

Livsmestring og helse

Tilknytning, trygghet og tilhørighet

Vårt hovedfokus på høsten er tilknytning og at barna føler seg trygge og at de er en viktig del av gruppen i barnehagen. Med syv nye ekornbarn og to som gikk her også i fjor, var det mye nytt for mange, og en ny gruppe for alle barna. Når et barn kommer til barnehagen for første gang er det mange nye inntrykk som skal bearbeides, og nye rutiner som man skal bli kjent med og trygge på. Trygghet er en forutsetning for at barn skal slippe seg løs i lek og utforskning. For at barna skal bli trygge på alt det nye, er det viktig at de får gjøre det i sitt eget tempo. Vi tok derfor inn den nye hverdagen i små doser, slik at det nye ble introdusert litt etter litt, og så ventet vi til vi opplevde at gruppen var klar for nye utfordringer før vi tok fatt på noe nytt. Vi har hatt mye felles lek på uteområdet vårt, slik at barna ble barna kjent med stedet og hverandre. Vi erfarte raskt at årets ekorngruppe er glad i sang, og vi startet med sangposer i samlingsstund. Barna fikk tidlig favoritter i sangposene og viste stort engasjement. Felles aktiviteter som samlingsstund bidrar også til trygghet og tilhørighet i gruppen, det er en gledesfylt opplevelse vi har sammen i gruppen.



Lek og relasjoner

Leken er en stor del av barnas hverdag. Gjennom lek skapes og styrkes relasjoner. Med sin kroppslige væremåte bruker barna hele kroppen i leken, de kan se på hverandre før de begynner å løpe, riste på hodet, klappe eller lage en lyd, og det tar da gjerne ikke lang tid før flere barn er med på leken. Denne typiske småbarnsleken har vi fokus på at det skal være rom for. Ved å leke sammen blir barna kjent med og trygge på hverandre, og de skaper vennsksrelasjoner. Vår sangglade gruppe tar også ofte initiativ til sang med bevegelser, og da kommer det gjerne flere til som vil være med på sangleken.



Gjennom leken erfarer barna samspill med andre barn og de blir kjent med verden rundt seg. Positive opplevelser hvor gruppen samles og deler gleder bidrar til trygghet og tilhørighet i gruppen. Ute utforsket vi naturen rundt oss, og vi fulgte med på forandringene som skjedde. Når bladene falt ned på bakken undersøkte vi disse, vi kastet dem opp i luften og så hvordan de dalte nedover. Da snøen kom forandret plutselig verden seg, og vi undersøkte, lekte, gravde og akte. Vi har lekt mye i sandkassen, og laget kaker, slott, veier og parkeringsplasser. Med små barns naturlige



nysgjerrighet blir de kjent med verden rundt seg ved å gjøre. Vi har et sanselig fokus i leken. Barna bruker alle sansene sine i utforskingen. De ser på, lytter, kjenner, lukter og smaker, og på denne måten blir alt det nye rundt dem litt mindre ukjent.

Voksne som støtter barna og er nært og aktivt tilstede i leken er viktig slik at de kan få den veiledningen de trenger underveis. I leken får barna erfaring med det å være en i en gruppe med jevnaldrende, og hvordan andre barn reagerer på mine handlinger. Vi voksne på ekorngruppen har fokus på å være tett på og aktive voksne i samspill med barna. Voksne som setter ord på det som skjer i ulike situasjoner, gir dem støtte i å mestre motgang, håndtere utfordringer og hjelper barna med å forstå egne



og andres følelser er viktig for barns livsmestring. Vi ønsker å gi barna konkrete verktøy til hva de kan gjøre i ulike situasjoner. Vi har for eksempel i høst øvd mye på hva vi kan gjøre hvis en leke barnet vil ha er opptatt, eller når flere vil ha den samme tingen samtidig, dette med å vente på tur, bytte og dele. Små barn er her og nå, og det er også vårt fokus, ved at vi voksne er med barna i situasjonen og setter ord på og viser hva de kan gjøre akkurat her og nå. Vi ser at barna nå begynner å bruke disse verktøyene selv, og holder frem hånden for å spørre om å få, eller deler om de ser et annet barn vil ha noe. Dette henger nært sammen med dimensjonene i Class som vi jobber med gjennom kvalitetsutviklingen Tett På, som det står mer om under.

Tett På

Målet med TETT PÅ er at ansatte i Bærumsbarnehagene skal bli enda bedre til å fremme barnas trivsel, trygghet, læring og språkutvikling i hverdagen. Samspill med varme og stimulerende voksne er barnehagekvalitet for alle barn. Gjennom å jobbe systematisk med en og en dimensjon i Class har vi reflektert over og jobbet med vår væremåte i samspill med barn. De ulike dimensjonene tar for seg hva vi konkret gjør i spillet, som hvordan vi snakker til barna, har vi øyekontakt, ser og responderer vi på barnas signaler og anerkjenner barns følelser. Etter å ha kommet til vårt andre år i Tett På, opplever vi at det har blitt et svært nyttig verktøy, og det er på vei til å bli en del av vår væremåte. De felles refleksjonene og veiledningene våre har gitt oss en felles plattform og gode forutsetninger for daglig refleksjon over hverdagssituasjoner. Som nevnt over har vi hatt fokus på å gi barna verktøy som de kan bruke i samspill med hverandre. Her bruker vi Class aktivt, gjennom dimensjonene ta barnets perspektiv og reguleringsstøtte. Ved å sette ord på det barna opplever og deres følelser, bidrar til at barna også får et språk til å sette ord på det de opplever og føler.



Tegn til tale og små barns behov

Vi bruker tegn til tale som en forsterkning til talen i vår kommunikasjon med barna. Ved å bruke tegn blir ordet visualisert samtidig som vi sier det. Små barn har ofte ikke så mye verbalt språk enda, og det kan være utfordrende å forstå hva de forsøker å kommunisere, hvilke behov de har her og nå. Ved å bruke tegn til tale kan dette gi barna et språk de kan bruke for å uttrykke behovene sine. Vi erfarte i høst at barna tok dette raskt til seg, og mange av barna bruker tegn i hverdagen, noe som gjerne motiverer andre barn til å gjøre det samme. Barna kan komme og bruke tegnet for tørst for å fortelle at de trenger drikke, tegnet for mer når det vil ha mer mat eller sove når de er klare for å legge seg. Ved at små barn får uttrykt behovene sine og opplever at de blir forstått og møtt, opplever vi at det hindrer mye frustrasjon, de får behovene sine dekket. Vi ser også at barna bruker tegn i sin bearbeiding av at mamma og pappa ikke er her, og til å uttrykke følelser. De kan si mamma, for så å gjøre tegnet for jobbe, de vet at mamma er på jobb. Og er de lei seg, kan de gjøre tegnet for trist, eller tegnet for trøste om de ser en annen er lei seg. Vi voksne setter ord på det barna uttrykker i tillegg til å gjøre tegnet, og ordet og tegnet settes sammen, noe som kan bidra i språkutviklingen.

Veien videre

Vi vil fortsette med fokus på å sette ord på det barna opplever her og nå, og på å gi dem veiledning og reguleringsstøtte i samspill. Vi skal også fremover ha et ekstra fokus på følelser. Vi ønsker å gi barna et språk til følelsene. Å få god hjelp til å regulere følelsene de opplever i hverdagen bidrar til å gjøre barn robuste og i stand til å takle belastninger og stress senere i livet. Vi vil ha ekstra fokus på å sette ord på og bekrefte følelsene sammen med barna i opplevelsene deres. Når følelser blir satt ord på og bekreftet, kan dette bidra til at barna kjenner igjen følelser hos seg selv og andre. Vi snakker om følelser barna opplever gjennom hverdagen. Vi bruker også tegn til følelsene, slik kan de barna som ikke får uttrykt følelsene sine med ord, kan gjøre det med tegn.

Natur og fysisk aktivitet i en bærekraftig fremtid

Dette er et tema som står oss i Øverland barnehage nært. Rammeplan for barnehager skriver at barna skal få naturopplevelser og bli kjent med naturens mangfold, og barnehagen skal bidra til at barna opplever tilhørighet til naturen. Med naturen rett utenfor er vi så heldige å oppleve dette mangfoldet i hverdagen. Gjennom lek og aktiviteter ute i barnehagen blir barna kjent med naturen, og de trives godt borte i skogen vår. Her har vi lekt i og ved hinderløypa, barna øver seg på å komme opp skråningen, for så å sette utfor ned sklia, eller å leke inne i trehytta. Den nye hinderløypa har vi også blitt kjent med, og barna prøver seg frem her. Å bevege seg i ulendt terreng bidrar til den motoriske utviklingen. Barna prøver seg frem om det er best å krabbe eller å gå opp. Og når vi kommer på toppen er mestringsfølelsen stor.



Såkassene

Utover høsten fulgte vi med på og utforsket det som vokste oppi såkassene. Vi fikk i høst masse squash, og barna var med på å høste disse. Vi undersøkte oppi såkassene, kjente på jorda og med naturens fantastiske mangfold var det både meitemarker, marihøner og edderkopper som kom på besøk hit. Med slike her og nå opplevelser erfarer barna livet i naturen og blir kjent med dette ved å oppleve det tett på. Her står sanseopplevelsene i kø, ved at vi kjenner, lukter og smaker på det vi høster i kassene.



Bærekraftig fremtid handler blant annet om at vi skal ta vare på naturen og det som er rundt oss, så de som kommer etter oss også kan få glede av det. Gjennom her og nå opplevelser snakker vi med barna om hvordan vi kan ta vare på meitemarken vi finner i jorda, eller nettet som edderkoppene har laget.

Veien videre

Vi har i høst delt oss noe i grupper, og de eldste ekornbarna har gått på tur i nærområdet sammen med harebarna. Her har de utforsket naturen og fulgt med på forandringene som har skjedd. Dette har vært veldig populært, og vi vil fortsette med disse turene også fremover. Vi vil også dele ekorngruppen noe fremover, slik at de barna vi opplever at er klare for tur, går på tur, og de som ikke er klare for det enda har lek og aktiviteter ute i barnehagen. På denne måten kan vi tilpasse aktivitetene til alle barns behov.

Mot våren skal vi så frø og følge prosessen fra frø til ferdig grønnsak. Vi sår frøene inne, hvor vi kan følge med på hva som skjer, før vi sår dem ut i kassene våre når de er klare for det. Endringene som vil skje i naturen utover våren følger vi også, og gjennom lek i naturen blir barna kjent med naturen om våren.

