



Livsmestring og helse

Oppstart. Trygghet er et grunnlag for at barna skal kunne være seg selv, lære og utvikle seg videre. Årets Ekorngruppe ble startet med tre barn som har gått på gruppen fra før og seks nye barn. I august hadde vi tilknytningsperiode, slik at barna ville bli trygge og få tillit til de voksne og hverandre. Vi fulgte barnas behov og brukte god tid til å bli kjent med avdelingen og nye rutiner. Barna utforsket stadig nye ting, både inne og ute. I starten er det viktig å etablere en trygghet inne på avdelingen, og vi så viktigheten av at avskjed blir inne den første tiden.

Under tilknytningsperioden samarbeidet vi med hareavdelingen slik at de «gamle» barna fikk gå på tur og være en del ute sammen med dem. Det fortsatte vi med en tur i uken videre hele året, for å bygge relasjoner mellom barna som blir revene til høsten.

Barna på gruppen begynte å finne sin plass og viste glede i hverandres selskap. Ekornbarna var i samspill med hverandre når de lekte på sklia, hoppet, danset, løp rundt sammen inne på avdelingen og lekte «borte tittei» bak hyllene.

I januar startet to nye voksne på gruppen, slik at vi jobbet med at barna blir trygge og får tillit til de nye voksne. Tilknytningsperioden i august har gitt gode resultater. Det har blitt en fin og trygg barnegruppe. Barna viste at de tør mer og utforsket omgivelsene både inne på avdelingen og ute blant de andre barna. Heldigvis var ikke de nye voksne helt ukjent for barna og fikk ganske god kontakt med dem når vi jobbet som vikarer på gruppen 😊. Vi hadde fokus på trivsel, gode relasjoner og tilhørighet i gruppen. Målet vårt var å legge et godt grunnlag ved være nære voksne gjennom lek, sang, med å utforske sammen og vise omsorg og dele gleden.

Vi har bygget sterke relasjoner oss mellom. Barna viser mye glede når de kommer til barnehagen og møter de voksne eller hverandre med en klem. Noen av barna har valgt seg sine tilknytningspersoner. Ekorner viser mest tillit til sin gruppe og vil bli trøstet av de faste voksne på gruppen. Vi deler gjensidig glede og ekornbarna har fått en stor del i hjertet til de voksne på gruppen.

Vennskap og tilhørighet. Målet er å ivareta barnas rett til et fysisk og psykososialt miljø som fremmer helse, trivsel, vennskap, lek og læring. Vi jobber for at barna skal føle seg verdifulle og lære å inkludere. Det har blitt en klassiker på gruppen «kom og bli med». Barna brukte både ord og tegn for å invitere en venn på leken eller dans. Vi støtter og hjelper barna når de vil oppnå kontakt med hverandre. Gjennom å være tett på og til stedet veileder vi barna når de skal lære sosiale regler som blant annet å gi plass, dele, vente på tur eller vise empati over for hverandre. Vi fokuserer mye på å bruke tegn/ord når de for eksempel er sultne, tørste eller trenger hjelp. "Stopp" er et ord vi også fokuserer mye på, da vi ser at dette er veldig effektivt i forbindelse i samspill og lek.

For å fremme den positive opplevelsen av hverandre mellom barna har vi gjort noen tiltak. Vi så at overgangssituasjonene kan oppleves som uforutsigbart og stressene for barna når alle vil ha

oppmerksomhet samtidig. Vi delte barnegruppen i tre faste grupper med tre barn og en voksen. Etterpå samlet vi gruppen om en positiv opplevelse i en samlingsstund. Det fungerte veldig fint. Barna hadde ro til å øve med av og påkledning, det fremmet gode samtaler og barna viste gode prososiale adferdsferdigheter med å hjelpe hverandre med en glidelås på dressen eller noe annet. Vi startet med en dagtavle for å gjøre dagen mer forutsigbar for barna.

For å styrke barnas psykiske helse med å unngå unødvendig frustrasjon og stress er målet vårt å gi barna ideer og å være løsningsorienterte og takle utfordringene og uenigheter. På gruppen øvde vi på «opptatt» og «ledig». Barna klarte å sette grenser for seg selv med å si at den leke er «opptatt». Det er fascinerende hvor fort barna lærte å se løsninger. Men et spørsmål om hvor kan vi finne en «ledig» leke? ... pekte barna på lekeboden. Gleden var stor når de så en enslig sykkel på platingen og ropte- «ledig»!

Å «heie» på hverandre på tur eller under leken har gitt veldig positiv effekt på inkludering og tilhørighet på gruppen. Man føler seg inkludert når alle barna roper navnet ditt og klapper i hendene for deg 😊.

Matukene ble en kjempe suksess, som resulterte i mye god mat og mange fine samtaler rundt bordet. Barna viste stor interesse for maten og alle spiste veldig godt. Det å sitte ved et bord, få spise samme mat og ha hyggelig samtaler sammen er med på å styrke et felleskap og samhold i gruppen.

Vi startet vårens matuke med et måltid som var inspirert av barnas lek. Lekekjøkkenet på avdelingen er en veldig populær lekeplass blant barna. Barna leker at de rører mat i skålen og smaker på den. Denne dagen kokte vi helt basis havregrøt som barna fikk servert i skålen sin. Så fikk de en kopp med havredrikke, blåbær, banan og rosiner servert ved siden av. Barna valgte selv hva de vil ha i grøten sin. Det var veldig stas å helle havredrikke i grøten og alt ved siden av, og røre det sammen selv. Barna stor koste seg 😊.

Ekornbarna er en musikkglad gruppe. I samlingsstunder brukte vi mye sang og bevegelser. Ved at vi bruker konkrete blir sangen visualisert for barna. Sang er også med på å styrke språkutviklingen, gjennom gjentakelse blir barna godt kjent med sangene og de kan være med å synge selv når de er klare for det, og vi setter tegn til sangene, slik at ordene blir forsterket med bevegelser til.

Vi jobbet med to eventyr «Skinnvotten» og «Den lille larver Aldrimett». Vi startet med å lese i boken med store fine bilder for å bli kjent med eventyret. De samme bildene ble hengt på temaveggen på avdelingen, slik at det blir lettere for barna å kjenne seg igjen i fortellingen. Vi fortalte eventyret med konkrete. Barna viste stor interesse for eventyret og det skapte mange fine samtaler om dyrene og at de fikk komme inn for å bo sammen eller om larven Aldrimett. Derfor valgte vi å fortsette med det over lengere tid.

Vi hadde tema om følelser. På veggen på avdelingen hengte vi en plakat av de forskjellige følelser, barna pekte på den og lærte blant annet tegnet «glad». Barna fikk konkrete tilbakemeldinger når de gjorde noe bra som ga en gladfølelse og hvordan det kjennes i kroppen. Barna kjente på mestring og et smil gjenspeilet en god følelse.

Bærekraftig fremtid

Vi er så heldig med naturen i nærmiljøet vårt. Jo mer kunnskap vi har om naturen jo bedre forstår vi den. Vi ønsker å bidra til at barna opplever tilhørighet til naturen og blir glad i den som handler om en «bærekraftig fremtid». Vi har fulgt på hvordan naturen forandrer seg gjennom årstidene og sanset det naturen har å tilby av farger, lyder, smaker og lukter. Det å være i naturen er med på å styrke barnas fysiske og mentale helse. Naturen er viktig for barnas utvikling av fantasi og følelser og gir oss mulighet til å oppleve ro og harmoni.

I høst har vi vært mye ute både på formiddagen og ettermiddagen, og vi så at barna ble tryggere på uteområdet. De utforsker, klatret og observerte hva de større barna gjør. I november har vi fått prøvd oss ute, i både snø, regn og sludd. Det viktigste for oss er å gi barna gode opplevelser, og vi tilpasser oss etter barna.

Vi utnyttet vinterens fasiliteter og barna valgte de forskjellige lekaktivitetene. De kjente på fart og spenning i akebakken og vi utforsket snøen når den var kram. Vi laget en snøball og barna kastet den ned i bakken slik at den gikk i stykker, eller rullet den på bakken slik at den ble større og tyngre. Det var mye glede 😊.

Vi hadde eksperimentell lek og forsket på snø. Vi tok med oss to kasser med snø inn. Barna utforsket snø med å kjenne og smake. Barna oppdaget at de kunne kjenne noe i kroppen hvis man holder på snøen med hender over litt tid. Vi tok snø i hånden og blåste på det, slik opplevde barna at snøen smeltet. Vi hadde spennende sanser opplevelser sammen.

Vi hadde mange fine turer til "fuglekafeen". Det gjorde stort inntrykk på barna når fuglene fløy fram og tilbake og spiste mat. Barna lyttet til fuglesanger og satt ord og tegn på det. For å ivareta barnas interesser hengte vi en fuglemater utenfor vinduet på avdelingen. Barna sanset fuglemat med å se, kjenne og lukte på den før vi fylte den med mange runde maisboller. Vi hengte også en fugleplakat ved vinduet og barna lærte flere navn på fuglene. Vi så etter barnas interesser slik at de medvirket innholdet i ukeplanene.

Det tok flere dager til fuglene oppdaget mat som vi hengte utenfor vinduet på avdelingen. Det var stor aktivitet når de oppdaget maten der. Det var så gøy å se fuglene fra så nært. Barna viste stor glede, pekte på fuglene til hverandre og prøvde med å ta på fuglene gjennom vinduet 😊.

Etter hvert når snøen ble borte hadde barna glede av å utforske uteområdet i barnehagen og på tur. Barna imponerte med en sterk vilje til å bestige skråningen i barnehagen og ropte «hallo der nede»! Barnas balanseferdighetene ble utfordret i et ulendt terreng og barna strålte av mestringfølelsen.

Vi har vært på vårtegn jakt og noen av barna fikk sitt første møte med maur og andre småkryp. På tur fant vi rådyrbæsj. Vi hengte bilder av rådyr på temaveggen på avdelingen. Det skapte mange gode minner blant barna som de delte med hverandre, oss voksne og foreldrene deres.

Vi hadde mange fine turer. Ekornbarna viste masse glede av å gå på tur. Vi startet med korte turer og fulgte barnas behov hvor langt vi skal gå. Med å føle barnas utvikling ble turene lengere utover barnehageåret. På sommeren hadde vi en superfin rundtur til «eventyrstien». Barna imponerte stort på tur! Det var mange små skritt i et ulendt terreng. Barna øvde på en kroppsbeherskelse med å bremse med føttene på vei nedover bakken. Eller å kjenne på egne grenser og sette seg ned på rumpa og ake nedover skråningen når det blir for bratt. Barna strålte ut nysgjerrighet over naturen rundt dem. Underveis på tur hadde vi god tid til å stoppe til å undersøke en maur, riste på trærne eller sette seg på en stubbe. Det var topp stemning hele turen.

Grønnsakshagen. Gjennom lek og arbeidet i grønnsakshagen vår får barna kjennskap og sanser opplevelser til livet over og under jorda. De får erfaringer og kunnskap om småkryp, vekster og deres gjensidige avhengighet og betydning for naturen og bærekraftig fremtid. I februar sådde vi tomatfrø. Barna fikk sanser jord, frø og vann. Barna får en opplevelse til å få være med på prosessen fra frø til frukt.

Når det var varmt nok i jorda startet vi med arbeidet i kjøkkenhagen vår. Vi forberedte hagen og gjorde levevilkårene til plantene best mulig, slik at vi får glede av å høste mange grønnsaker til sommeren og høst. Vi fylte kassene med ekstra jord og kukompost, som var superpopulært og morsomt blant barna. Bæsj, bæsj... ropte barna 😊... Oppi jorda fant vi mange spennende småkryp. Det skapte spenning blant ekornbarna som vi utforsket sammen. Det ga oss muligheter til å bli kjent med livet i jorda og i naturen. I kjøkkenhagen vil barna oppleve og erfare mye læring. Her jobber vi tverrfaglig med alle fagområdene. Gjennom arbeidet i hagen vil de få kunnskap og innsikt i hvordan frø blir til grønnsak og hva plantene trenger for å vokse. Barna får oppleve matematikk i praksis gjennom antall og form til frøene/grønnsaker.

Etter hvert plantet vi tomatene og kjempegresskar ut i kassene. Sukkererter, agurk, gulrøtter, klatrebønner sådde og satt poteter rett i jorda. For å ta vare på insekter laget vi et insekthotell av gjenbruksmaterialer. Ekorn var kjempeivrige til å plukke steiner, pinner og kongler som vi fylte hotellet med. Det ble hengt opp ved grønnsakskassene. Det å vanne grønnsakene det var morsomste som fins 😊. Vi ser frem til masse gode grønnsaker som vi kan høste som vi dyrket selv 😊.

