

## Livsmestring og helse



Vi startet dette barnehageåret som en godt etablert barnegruppe. De kjenner og har blitt trygge på hverandre gjennom flere år. Det var stas og barna viste stolthet over å være Bjørner og være eldst i barnehagen. Gjennom barnehageår jobbet vi mye med tilhørighet og samhørighet i gruppen. Barna er veldig gode lekere og de kan starte en rollelek i det øyeblikket de ser en mulighet til. Leken er den viktigste læreredskap for barna. Humor og gøyale leker gjorde det lettere for barna å være seg selv og å leve seg inn i leken. Vi jobber systematisk med å bygge og styrke gode relasjoner mellom barna. Vi jobber for at barna skal både føle seg verdifulle og tørre å heve seg selv, og kunne lytte til og lære å inkludere. I kontakt med hverandre erfarer og lærer barna å kjenne seg selv og andre. Gjennom å være med på felles aktiviteter og lek øver barna på sosiale regler som blant annet å gi plass, dele, vente på tur, vise empati over for hverandre, samhandle og lære seg å løse konflikter.

For å styrke barnas vennskap fikk barna uttrykke følelsene sine gjennom å tegne om det. Tegningene med barnas tanker ble hengt opp på veggen sånn at vi kunne lese det mange ganger. Vi laget også et vennskapstre. Barna kom med noen tanker om hva og hvordan å være en god venn som vi skrev ned på røttene til treet. For å støtte barnas relasjoner og bygge vennskap legger vi til rette for regelleker, samarbeidsoppgaver og opplevelser. Slik at barna kan bruke det til felles lekereferanser.

Vi har hatt mange fine turer. Barna fikk være med på en demokratisk avgjørelse og medvirke til hverdagen sin når vi laget ukeplanene. I tillegg til de vanlige turstedene våre har vi gått turer til Sæteren Gård på tirsdager. Dette har vært blant favoritt turmålene til barna. I en hinderløype der viste barna gode motoriske ferdigheter og en vilje til å klare det. Det ga dem mestringsglede. Vi har hatt glede av å leke i labyrinten eller klatre opp i et klatretårn med en panoramautsikt. Det var gøy å følge en eventyrsti med spennende oppgaver på vei og hilse på hønene og kaniner der. For å styrke vennskapsbånd i gruppen hadde vi lagt til rette for felles aktiviteter. Blant annet lekte vi regelleker som nærgjemsel, boksen går, sardinmamma, gjerne høner, forskjellige varianter av «sisten» og videre. Bjørnene forsto fort reglene eller lærte de av hverandre og hadde det gøy sammen. Barnekultur er kjempeviktig for barna, de lærer av hverandre på en unik måte. Det å kjenne at man er inkludert og en del av felleskapet styrker barnas psykisk helse og skaper positivt klima i gruppen.

Vi hadde et opplegg ved å gå gjennom brannvernpakken med «Brannbamsen Bjørnis». Brannbamsen Bjørnis er nasjonal satsing når det gjelder brannvernopplæring for barn i barnehager. Vi gikk gjennom plakatene, reflekterte og gjorde de forskjellige oppgavene. Barna fikk låne med seg Bjørnis hjem etter tur, det var stas! Bjørnene gikk gjennom en sjekklister sammen med foreldre og skrev i brannvernboka

om hva Bjørnis fikk oppleve på hjemmebesøk. Barna strålte stolthet og mestring når vi leste det i samlingsstund i barnehagen.

I brannvernuken hadde vi en tur til Bekkestua Brannstasjonen. Barna fikk glede av å danse og synge «Her kommer Bjørnis» sammen med bamsen. Etterpå fikk vi se nærmere på brannbilen og prøve å sitte i. Det gjorde inntrykk på barna og ga noen felles samtale- og lekereferanser. Som avslutning på brannvernuken dramatiserte Bjørnebarna et skuespill om brannvern for hele barnehagen.

I oktober forsket vi og hadde eksperimentell lek. Det er et morsomt tema som gir inspirasjon og undring på hva som skjer. Målet var å sette i gang tanker, fantasi og refleksjoner. Det skapte gode samtaler i et felleskap om et felles mål. Blant annet ble vi bevisst om at et egg kan tåle mye mer vekt enn man tror og vi hadde noen eksperimenter med maisennamel og vann. Vi fikk en magisk væske og erfarte at en fast væske kan bli til flyttende og flyttende til fast.

I november hadde vi ekstrarfokus på mattelek i naturen. Vi målte, sammenlignet, klassifiserte og lekte oss med matematiske begreper i naturen. Vi fant bokstaver, tall og former i naturen eller laget det selv med naturmaterialer. Vi laget en kalender for å gjøre oss mer bevisst på årstider, vær, måneder, ukedager og datoer. Sammen med barna forsket vi og hadde forskjellige mateleker og oppgaver på tur. Blant annet laget vi en balansevekt med hjelp av et tre og et tau. Vi startet med å veie pinner og steiner og avsluttet med oss selv.

Vi hadde et tema om følelser. Vi startet med et opplegg som heter «Grønne tanker- glade barn». Her handler det mye om å gjenkjenne og sette ord på egne og andres følelser. For å gjøre det mer forståelig for barna brukte vi bamser for å dramatisere de forskjellige situasjoner med dem og for dem.

Vi har også hatt intervjuer med barna. Det ble stilt spørsmål blant annet om hva som får deg til å være glad når du er i barnehagen, hva liker du å gjøre i bhg., har du en venn/venner og videre. Dette ga en viktig informasjon og mulighet til å kartlegge om barnas trivsel ut ifra barnas ståsted.

Vi har hatt besøk av «Askeladden friteater» på slutten av november. Med fine julesanger og en morsom forestilling som ble spilt ute på tunet til barnehagen. I desember i tillegg til juleverksted og alt moro hadde vi blant annet en tur til Haslum kirke, Lucia markering på Godthaap og i barnehagen og fikk møte en julenisse i arboretet. Det skapte mye glede om samhørighet slik at barna hadde egne opplevelser og felles samtalereferanser som delte mellom. For å forsterke det hengte vi bildene fra de fine øyeblikkene barna hadde på tur på veggen i trappen.

## **TETT PÅ**

Detter er vårt tredje år som vi jobber systematisk med TETT PÅ. I år har vi fokus på «Psykisk helse og barn i sårbare livssituasjoner». Gjennom TETT PÅ får personalet kompetanse på hvordan vi skal møte og ivareta alle barna, barn i sårbare situasjoner. Det kan blant annet være at man er ny i barnehagen, konflikter mellom barn eller at barna ikke får være med i leken. Eller sårbare livssituasjoner som f.eks. dødsfall i familien, skilsmisse, vold i nære relasjoner eller sårbarheter i barna som har nedsatt funksjonsevne. Vi bruker kvalitetsdimensjonene aktivt sammen med barna og i planlegging. Hver måned har vi veiledning med refleksjoner rundt en praksisfortelling som vi voksne har skrevet. Vi voksne på gruppen ble også observert av sertifiserte CLASS- observatører fra egen barnehage. Hver voksen ble observert i 15.min. på hvordan vi trekker inn kvalitetsdimensjonene i samspill og læring med barna. Som vi fikk tilbakemeldinger på, slik at vi kan høyne vår kvalitet på vårt arbeid i samspill med barna.

**Veien videre:** Vi har startet å jobbe med følelser, det vil vi fortsette med. Vi skal fordype oss i et tema om kroppen. Vi skal gå gjennom boken «Kroppen min eier jeg» som har fine forklaringer om hva er forskjellen på en guttekropp og jentekropp og at vi kan sette grenser for kroppen vår.

Personalet i barnehagen vil fortsette med å høyne sin kompetanse og starter med et digitalt opplæringsprogram om samtaler med barn «Snakke med barn» fra januar.

## Bærekraftig fremtid



Årets tema i barnehagen er «Bærekraftig fremtid». Sammen med barna vil vi leke oss naturkloke, slik at vi kan bidra til en bærekraftig fremtid som tar vare på jordkloden vår.

Vi startet med «Grønnuke i barnehagen» for å markere årets tema. Vi så på noen filmer fra planetpatruljen på NRK super og reflekterer rundt handlingen etter filmen. Hva skjedde? Hvorfor? Hva ville jeg gjort? Hva er lurt? Målet var å komme frem sammen til forskjellige løsninger om natur, utvikling og miljøvern. Vi har hatt ekstra fokus på miljøtiltak i barnehagen, som for eksempel kildesortering og plukke søppel på tur. Bjørnene er gode til å sette ord på følelsene våre når vi ser søppel i naturen og snakket om hvilke konsekvenser det kan gjøre. Det ble også arrangert sykkel dag i arboretet. Målet var å markere at sykkel er et morsomt fremkomstmiddel som sparer miljø og fremmer helse.

Vi hadde en «Kildesorteringslekedag». Det ble startet med et skuespill som noen i personalet hadde for barna. Det handler om å ikke kaste søppel i naturen og om å ikke produsere mer søppel enn nødvendig. Etterpå fikk barna bruke sine kunstneriske egenskaper og fantasi når de laget bilder av det vi ville kastede i søppelkassen. Etterpå sorterte vi søppel og lærte noe nytt med å se på struktur, form, størrelser, antall og farger og hva som kan gjenbrukes.

Vi eksperimenterte og prøvde oss frem med eldgammel fargeteknikk- plantefarging. Vi plukket bark, kongler, de forskjellige trekjurer og planter på tur. Når vi var tilbake i barnehagen laget vi en "fargesuppe" som vi farget garn av ull i. Under prosessen satt vi ord på om å hvordan vi kan lage fargerike klar uten å bruke masse giftige stoffer som skader naturen.

Barna hadde et forslag om å grave ned et bananskall og se hva som skjer... det gjorde vi grønnsakshagen. Vi tok et eple, en gulrot, en brusflaske, en metallboks og et klesplagg- en buff. Dette får ligge i jorda over vinteren.

I gruppen hadde vi noen refleksjoner og lærte om hva som er skapt av naturen og hva som er med hjelp av teknologi. Vi kvalifiserte alle gjenstandene vi hadde der etter. Det var fascinerende å høre

hvordan barna brukte dybdelæring. De reflekterte om at en buff var skapt av naturen. Det var tanken at den er laget av bomull og det er jo en plante... men for å lage den som et klesplagg, trengte man nok teknologi. Det blir spennende å se hva vi finner til våren:).

Gjenbruksprosjektet vårt med å samle på smoothiekorker ga fine resultater. Vi sparte masse "søppel" og blant annet brukte barna deres matematiske og sosiale kompetanse for å lage noe morsomt ut av det. Det bruke vi for å lage en lang lenke for å markere barnehagens grense fra skogens side. Barna viser engasjement over for prosjektet og er ivrige til å spare på korkene både i barnehagen og hjemme.

### **Grønnsakshagen**

Helt fra starten av barnehageåret har vår økologiske grønnsakshage vært et populært tursted. I grønnsakshagen jobber vi tverrfaglig. Barna får erfaringer og kunnskap om småkryp, vekster og deres gjensidige avhengighet og betydning for bærekraftig fremtid. Barna får førstehåndserfaring ved bruk av sansene i hagen og naturen generelt. Gjennom arbeidet med hagen trekker vi inn alle fagområder. Barna var med å stelle hagen, med å vanne, luke og lage jord i kompostkassen.

Barna fikk blant annet smake på en ny agurksort «jungelagurk», tomater, grønnkål, brokkoli, physalis-frukt og masse gode markjordbær. Det var gøy for barna å plukke og spise både store og små gulrøtter i forskjellige farger når de var på tur der. Barna fikk kose seg med selvdyrket mat der og da og vi brukte grønnsakene til å lage mat i «matuke» i barnehagen.

Vi starter med et prosjekt med å hindre ugress i bedene. Vi har med oss flere pappesker og la det ut i bedene, slik at jorda ikke får sollys. Vi følget med prosessen og etter hvert fikk vi se at gresstrå som ble igjen ble mye tynnere og hadde hvit farge.

**Veien videre:** Barna viste stor interesse for å ta være på naturen, det vil vi fortsette med. I februar måned starter vi å så tomater, gulrøtter og brokkoli inne. Vi lager selvvaningssystem for grønnsaker og følger hele prosessen fra frø til en fullvokstplante, som etter hvert vil bli flyttet til drivhuset i grønnsakshagen.