



## Velkommen til en smakebit

Hvordan kan en fortelling åpne for samtaler om mangfold, omsorg og tilhørighet? Her får dere et gratis utdrag av den pedagogiske veilederen til *Mammas magiske hemmelighet*, laget for barnehage og småskole.

Prøv en aktivitet med barna, utforsk konkrete råd til pedagogen og få et innblikk i den digitale ressursbanken. Smakebiten viser hvordan boka kan bli et utgangspunkt for både pedagogisk arbeid og refleksjon i personalgruppen.

## **Innhold i den komplette veilederen (Sidetallene viser til fullversjonen.)**

|                                                               |    |
|---------------------------------------------------------------|----|
| Veilederens formål og bruk .....                              | 4  |
| Om boken .....                                                | 7  |
| Pedagogens rolle: fem råd .....                               | 7  |
| Et bredt blikk på mangfold .....                              | 8  |
| Før dere leser – pedagogisk refleksjon .....                  | 8  |
| Forslag til aktiviteter .....                                 | 10 |
| DEL 1 – Hvem er Selma og mamma? .....                         | 10 |
| Aktivitet 1 – Bli kjent med Selma .....                       | 10 |
| Aktivitet 2 – Klær forteller historier .....                  | 11 |
| Aktivitet 3 – Min spesielle ting .....                        | 11 |
| DEL 2 – Mammas hemmelighet .....                              | 12 |
| Aktivitet 4 – Hva tror dere hemmeligheten er? .....           | 12 |
| Aktivitet 5 – Min superkraft .....                            | 13 |
| Aktivitet 6 – Hva gjør meg til meg? .....                     | 13 |
| DEL 3 – Hva gjør en superhelt? .....                          | 14 |
| Aktivitet 7 – Godhet er en superkraft .....                   | 14 |
| Aktivitet 8 – Hverdagsheltoppdrag .....                       | 15 |
| Aktivitet 9 – Godhetstreet .....                              | 15 |
| Mangfold i hverdagen .....                                    | 16 |
| Samarbeid med hjemmet .....                                   | 19 |
| Forankring i Rammeplanen og LK20 .....                        | 20 |
| Forslag til videre arbeid – Hverdagshelter i nærmiljøet ..... | 20 |
| Kopioriginaler og arbeidsark .....                            | 22 |
| Refleksjonsskjema- Vårt arbeid med mangfold .....             | 23 |
| Fra refleksjon til handling .....                             | 25 |

## Fra fortelling til praksis

Boka åpner for undring og samtale. Veilederen gir pedagogisk støtte og progresjon, mens den digitale ressursbanken gjør det enkelt å omsette innholdet til praksis. Refleksjonsverktøyene hjelper deg og personalgruppen med å ta arbeidet videre og utvikle egen praksis.



## Slik bruker du veilederen

Veilederen følger fortellingens oppbygning og er delt inn i tre deler:

### DEL 1 – Hvem er Selma og mamma?

Identitet, familie, kulturuttrykk og tilhørighet.

### DEL 2 – Mammas hemmelighet

Symboler, verdier, undring og identitet.

### DEL 3 – Hva gjør en superhelt?

Empati, handling, fellesskap og inkludering.

Aktivitetene kan brukes enkeltvis eller som del av et større arbeid. Hver aktivitet følger den samme enkle strukturen:

- **Læringsmål** – hva barna skal erfare eller utvikle.
- **Gjennomføring** – hvordan aktiviteten kan gjennomføres.
- **Samtale** – åpne spørsmål som inviterer til undring og refleksjon.
- **Refleksjon for pedagogen** – spørsmål som hjelper deg å se nærmere på egen praksis.
- **Videre arbeid** – forslag til hvordan temaet kan tas med videre i hverdagen.

Aktivitetene kan tilpasses barnas alder, erfaringer og behov og brukes både i små og store grupper.

## Om boken

Mammass magiske hemmelighet handler om Selma, som undrer seg over hvorfor mamma bruker hijab. Mamma forteller at hijaben minner henne om verdiene hun ønsker å leve etter – å være snill, vise omsorg og gjøre godt for andre.

Gjennom fortellingen oppdager Selma at godhet, omsorg og vennskap er superkrefter alle kan ha. Historien åpner samtidig for samtaler om identitet, mangfold og tilhørighet.

*Det er handlingene våre – ikke hvordan vi ser ut eller hva vi har på oss – som viser hvem vi er.*

*Prøv ut en av aktivitetene i veilederen*

## DEL 3 – Hva gjør en superhelt?

Tema: Empati, handling, fellesskap, inkludering

---

Fortellingen flytter oppmerksomheten fra hvem vi er, til hvordan vi møter andre. Aktivitetene inviterer barna til å utforske hvordan små handlinger kan bidra til vennskap, omsorg og inkludering – og hvordan alle kan være hverdagshelter i sitt eget fellesskap.

### Aktivitet 7 – Godhet er en superkraft

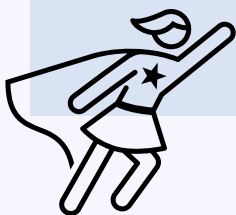
#### Læringsmål

Barna skal erfare at små handlinger kan gjøre en stor forskjell for andre.

#### Gjennomføring

Lag en felles idédugnad om hvordan man kan være en hverdagshelt.

Skriv alle forslagene på en plakat.



 **Samtale** 

 Hvordan kan vi gjøre dagen bedre for andre? 

 Hvem har gjort noe hyggelig for deg? 

 Hvordan føles det å hjelpe? 

 **Refleksjon for pedagogen** 

 Hvilke handlinger var viktige for barna? 

 Hvordan kan vi støtte slike handlinger i hverdagen? 

 **Videre arbeid** 

 La plakaten henge synlig og bruk den gjennom hele året. 

## Ressurser til pedagogen

# Mangfold i hverdagen

## Når barn uttrykker stereotypier eller fordommer

Barn kan gjenta generaliseringer eller forestillinger de har hørt fra andre. Slike situasjoner kan brukes som utgangspunkt for læring og refleksjon.

- **Stopp opp og undersøk:** Spør rolig: «Hva får deg til å tenke det?» eller «Hvor har du hørt det?»
- **Utfordre generaliseringer:** Spør: «Tror du det gjelder alle?» eller «Kan mennesker i samme gruppe være forskjellige?»
- **Utvid perspektivet:** Hjelp barnet til å se flere muligheter: «Noen gjør det slik, mens andre gjør det annerledes.»
- **Følg opp:** Bruk gjerne bøker, lek, bilder eller senere samtaler til å utforske temaet videre – uten å gjøre enkeltbarn til representanter for en gruppe.

### Når barn uttrykker stereotypier eller generaliseringer

Barn kan gjenta stereotypier og generaliseringer de har hørt andre steder. I stedet for å avslutte samtalen kan situasjonen brukes som en mulighet for læring.

**1 STOPP**  
Stopp opp og undersøk

**Hva gjør du?**

- Stopp opp og vis interesse.
- Lytt uten å dømme.
- Still åpne og nysgjerrige spørsmål for å forstå barnets tanker.

**Eksempler på spørsmål:**

- Hva får deg til å tenke det?
- Hvor har du hørt det?
- Kan du fortelle litt mer?

**2 UNDERSØK**  
Utfordre generaliseringen

**Hva gjør du?**

- Hjelp barnet til å reflektere over hva utsagnet bygger på.
- Utfordre generaliseringen på en rolig og respektfull måte.
- Still spørsmål som får barnet til å tenke videre.

**Eksempler på spørsmål:**

- Tror du det gjelder alle?
- Finnes det unntak?
- Hva tenker andre om dette?
- Hvordan kan vi finne det ut?

**3 UTVID**  
Utvid perspektivet

**Hva gjør du?**

- Vis at mennesker er ulike, og at det er helt naturlig.
- Gi eksempler på mangfold og ulike erfaringer.
- Still spørsmål som åpner for flere perspektiver.

**Eksempler på utsagn:**

- Noen gjør det slik, mens andre gjør det annerledes.
- Det finnes mange måter å være på.
- Hva tror du personen selv ville sagt?
- Hvordan kan vi vite mer?

**4 FØLG OPP**  
Bruk bøker, bilder, lek og senere samtaler

**Hva gjør du?**

- Ta temaet opp igjen i nye situasjoner.
- Bruk bøker, bilder, lek og konkrete eksempler for å utforske temaet videre.
- Skap rom for flere samtaler over tid.
- Involver gjerne hele barnegruppen.

**Eksempler på videre arbeid:**

- Les bøker som viser mangfold.
- Bruk bilder og aktuelle eksempler fra hverdagen.
- La barna leke og utforske ulike roller.
- Ta opp temaet igjen senere: «Hva har vi lært? Hva tenker vi nå?»

Flere perspektiver gir større forståelse – og et varmere fellesskap.

## Å gi barn verktøy – ikke bare gode holdninger

I arbeidet med inkludering bruker vi mye tid på å lære barn hvordan de skal møte andre – å være gode venner, inkludere og vise respekt. Men barn trenger også verktøy for de gangene de selv opplever noe som er vondt, urettferdig eller ekskluderende.

Noen barn vil gjennom oppveksten møte kommentarer, stereotypier, diskriminering eller følelsen av å skille seg ut. Vi kan ikke skjerme barn mot alle slike erfaringer, men vi kan bidra til at de står tryggere når de møter dem.

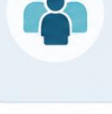
## Til refleksjon

### I PERSONALGRUPPEN

Vi lærer barn hvordan de skal behandle andre. Men hvilke verktøy gir vi dem når de selv opplever noe som er vondt, urettferdig eller ekskluderende?

7

## Forankring i Rammeplanen og LK20

| Område                                                                                                              | Veilederen støtter arbeid med                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <b>Rammeplanen for barnehagen</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Kommunikasjon, språk og tekst:</b> samtale, lytting, fortelling og refleksjon.</li> <li>● <b>Nærmiljø og samfunn:</b> mangfold, likeverd, tilhørighet og deltakelse.</li> <li>● <b>Etikk, religion og filosofi:</b> undring, respekt, verdier og ulike måter å leve og tenke på.</li> <li>● <b>Kunst, kultur og kreativitet:</b> identitet og erfaringer gjennom skapende uttrykk.</li> </ul> |
|  <b>Norsk</b>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Høytlesing og litterære samtaler. Å lytte, uttrykke egne tanker og erfaringer, stille spørsmål og møte andres perspektiver.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                           |
|  <b>KRLE</b>                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Identitet, verdier, religion og livssyn. Undring og samtale om likheter og forskjeller, respekt for ulike perspektiver og måter å leve på.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                            |
|  <b>Samfunnsfag</b>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Identitet og mangfold, tilhørighet og fellesskap. Refleksjon rundt inkludering, utenforskap, likeverd og hvordan vi møter forskjeller.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                |
|  <b>Kunst og håndverk</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Utforske og uttrykke identitet, erfaringer, følelser og ideer gjennom tegning og andre skapende aktiviteter.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|  <b>Tverrfaglige temaer</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Demokrati og medborgerskap:</b> deltakelse, respekt, likeverd og å møte ulike perspektiver.</li> <li>● <b>Folkehelse og livsmestring:</b> identitet, selvfølelse, tilhørighet, relasjoner og å sette ord på egne opplevelser.</li> </ul>                                                                                                                                                      |

## Kopioriginaler og arbeidsark

Til aktivitetene i veilederen følger ferdige arbeidsark og kopioriginaler som gjør det enkelt å ta arbeidet videre sammen med barna.

Materiellet er samlet i den digitale ressursbanken, der du kan laste ned og skrive ut det du trenger.

Her finner du blant annet:

**DETTE ER MEG!**  
Tegn eller skriv om deg selv.

Dette er min familie  
Jeg kan snakke disse språkene  
Dette liker jeg å gjøre  
Dette liker jeg å spise  
Dette er mine venner  
Dette er jeg flink til

**HVERDAGSHELT DIPLOM**  
TILDELES  
For din innsats, ditt engasjement og din evne til å gjøre en forskjell.  
DATO SIGNATUR

**OPPDRAGSKORT - GODE HANDLINGER**

Oppdrag: Invitere noen med i leken  
Oppdrag: Si noe fint til en venn  
Oppdrag: Hjelp til å dekke bordet  
Oppdrag: Lage en tegning til noen du er glad i

**MIN SUPERKRAFT**  
Alle har superkrefter! Jeg bruker mine til å gjøre verden til et bedre sted - hver dag.

HVA ER EN SUPERKRAFT?  
En superkraft er noe jeg er god på eller noe fint jeg gjør for andre.

MIN SUPERKRAFT  
Hva er jeg god på?  
Hva gjør jeg?  
Tegn eller skriv!

HVORFOR ER DEN VIKTIG FOR MEG?  
Når bruker jeg den?  
Hvem hjelper jeg?

MITT SUPERHELT-MOTTO  
Skriv et motto som gir meg styrke!

**Dette er meg!**  
Tegn eller skriv om deg selv.

**Hverdagshelt-diplom**  
Tildeles som anerkjennelse.

**Oppdragkort - gode handlinger**  
Små oppdrag som gjør en forskjell.

**Min superkraft**  
Utforsk hva du er god på, og hvordan du kan bruke det.

Alle kopioriginaler finner du i den digitale ressursbanken.  
Last ned, skriv ut og bruk i ditt pedagogiske arbeid.

Gå til ressursbanken →

## Vil dere arbeide videre?

*Mammas magiske hemmelighet* gir barnehager og småskolen et utgangspunkt for arbeid med identitet, mangfold, omsorg og tilhørighet.

### Gratis smakebit

Dette utdraget viser utvalgte aktiviteter og verktøy fra veilederen. Det gir ikke full tilgang til den digitale ressursbanken.

### Prøvepakken

Dere får én bok og personlig digital tilgang til den komplette veilederen og ressursbanken for én pedagog.

### Full digital tilgang

Har dere allerede boka, kan dere kjøpe tilgang til den komplette veilederen med ni aktiviteter, samtale spørsmål, kopioriginaler, pedagogiske råd og refleksjonsverktøy. Velg personlig lisens for én pedagog eller institusjonslisens når flere ansatte skal bruke ressursene.

[Se prøvepakker og lisensalternativer →](#)



Takk  
for at du er  
hverdagshelt  
for barna!

Denne veilederen gir deg praktiske tips, ideer  
og kopioriginaler som kan støtte arbeidet ditt  
med mangfold, inkludering og hverdagshelter  
i barnehage og skole.

