

## Livsmestring og helse

### Tett På

Storsatsingen i Bærum kommune, Tett På, er et stort fokus hos oss kontinuerlig og gjennom hele året. Målet med TETT PÅ er at ansatte i Bærumsbarnehagene skal bli enda bedre til å fremme barnas trivsel, trygghet, læring og språkutvikling i hverdagen. Med utgangspunkt i de åtte dimensjonene i CLASS jobber vi systematisk med vår væremåte i samspill med barn. Disse dimensjonene er: positivt klima, negativt klima, ansattes sensitivitet, ta barnets perspektiv, veiledning og reguleringsstøtte, tilrettelegging for læring og utvikling, kvalitet på tilbakemeldinger og språksstøtte. Vi opplever det å være med i Tett På som svært lærerikt, og nå som vi kjenner dimensjonene og hvordan bruke dem i hverdagen godt, begynner det å bli integrert i oss og hvordan vi jobber. For å synliggjøre hvordan vi bruker dette i hverdagen vår, står det litt om hvordan vi bruker dimensjonene i de ulike temaene nedenfor.



### Tilknytning og relasjoner

Trygghet, tilknytning og gode relasjoner er avgjørende for barns trivsel og utvikling i barnehagen. Dette er et viktig fokus hos oss gjennom hele året. Gjennom felles lek, sang, turer og aktiviteter skapes og styrkes relasjoner mellom barn og mellom barn og voksne. I utetiden har vi hatt felles lek og utforsking gjennom årstidene. Da snøen var her undersøkte vi denne ved å grave, kjenne, bygge og ake. Etterhvert som snøen smeltet og våren tittet frem brukte vi sansene våre og ble kjent med vårnaturen. Barna viser stor interesse for alt som våkner til liv, og sammen undersøker vi maur, larver, edderkopper og det vi finner. Barna er raske med å si fra til hverandre og oss voksne når de finner noe spennende, og dette gir oss mange gode felles opplevelser i gruppen. Her kommer dimensjonen positivt klima inn, som er en av dimensjonene under Tett På. Vi voksne fremmer positivt klima ved at vi viser glede og



entusiasme over å være sammen med barna, at vi deltar i leken sammen med barna, støtter deres kontakt med hverandre og behandler barna med respekt ved å ha blikkontakt, bruker barnas navn og forteller dem hva vi gjør før vi gjør det, for eksempel før vi løfter opp et barn.

### Lek og vennskap

Leken er barnas uttrykksform, og gjennom leken lærer barna hverandre og verden å kjenne. Her erfarer barna hvordan andre reagerer på mine handlinger, og de møter ulike utfordringer som skal håndteres. Dimensjonen veiledning og reguleringsstøtte som vi jobber med gjennom Tett På, tar for seg hvordan vi voksne kan støtte og veilede barn i ulike situasjoner som oppstår. Dette er et stort fokus hos oss. Ved at vi voksne er proaktive, gir positiv bekreftelse når barn gjør



gode handlinger overfor hverandre, redirigerer ved å fortelle barna hva de kan gjøre i stedet for hva de ikke kan gjøre, får barna verktøy som de kan bruke i lignende situasjoner senere. Konflikter er en del av barns utvikling, og gjennom konflikter lærer barn mye om seg selv og andre. Med voksne som er tett på og aktivt med i leken, kan vi veilede barna når vi ser at de møter en utfordring. Om to barn for eksempel er uenige om en leke, stiller vi barna spørsmål som «hva kan du gjøre nå?» Vi opplever at barna nå mer og mer kommer med løsningen selv, ved å svare «bruke ord,» finne en annen leke som de holder frem for å bytte, eller gir tilbake det som var opptatt. Barna bruker ord, kroppsspråk og tegn til tale for å kommunisere løsningen.

### Følelser

Et tema vi har hatt i vinter er følelser. Følelser gir oss viktig informasjon, og er et sentralt fokus innen livsmestring og helse. Vi har fokus på å sette ord på følelsene når barna opplever noe som fremkaller en følelse, og at alle følelser er lov. Når et barn for eksempel blir trist, snakker vi om det med ord og tegn, og snakker om hva som gjorde at barnet ble trist, og hvordan vi kan hjelpe barnet gjennom følelsen. Dette gjør vi i gruppen, og vi ser at de andre barna forteller når noen er triste, og gjerne kommer bort og hjelper til å trøste. Her kommer dimensjonen ansattes sensitivitet inn, ved at vi voksne





anerkjenner og bekrefter følelser, og støtter dem gjennom følelsene. Vi har hatt tegnede ansikter med ulike følelser hengende på veggen, og barna har vist stor interesse for disse, og når noen for eksempel blir triste, har de gått bort til bildet av trist og pekt på dette. Vi opplever at barna har fått økt bevissthet rundt egne og andres følelser, og de viser mye empati overfor hverandres følelser.

Å bli kjent med egne og andres grenser er en annen del av dette temaet. Små barn lærer hverandre å kjenne gjennom å være sammen, de «gjør verden.» Barn er som alle andre forskjellige, og kan ha ulike grenser. Et barn vil for eksempel gjerne ha kos av vennene når de kommer, og et annet barn vil kanskje vente litt. Her har vi fokus på å spørre før man gir en klem. Ved at barna åpner armene som for å gi en klem og stopper like ved det andre barnet, får det andre barnet mulighet til å ta imot eller takke nei til klemmen. Dette bidrar til å øke tryggheten i gruppen, ved at barna blir trygge på egne og andres grenser.

### **Lekegrupper**

En dag i uken har vi hatt lekegrupper hvor de eldste barna har hatt turer og utover våren lek på loftet med noen av harebarna, og de yngste ekornbarna har aktiviteter sammen. På denne måten styrkes relasjonene mellom jevnaldrende, og barna som skal være sammen til høsten har lek og aktiviteter sammen. Dette opplever vi at fungerer veldig fint både for små og store, og vi ser at barna har blitt godt kjent og trygge både i og på tvers av gruppene. Gjennom lek i mindre grupper kan aktivitetene tilpasses de enkelte barna og deres forutsetninger, og relasjoner mellom barna på gruppene styrkes. Og er man i en mindre gruppe kan det være lettere å ta plass og utfolde seg helt i lek enn i en større gruppe. For de barna som skal starte på loftet etter sommeren er dette en forberedelse til denne overgangen, ved at de blir kjent med avdelingen de skal til, og barna de skal være sammen med. Dette vil vi fortsette med også frem mot sommeren.

### **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 utforsking blir barna kjent med alt det spennende naturen gir oss. Med aktive voksne som er med på denne utforskingen, stiller spørsmål og tilfører informasjon kommer dimensjonen tilrettelegging for læring og utvikling inn. Ved at vi knytter det vi gjør til barnas liv bidrar dette til læring. Om vi for eksempel går på jakt etter maur, kan vi si «du fant jo maur på vei til barnehagen i dag også,» og på denne måten relatere til noe barnet alt har opplevd.



### Turer i nærområdet

Denne vinteren hadde vi en periode med isete og glatte veier, og noen dager med litt glatt føre for tur. Utover våren har vi hatt fine turer i nærområdet vårt. Vi startet med turer rett over veien og utforsket stien som går innover der. Her er det mye spennende å bli kjent med. Fugleplassen har et mangfold av dyreliv, og her ser vi mange forskjellige fugler, ekorn og rådyr. Når solen startet å varme naturen, våknet også maurtua her til liv, og denne har vi blitt godt kjent med. Med sin naturlige nysgjerrighet undersøker barna alt det spennende som finnes rundt oss og på denne måten erfarer livet i naturen. Revestien har blitt et populært tursted den siste tiden, og barna tar ofte initiativ til å gå her. Her ligger også eventyrhulen, hvor vi stopper og har samlingsstund med eventyr, fortelling og sang.



Her ser vi at barna er veldig gode på å passe på at alle er med, og heier frem de som ligger i baktroppen. Hvor turen ender varierer ut ifra hva barna viser interesse for underveis. Her kommer dimensjonen å ta barnets perspektiv fra Tett På inn, ved at barnas signaler og initiativ blir lyttet til, og at de får medvirke på turenes innhold.

### Fra frø til grønnsak og såkassene

Gjennom grønnsakshagen og såkassene tar barna del i vår matglede og matkultur. Ved å være aktivt med i hele prosessen fra frø til grønnsak får barna førstehåndserfaring med hvor maten vår kommer fra, og en begynnende forståelse for bærekraftig utvikling. Vi startet såingen inne, og har sådd tomat og sukkerertfrø. Da de hadde vokst seg store nok, flyttet vi dem over i selvvanningsystem, så de fikk nok vann også på dager hvor vi ikke var i barnehagen. I disse dager planter vi dem ut i såkassene våre, som vi har gjort klare. Gjennom alt vi



gjør har vi fokus på å sette ord på hva vi gjør, våre egne og barnas handlinger, og å bruke et rikt språk sammen med barna. Dette går under dimensjonen språkstøtte.

Komposten vår undersøkes også nøye. Her kaster vi det vi luker, og sammen ser vi hvordan plantene sakte men sikkert blir til jord igjen. Denne jorden har vi brukt til å så sukkerertfrø. Her får barna erfaring med hvordan vi kan bruke det vi har i naturen om igjen, og hvordan vi kan bidra til en bærekraftig fremtid. Oppi komposten lever det mange småkryp, og disse undersøker barna engasjert. De vil ofte bort hit og lete etter småkryp. Ved at vi voksne fanger opp det barna er opptatt av, stiller dem undrende spørsmål og gir dem akkurat den støtten de trenger for eksempel for få å øye på meitemarken, brukes dimensjonen kvalitet på tilbakemelding. Her tar vi utgangspunkt i noe barnet gjør eller sier, og responderer og følger opp, noe som hjelper barnet å bli i aktiviteten og på denne måten bidrar til læring.

