Man skal også kigge på f.eks. skrifttype og størrelse, antallet af billeder og layoutet i det hele taget samtidig med, at emnet måske sagtens kan være svært at forstå, selv om det er skrevet ud fra et lavt lix-tal.

Man bruger mest lix-tallet i de mindre klasser for at spore sig ind på sværhedsgraden af en bog, men man skal selvfølgelig også vurdere det fra læser til læser, da vi jo langt fra er ens. Tallene her fortæller lidt om tekstens lix-tal generelt:

- Op til LIX 24** → Let tekst for alle læsere, f.eks. børnelitteratur
- LIX 25-34** → Let for øvede læsere, f.eks. ugebladslitteratur og skønlitteratur for voksne
- LIX 35-44** → Middel, f.eks. dagblade og tidsskrifter
- LIX 45-54** → Svær, f.eks. saglige bøger, populærvidenskabelige værker, akademiske udgivelser
- LIX 55 og derover** → Meget svær, faglitteratur på akademisk niveau, lovtjekter

Delt op efter klassetrin, ser tallene således ud:

- 1.-3. klassetrin: **LIX 5-20**
- 4. klassetrin: **LIX 20-25**
- 5. klassetrin: **LIX 25-30**
- 6. klassetrin: **LIX 30-35**
- 7.-9. klassetrin: **> LIX 35**

For eksemplets skyld kan jeg fortælle, at *Mio, min mio* ligger på lix 20, *Brødrene Løvehjerte* på lix 24 og *Harry Potter* på lix 34.

Ønsker du mere information, kan du google 'LIX-tal' eller 'Lettal' og dermed blive klogere på tekstens sværhedsgrader.

## LÆSEHASTIGHED

**At have en god læsehastighed kan gøre mange ting lettere, og jo flere og sværere tekster barnet bliver præsenteret for i skolen, jo bedre er det at kunne læse relativt hurtigt.**

Når det så er sagt, må fokus på læsehastigheden aldrig skubbe forståelsen i baggrunden, for kun med en god balance er der som sagt tale om 'rigtig' læsning.

Omvendt kan en alt for langsom læser nemt komme til at kede sig undervejs, så koncentrationen svigter, og dagdrømmene tager over, fordi hjernen simpelthen har brug for noget at lave.

Her i Læsehygge vil jeg ikke gå i detaljer omkring, hvordan man øger læsehastigheden. Dels fordi jeg primært fokuserer på den gode læseoplevelse, dels fordi jeg mener, at man virkelig skal være klar til at tage det skridt og derpå forberede sig godt, så det ikke udvikler sig til et uhensigtsmæssigt pres. **Det gøres bedst i samråd med barnets lærer, som også kender de formelle krav og forventninger til de respektive klassetrin.**



Jeg vil dog heller ikke springe emnet helt over, da mange forældre og børn går meget op i det, så her er nogle vejledende informationer og et link til, hvor man kan finde både mere hjælp og flere detaljer.

Som med lix-tal skal man også tage disse generelle tal for læsehastighed med et gran salt, men her er et par retningslinjer:

2.-3. klassetrin:	60-100 ord i minuttet
4. klassetrin:	120-150 ord i minuttet
5. klassetrin:	150-170 ord i minuttet
6. klassetrin:	170-200 ord i minuttet
7. klassetrin:	200-225 ord i minuttet
8. klassetrin:	225-250 ord i minuttet
9. klassetrin:	> 250 ord i minuttet

**For voksne læsere ligger tallet på ca. 300-400 ord i minuttet. Det svarer nogenlunde til det dobbelte af talehastigheden.** Nogen kan rent faktisk læse op til 1000 ord i minuttet, men så er der oftest tale om folk, der lever af at skimme tekster og lynhurtigt kan danne sig et overblik over indholdet.

Tallene er fra Undervis.dk.

Som udgangspunkt bør I efter min mening først arbejde på læsehastigheden, når dit barn kan læse nogenlunde sikkert og er nået til mellemtrinnet.

**Begynder I at presse på for tidligt, kan det give alvorlige bagslag og måske resultere i, at læsningen mere eller mindre opgives, og det ville være frygtelig ærgerligt.**

**Man bør være opmærksom på, at mange ting spiller en rolle for hastigheden, når vi læser.** Er det en fagbog med et let eller svært emne? Er det en historie, som foregår i et univers, vi aldrig har hørt om eller kunnet forestille os før? Er teksten skrevet med store og let genkendelige bogstaver eller lille og snørklet typografi? Er der god linjeafstand, overskuelige afsnit og mange illustrationer, som bryder teksten op?

**Har vi gjort os klart, hvorfor vi læser?** Er det for hyggens skyld? Er det for forståelsens skyld? Måske en lektie, der skal huskes? Er det for interessens skyld, fordi vi har fundet en bog om vores yndlingshobby? Er det noget, vi skal kunne gengive eller måske endda hjælpe andre med at forstå?

**Uanset hvad, er det altid godt at gøre sig rammen og formålet klart, så brug gerne et par minutter på at tale om det ind imellem.** Så værner I også jeres barn til at tænke over det i stedet for bare at kaste sig over bøgerne på samme måde hver gang.

Tal om, hvor meget information I får ud fra forsiden, titlen og teksten på bagsiden – på den måde bliver rammen for historien nemlig skabt. Hjernen begynder allerede her at lede efter noget at sammenligne med for at gøre sig klar til at tage imod både ny og genkendelig information.

### INDFØR LÆSEHYGGE – TIPS & GODE RÅD

Læsehygge er som førnævnt ment som en inspirationskilde, som man kan gå til og fra, mens I plukker en enkelt eller flere ting ud og prøver af. Nogle ting vil måske virke ligegyldige, andre forhåbentlig som en øjenåbner – **uanset hvad, er det kun JER som familie, der kan afgøre, hvad der virker godt.**

Her kommer endnu nogle fif til, hvordan der kan bringes mere sjov og hygge ind i den nødvendige læsning:



#### Læse-barometer

Lav et barometer, som viser antal læste sider på en synlig, glad og virkningsfuld måde. **Lav gerne nogle delmål, så der måske er en lille gulerod at gå efter, uden at det dog skal overskygge det egentlige formål med læsningen.**

Vis dem ved at lave en streg, tilføje en lap eller andet, som fortæller, at der venter en is, en biograffilm eller en tur i svømmehallen efter et vist antal læste sider.

I kan trække møtrikker på et langt stykke ståltråd, hælde perler i et plasticrør, hænge post-its op på væggen, lave en papirslange med bogtitler og antal sider, sætte streger på en træpind, notere titler og sider på et skema, der hænges op eller sættes i en farvestrålende mappe.



**Lad fantasien råde og sæt gerne masser af seje, glade eller friske farver på!**

### Læse-aftale

Lav en gensidig aftale fremfor en striks læsekontrakt, så mor og far måske lover at sørge for hygge, snacks og tid, mens børnene lover at læse et vist antal sider på aftalte tidspunkter, hvor intet andet får lov til at komme i vejen.

Sæt gerne en deadline og skriv også ned, hvad der kan vente af bonus eller belønning forude, når et eller flere mål er nået, så det ikke bare er noget, der skal foregå resten af ens skoletid. Der kan sagtens sættes et billede eller en tegning ind, som gør det mere konkret.

**Fremfor alt er en aftale oftest meget mere motiverende end en kontrakt** – tænk blot et øjeblik på, hvad vi voksne selv lægger af værdi og følelser i de to forskellige ord.

### Læs med kikkert

Sæt bogen på en hylde langt væk, og lad dit barn læse at par linjer eller sider med en kikkert.



### Nye læsestillinger

Lad dit barn stå på hovedet eller hænge ned fra sengen, mens hun læser.



### Gæt en handling

Gæt ud fra forsiden og illustrationerne i bogen, lav jeres egen historie, og læs så først bogen til sidst.

### Læs med lup

Skriv et par korte sætninger på computeren, minimer skriften, print det ud og lad ham læse det med lup.

Lad det gerne være en lille opgave, som ender i en belønning, en lille skattejagt rundt i huset eller haven osv., så han skal frem og tilbage til teksten og koncentrere sig, mens han bevæger sig.



### Læs bagfra

Læs en sætning bagfra, snak om indholdet og gæt på, hvad der mon er gået forud for den sætning?

### bagfra Læs

?sætning den for forud gået er mon der hvad, på gæt og indholdet om snak, bagfra sætning en Læs

### Lad bamsen læse

Til de mindste læsere kan I bruge en af yndlingsbamserne til at **læse med en bestemt stemme** ind imellem, lige som I kan skifte bamser og stemmer.

Det kan både være far eller mor, der læser med den anden stemme, eller barnet selv, hvis der er overskud til det med en let bog.



### Læsepausegymnastik

Aftal, at I de første 10 minutter af en læsestund skifter mellem at læse en side/et kort kapitel og lave **1 minuts fysisk aktivitet**.

Resten af tiden læses der bare i fred og ro.



armhævninger

mavebøjninger

sprællemandshop

englehop

skiftevis lægge sig ned på ryggen og stille sig op på tæer

skihop

rygbøjninger

løbe rundt om huset

gå baglæns gennem hele huset

hoppe på ét ben

snurre rundt om sig selv med lukkede øjne

høje knæløftninger

kravle, krabbe sig rundt om spisebordet

vild dans

balletdans



## Læse-marathon

Hold læse-marathon for børnenes venner en hel lørdag/weekend med masser af råhygge, huler, fede bøger (både fagbøger og gode alderssvarende historier), god musik og pauser med forskellig slags fysisk aktivitet. Gør klar til et sejt [læse-barometer](#) for den samlede læsemængde, del børnene op og lad dem lave [læsestafet](#) 3-4 personer ad gangen ud fra en kopieret side fra en læsebog. Byg et par [læsehuler](#) rundt omkring i huset og ude i haven eller på altanen, lav [skattejagt](#) med bøger og ledetråde i titler. Gå en tur og [læs skilte](#) osv. Det kan måske oven i købet aftales i klassen, så bøgerne kan lånes hjem fra skolebiblioteket med lærerens hjælp i forhold til emner og sværhedsgrad.

Brug mange af de tips, der er her i hæftet, så dagen bliver afvekslende og sætter læserne i bevægelse, men også giver dem tid og plads til at synke behageligt ind i fordybelsen. Får børnene mulighed for at prøve en masse nyt af, finder de forhåbentlig også nemmere deres egen foretrukne læsestil, og hvem ved, om det måske kunne blive en tilbagevendende begivenhed et par gange om året hos forskellige familier i klassen eller vennekredsen?

Tag gerne en masse billeder undervejs og vis dem til børnene, inden de går hjem, så de lige får genopfrisket, hvor mange måder der faktisk er at læse på. Det kan give både dem og deres lærer mange nye idéer og måske bruges efterfølgende i skolen eller hjemme. På den måde får I skabt en masse smukke ringe i vandet, som kan ende med at hjælpe jeres børn i mange år frem.

Læse-barometer

Trampolin

Gå og læs

Læsepausegymnastik

Læs med lup

Gæt en handling

Med én stemme

Læsehule

Læsestafet

Tampen brænder/  
Skattejagt

Tjek et skilt

Læs på tid



## OM FORFATTEREN, FIRMAET & METODEN



Merete Løvgreen, født i Næstved i 1966, se- og hørebarn, blandt meget andet voksenunderviser og folkeskolelærer med et brændende ønske om at gøre undervisning og læring både sjovere og mere givende for alle parter.

Erfaring med læseundervisning og inspiration fra tiden som lærer, underviser på camps og privatunderviser.

*"Jeg valgte at skrive Læsehygge, fordi jeg boblede af idéer og lyst til det, og fordi jeg ikke kunne få øje på noget indbydende alternativ. Vi kan jo ikke bare bede familierne om at læse 20 min. hver dag med deres barn uden at give dem idéer til hvordan."*

### Firmaet Sproggren og metoden Sprog & Tal i Bevægelse

I 2008 stiftede Merete Løvgreen firmaet [Sproggren](#) for at udleve sin drøm om **at gøre danskundervisningen mere levende**, så mange flere børn, unge og voksne kunne lære dansk på flere måder.

Efter tre års undervisning på samtlige klassetrin i folkeskolen, på en efterskole og et Julemærkehjem stod det klart, at dansk kan være yderst svært at lære for både danske og tosprogede elever, hvis man kun lærer sig op af bøger og skriftlige materialer.

Inspireret af teorien om læringsstile og de mange intelligenser gik Merete derfor i gang med at udvikle og afprøve forskellige måder at terpe grammatik og stavning på. Det førte hende bl.a. til udviklingen af uge-camps, hvor børn kom fra hele landet og blev undervist efter metoden (nu kendt som Sprog i Bevægelse) i en hel uge i træk. Senere sluttede camps med matematik og engelsk sig også til.

**Børnenes fremgang og begejstring gjorde, at fokus snart lå mere på selve bevægelsen og den fysiske aktivitet end på den enkeltes læringsstil, men det faglige indhold var hele tiden den grundlæggende faktor. De skulle jo lære noget, de også kunne bruge senere, men helst MENS det var sjovt, hyggeligt og svedigt!**

Fra 2011 begyndte [Sproggren](#) at udgive sine materialer, og i dag bruges de på mere end 500 skoler i hele landet, når bevægelsen skal ind i dansk, matematik og engelskundervisningen.

Sideløbende med udvikling, produktion og salg af materialer, afholder Sproggren kurser for lærere og deltager løbende i forskellige projekter med bevægelse og læring.

Fire jungleskoler i Thailand og flere i Afrika benytter dele af metoden til deres engelskundervisning. Forhåbentlig kommer flere til i andre dele af verden.



## FORDELENE VED KOBLING AF FYSISK AKTIVITET OG INDLÆRING

Fra **Dansk Skoleidræts** hæfte om 'Læring i bevægelse' lyder det, at forskningen giver belæg for disse påstande:

- Når vi bevæger os og får pulsen op, giver det ikke kun bedre kondi og stærkere muskler, der dannes også samtidig flere hjerneceller
- Elever med god motorik lærer nemmere at læse, skrive og regne
- Mere tid til fysisk aktivitet og mindre tid til boglige fag giver ikke dårligere faglige resultater i skolen – faktisk tværtimod
- Fysisk aktivitet i skolen øger børnenes selvværd og reducerer mobning, fordi eleverne gennem idræt og bevægelse lærer om de sociale spilleregler og dannes socialt
- Elevernes læring fremmes bedst, hvis de fysiske aktiviteter er tilpas udfordrende, og hvis eleverne bliver aktivt involveret og får konstruktiv feedback
- Når fysisk aktivitet og bevægelse integreres i undervisningen i de boglige fag, lærer eleverne bedre. Kroppen er nemlig selve grundlaget for udviklingen af vores intellekt, og hvis vi skal lære, skal vi have kroppen med.

Så hvorfor ikke også få lidt bevægelse ind i læsningen – dér, hvor det kan gøres nemt og sjovt til glæde for hele familien?

### Pia Nyberg, Børnebibliotekar:

*"Med denne mail vil jeg bare glædeligt meddele at vi i Hillerød børnebibliotek allerede har tænkt din bog ind i flere henseender. Først har vi købt et stort antal eksemplarer så at vi dagligt kan udstille bogen ved alle relevante bogudstillinger i børnebiblioteket. Og så har vi planlagt at bruge bogen i forbindelse med en række foredrag for "forældre til skolestartere" der foregår i efteråret. Vi benytter den ofte i dialogen med forældrene, når vi står med dem ved letlæsnings-reolerne, så alt i alt bliver "Læsehygge" flittigt brugt her på stedet.*

*Tak på mine egne og mine kollegaers vegne ☺"*



### Udtalelser fra forældre om Læsehygge

*"Merete... i dag var jeg på biblioteket med hele min klasse og vi lånte bøger med de kjedeligste forsider. Elevene synes det var kjempemorsomt, og gleder seg til å lese disse bøkene. En strålende ide. Neste gang skal guttene låne jentebøger og jentene skal låne guttebøger..."*

*"Jeg glæder mig selv som et lille barn til at lave læse-marathon for min datters klasse. De går i 2. og kunne godt bruge en masse ny inspiration. Forhåbentlig kan deres lærer så følge trop bagefter ;o)"*

*"Dejligt, at bogen er så nem at finde rundt i, så man ikke behøver at læse alt på engang."*

*"Forunderligt at opleve, hvor meget ro det gav min dreng på 11 at få lov til at sidde på pilatesbolden 'ligesom ham i bogen' og høre musik, mens han læste om biler. Det er længe siden, han har været koncentreret så længe, og nu er vi ved at finde på et sejt læsebarometer, som skal hænge på hans værelse."*

*"Det er en rigtig fin bog. Især kan jeg godt lide de små lege, som man kan lege med bøgerne, men hvor læsningen som sådan ikke er i centrum. Det synes jeg er godt fundet på."*

*"Min dreng kom træt ind til morgenmaden, men fortalte med et skønt glimt i øjet, at han faktisk havde læst 'hele natten'. Han går i 1.kl. og har kæmpet meget med overhovedet at ville ha' en bog i hånden, men nu er der vist gået hul på noget. TAK!"*

## LINKS OG LITTERATUR

Links, der har inspireret mig undervejs og måske kan hjælpe jer videre:

[Forlaget Alkalær](#), som især kan inspirere og hjælpe dem, der har vanskeligt ved at knække læsekoden. Kurser, skønne bøger med lydrette ord, privatundervisning m.m.

[Forlaget Elyson](#), som har en masse pragtfulde bøger med tekster i forskellige sværhedsgrader krydret med sjove og fængende illustrationer.

[Brughjernen.dk](#) - om hurtiglæsning, hukommelse, mindmaps og hjernens spændende processer.

[Ordblind instituttet](#) – her et direkte link til forældresiden med gavnlige informationer, hvis man har et en søn eller datter, som (måske) er ordblind.

[Nationalt Videncenter for Læsning](#) med alt godt om dette spændende område.

[Sproggren-Shop.dk](#) - her findes yderligere inspiration i form af ord, bolde, læsefolie, bogstavtænger og konkrete aktiviteter.

Mit store ønske er at give mange flere familier mod på at læse. Har du og dit barn lyst til at hjælpe mig med det, så send et billede og/eller et par ord om jeres læsning til mig på [merete@sproggren.dk](mailto:merete@sproggren.dk).

Gør I det, giver I mig samtidig lov til at dele det indsendte med andre. Jeg håber på jeres støtte til denne vigtige mission og siger derfor på forhånd: Tusind tak!



Se meget mere  
om  
Sprog & Tal i Bevægelse  
på  
[www.sproggren.dk](http://www.sproggren.dk)

*Læsehygge er blandt andet doneret til [Læs for Livet](#) og [Børnehjælpsdagen](#), som begge hjælper børn og unge videre med læsning.*

### Uddrag af Lektøruddtalelse (13/51) 5 080 117 9 (BS)

Løvgreen, Merete: Læsehygge – 3. udgave. – Sproggren.

#### Anvendelse/målgruppe/niveau

Bogen henvender sig først og fremmest til forældre til børn i 6-11 års alderen, men pædagoger og lærere vil muligvis også kunne finde inspiration bl.a. i relation til folkeskolereformens aktivitetstimer og lektiehjælp. Bogen er et kvadratisk hæfte med et væld af inspirerende og dokumenterende illustrationer – alle med billedtekster. Opsætningen er overskuelig, selvom der er en livlig farvebrug. Brødteksten er klar og kortfattet og taler direkte til læseren.

#### Samlet konklusion

Et godt og relevant initiativ, som kan være med til at dække et stigende forældrebehov om støtte til læseindlæringen.

*Hans-Christian Uth*



*Tak til alle mine skønne modeller (voksne, børn og dyr), tak til fotograf Lars Peter Bærendsen og endelig tak til mit utrættelige netværk, som har taget sig tid til at gennemlæse, kommentere og ønske endnu mere inspiration til hygge med deres uvurderlige unger!*