

# SE MIN KROP

3-8 år



## Alt det kroppen kan

### Kroppen (61.2)

Lær på en enkel og legende måde alt om, hvor genial din krop er. Hvad sker der på indersiden af den, og hvordan ser den ud udenpå? Få også sjove fakta om kroppen og gode råd til, hvordan du passer på dig selv.

FOR 4-6 ÅR



### På opdagelse - kroppen (61.1)

Af Bipasha Choudhury

Tag på rundtur i kroppens indre, og lær om organer, muskler og knogler. Rejs videre ind i hjernen, nervesystemet og immunforsvaret. Find også ud af, hvad der sker med maden, og hvilke bakterier, der lever på huden.

FOR 6-10 ÅR



"Vidste du, at et nys bevæger sig med en hastighed på op mod 160 km/t?"

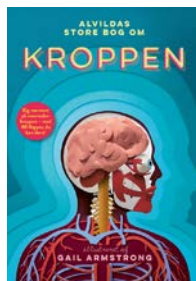


### Min bog om kroppen fra top til tå (61.1)

Fra toppen af hovedet til spidsen af tæerne er din krop helt fantastisk, og i denne bog kan du udforske de forskellige kroppsdele - både indeni og udenpå. Du får også idéer til sjove aktiviteter, du selv kan lave.

FOR 4-6 ÅR

"Vidste du, at din fod kan producere op til en kop sved om dagen?"



### Alvildas store bog om kroppen (61.1)

Af Gail Armstrong

Flot og kreativ bog om kroppen med forskellige flapper og udskæringer, der gør turen gennem kroppen meget levende. Kom med om bag kroppens mange lag, og kig ind i kamre, kar, muskler og afkroge.

FOR 7-11 ÅR



### Kom med ind i kroppen (61.1)

Tag med Oliver, Emma og hunden Max på opdagelsesrejse ind i kroppen. Turen begynder i munden, forbi det bankende hjerte, gennem den rumlende mave og de mægtige muskler. Hver side har flapper med ting, du skal finde.

FOR 5-8 ÅR



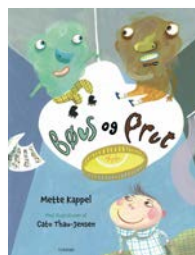
## Bøvs, prut og numser

### Bøvs og Prut

Af Mette Kappel & Cato Thau-Jensen

Sjov og rimet historie om Bøvs og Prut, der befinder sig inde i Mikkel's krop. Han har lige spist, og nu vil Bøvs og Prut gerne ud, men de skal hver sin vej. Følg med dem rundt i spiserør, mavesæk og tarme.

FOR 3-6 ÅR

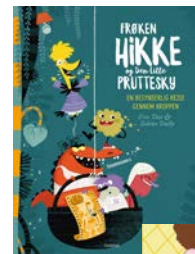


### Frøken Hikke og den lille pruttesku

Af Eva Dax & Sabine Dully

Mød De Ustoppelige Fem, som bor inde i din krop. De dukker op på de værst tænkelige tidspunkter, og snart finder du ud af, hvorfor du slet ikke kan lade være med at bøvs, nyse, hikke, gabe eller prutte.

FOR 3-6 ÅR



Læs flere i serien

### Bare numser

Af Annika Leone & Bettina Johansson

I svømmehallens omklædningsrum opdager Mira, at kroppe kommer i mange forskellige former, størrelser og farver. Her er nøgne kvinder med store og små numser, runde og lange bryster, deller, rynker og forskellig hårvækst.

FOR 3-6 ÅR





### Pruttebogen

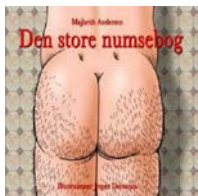
– leksikon over fimser (61.23)

Af Stine Dreyer

Alle mennesker prutter, og her beskrives 23 forskellige slags prutter. Bliv klog på pruttens vej gennem kroppen, og hvilke typer af prutter, der findes. Måske kender du allerede til badevandsprutten eller siveren?

FOR 6-10 ÅR

”Vidste du, at du på en måned kan slå så mange prutter, at det er nok til at puste tyve balloner op?”



Den store numsebog (61.19)

Af Majbrith Andersen

Alle skabninger på jorden, både mennesker og dyr, har numser. De kan se meget forskellige ud, men de kan slet ikke undværes. Sjov og skør bog om, hvorfor numser er vigtige, og hvordan de fungerer.

FOR 4-7 ÅR

## Vidste du? – sjove og gakkede fakta

### 50 gakkede ting mennesker gør (61.2)

Kroppen er et fantastisk redskab, der gør det muligt at lave utrolige ting hver eneste dag. I denne bog får du vild, sjov og gakket viden om din krop. Måske virker det næsten for skørt til at være sandt? Læs med og bliv overrasket.

FOR 5-10 ÅR



### Din store bog om kroppen - fra top til tå og alt derimellem (61.1)

Sjov bladrebog om alt det mærkelige, som kroppen kan. Få vilde fakta om hjernens opbygning, dit fordøjelsessystem og andre fascinerende funktioner. Bogen er fyldt med farverige illustrationer, skøre quizzer, opgaver og sjove rekorder.

FOR 6-12 ÅR



### Hvorfor er blå mærker blå? (61.1)

Bliv klogere på, hvorfor mælketænderne falder ud, og hvordan håret vokser. Hvorfor du prutter, og hvor tårerne kommer fra, når du græder. En enkel fagbilledbog, der både indeholder børns egne forslag samt faktuelle forklaringer.

FOR 5-8 ÅR

### Kroppens ABC (61.2)

For hvert bogstav i alfabetet får du serveret sjove fakta om kroppen, og på den måde kommer du rundt om hele kroppen. Bliv klog på ansigt, baller, celler og andre kropsdele med quiz og små opgaver undervejs.

FOR 5-8 ÅR



”Vidste du, at du smider omkring 500 millioner døde hudceller om dagen?”



”Vidste du, at du producerer omkring 26.000 liter spyt i løbet af dit liv?”



### Ad, hvor ulækkert! (61.2)

Af Anna Hansson

Din krop er helt fantastisk, men man kan også godt synes, at den kan nogle klamme ting. I denne bog får du en masse sjove og underholdende fakta om kropsvæsker som snot, spyt, sved, bræk, lort og blod.

FOR 5-10 ÅR

## Din krop er fin



Læs flere i serien

### Min helt egen supernavle

Af Ninka Reittu

I denne poetiske billedbog er Lille fuld af undren over kroppens mange funktioner. Han afprøver sin krop og opdager, hvor genial og klog den er, og hvordan den passer lige præcis til ham.

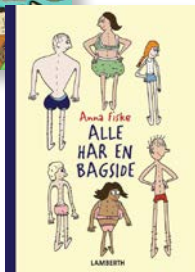
FOR 3-6 ÅR

## Din fantastiske krop (61.2)

Af Sigrún Daniélsdóttir

Det er vigtigt at lytte, når kroppen fortæller, hvad den har brug for. Her får du på en enkel og fin måde forklaret, hvorfor du skal holde af din krop og passe godt på den - og også respektere andres kroppe.

FOR 3-6 ÅR



## Alle har en bagside (61.2)

Af Anna Fiske

En herlig og humoristisk billedbog, der viser, hvor forskellige kroppe kan være, og at alle kroppe er rigtige og fantastiske. Få også gode snakke om hygiejne, beklædning, kropssprog og grænser.

FOR 3-6 ÅR



"Vidste du, at dit hjerte slår cirka 100.000 gange hver dag?"



## Den store bog om forskellighed (30.13)

Af Felicity Brooks

Alle mennesker er forskellige - og heldigvis for det. Vi går forskelligt klædt, spiser forskelligt mad, har forskellige traditioner og familieforme, og vores kroppe kan også se ud på mange forskellige måder.

FOR 5-8 ÅR

## En fin sten

Af Anne Sofie Allermann & Anna Margrethe Kjærgaard

En smuk billedbog, der viser vigtigheden af at se ting fra flere vinkler. På stranden finder Orla en sten, som ligner noget forskelligt alt efter, hvordan man ser på den. Da Orla hopper i vandet, opdager man, at Orla også kan være andet, end man lige tror.

FOR 4-7 ÅR



## Ro på indeni

## En fugl i hånden (61.36)

Af Lotte Salling & Lea Letén

Tøm sindet, mærk kroppen og skab nærvær i en travl hverdag. Bogen indeholder mindfulnessremser og øvelser med illustrationer og instruktioner. Der lægges op til dialog og leg, hvor kropsfornemmelse og nærhed er i fokus.

FOR 4-7 ÅR



Læs flere i serien

## Natbjørnen Tjugga & kærlighedsblomsterne

Af Emilie Melgaard Jacobsen

Træd ind i Natskoven sammen med Natbjørnen Tjugga. Her blandt kærlighedsblomsterne er der trygt og rart at være. Bøgerne om Tjugga er skrevet som søvnmeditation, der styrker børns selvværd.

FOR 3-5 ÅR



Læs også: Stjerner før sengetid

## Stjernestunder

Af Lotte Salling & Lea Letén

Skab en behagelig afslutning på dagen med godnatrim og beroligende massage. Rimene tager afsæt i emner, der knytter sig til natten såsom stjernebilleder og drømme. Hvert rim ledsages af forslag til strøg og berøringer.

FOR 3-7 ÅR

## Lær med kroppen



BIBLIOTEKERNES  
Sprogspor

## Sprogsporet.dk/krop-og-bevægelse

- Sprogsporet.dk er bibliotekernes fælles indsats, der støtter sprogstimulering for de 0-6-årige. Her er der, udover boglister og sprogtips, også forslag til sproglege og bevægelsesaktiviteter, der får hele kroppen med.

## Sprog fitness lege (37.21)

Idékatalog med inspiration til lege, der styrker kroppen og sproget. Sprogfitness er sjove lege med ord og krop, der understøtter forskellige kropslige læringsstile. Konceptet er udviklet af Aalborg Bibliotekerne og pædagogstuderende, og der er et fælles Sprogfitness-events hvert år i maj.

FOR 5-7 ÅR



Læs mere om Sprogfitness her:  
[www.sprogsporet.dk/sprogfitness](http://www.sprogsporet.dk/sprogfitness)



## Alfabet-atlet / Tal-atlet

Af Lotte Salling & Dina Gellert

Kom op af sofaen - og brug kroppen til at lave bogstav- og talfigurer med. Bøgerne viser, hvordan kroppen kan forme og lege med bogstaver, tal og figurer. De forskellige rim fungerer som huskeremser.

FOR 4-7 ÅR

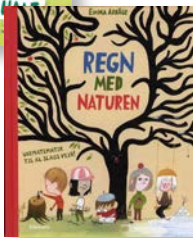
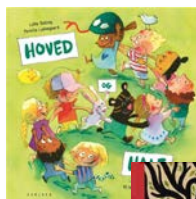


## Hoved og hale (79.3)

Af Lotte Salling & Pernille Lykkegaard

Få krop på sproget i denne billedbog af bevægelsespædagog Lotte Salling. Her er 20 rim med tilhørende aktivitetsforslag og kropslege, som stimulerer børns sprog, sanser og grundmotorik.

FOR 3-8 ÅR



## Regn med naturen (51.1)

Af Emma Adbåge

På med overbøjningen og kom ud i naturen. Her skal både kroppen, sanserne og hovedet bruges til små opgaver, konkurrencer og lege, der indeholder forskellige matematiske begreber.

FOR 5-8 ÅR



## Rim, roller og rutiner

(79.39)

Af Lotte Salling & Jeanette Brandt

Sjove sange og bevægelseslege, der hjælper med til, at hverdagens rutiner glider lidt nemmere. De små vers synges på kendte melodier, mens man sammen får gjort de ting, man skal hver dag.

FOR 2-5 ÅR

## Kroppen

– rim og mirakler (61.1)

Af Marianne Iben Hansen & Peter Bay Alexandersen

17 fantastiske kropsdele bliver gennem rim, remser og forunderlige fakta præsenteret på en finurlig og lærerig måde. Der er forslag til sjove øvelser og aktiviteter, så du selv kan få gang i sproget og kroppen.

FOR 4-7 ÅR



## Bevæg din krop

**KROPPEN**  
på  
**ÅPEN**  
- i børnehøjde

## Kroppenpaatoppen.dk

Få idéer og inspiration til bevægelseslege, der får fysisk aktivitet og bevægelsesglæde ind i hverdagen. Legene er inddelt i kategorier, og der er særlige lege tilknyttet hver måned. Bag hjemmesiden, som både er for dagtilbud og familier, står fysioterapeuter ved Aalborg Kommune.



Læs også:  
Hokus pokus  
filyoga - remser  
og små yoga-  
forløb

## Yoga for børn (79.53)

Af Susannah Hoffman

Yoga er godt for både krop og sind - og så er det sjovt. Her er over 25 yogaøvelser vist i glade farvefotos. De korte, forklarende tekster indeholder også fakta og tips til de voksne om øvelsens formål og anvendelighed.

FOR 6-11 ÅR

## Har du det godt? - om sundhed og motion

Af Scot Ritchie

Med fem børns forberedelse til et svømmestævne som rammefortælling, kommer billedbogen omkring aspekter som motion og bevægelsesglæde. Bagerst er der forslag til udendørslege.

FOR 5-7 ÅR



## Kalle og Palle udenfor (79.3)

Humoristisk, skæv og kreativ håndbog med instruktioner til at lege og bruge kroppen udenfor. Bogen indeholder sjove illustrationer, tegneseriestriber og faktabokse.

FOR 5-9 ÅR



## Verdens lege (79.3)

Af Louise Banke

Leg er en kræft i alle børn - uanset hvordan de vokser op. Her beskrives 46 lege fra forskellige steder på kloden. En smuk bog, der inspirerer til nye lege og samtaler om, hvilken hverdag børn i andre lande har.

FOR 8-12 ÅR



## Når kroppen skal undersøges



## Rosa hos tandlægen

Af Anna-Karin Garhamn

Sød og informativ fortælling om Rosa, der skal til tandlæge for første gang. Kravl med op i den sjove tandlægestol og find ud af, hvordan tænderne undersøges, og hvilke instrumenter tandlægen bruger.

FOR 3-6 ÅR



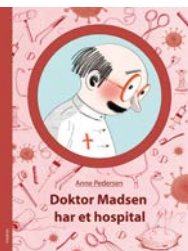
Læs også:  
Kristian og  
Lea skal til  
tandlæge

## At arbejde som praktiserende læge (61.41)

Af Lucy M. George & Ando Twin

Kom med ind til en række konsultationer i løbet af en almindelig arbejdsdag for lægen Mia. Der er også tegninger med de instrumenter og hjælpemidler, som lægen har brug for. Bagerst er der et afsnit med flere fakta.

FOR 4-7 ÅR



## Doktor Madsen har et hospital

Af Anne Pedersen

På hospitalet hjælper Doktor Madsen små og store dyr. Nogle skal vaccineres, mens andre skal have taget blodprøver eller opereres. Sommetider viser røntgenbilledet, at benet er brækket og skal i gips.

FOR 3-6 ÅR



## Bjørn på Bamsehospitalet

Af Rosa Gjerluff Nyholm

Bamse har ondt i armen og har mistet et øje, så Bjørn tager ham med på Bamsehospitalet. I venteværelset er der andre sovedyr med forskellige sygdomme. En introduktion til første besøg hos lægen eller på hospitalet.

FOR 3-6 ÅR



Udarbejder: Bibliotekar Annie Christensen

Illustrator: Rasmus Juul

Udgiver: © BibMedia, Herlev 2023

Tryk: Nofoprint, Vallensbæk

Varenr.: 47212304