



Aktive børn i Skovlinden

Svendborg Kommune har igangsat projektet Aktive børn i dagtilbud, der skal sætte endnu mere fokus på fysisk aktivitet, leg, bevægelse og motorisk udvikling hos børnene i kommunens dagtilbud. Vi kalder de børnehuse, der lever op til dette for Gazellebørnehuse. Vi vil gerne skabe fundament for sundere, gladere og klogere børn. Læs mere om konceptet på Børn og Unges forældreintraside.

Her vil vi fortælle lidt om, hvordan vi her i Skovlinden giver børnene mulighed for fysisk aktivitet, leg og bevægelse.

Personalet: personalet har været på kursus i børn, sanser og motorik. Her har vi lært mere om, hvordan vi bedst stimulerer børns sansemotoriske udvikling. Vi har fået idéer til lege og aktiviteter, som er sjove og inspirerende for børnene. Personalet er bevidste om, at vi voksne er rollemodeller for børn. Så når vi vil have børn til at lege og bevæge sig, skal de voksne lege og bevæge sig for at motivere børnene.

Læringsmiljøer: vi skaber fysiske rammer, som giver mulighed for bevægelse. Det er f.eks. at fjerne møbler i vuggestuen, så der er god plads at kravle, gå, hoppe, trille, løbe på. Vi vil gerne gøre læringsmiljøerne fleksible, så det der f.eks. den ene dag er et bord, næste dag er en hule, man kan kravle ind under eller klatre henover. Når ting ændrer sig, stimulerer de børns fantasi og giver grobund for nye sjove lege.



Udendørs: vi prioriterer udelivet højt og er dagligt på legepladsen. På legepladsen sætter de voksne lege i gang, som kan være gode gammeldags fælleslege som Banke bøf, Kyllingemor, hinkeruder, sjippetov m.m. Det er også på legepladsen, børnenes egen leg får god tid og plads. Børnene bruger kroppen, når de graver i sandkassen, når de cykler, når de triller ned ad bakken, når de løfter rundt med de gamle juletræer m.m. Alle grupper går på tur ca. en dag om ugen og det er ofte skoven, der er målet for turen. En tur i skoven stimulerer motorikken på en anden måde, end legepladsen gør. Det kræver udholdenhed at gå derover, det er et andet underlag at bevæge sig på i skoven, som udfordrer både små og store muskelgrupper. Finmotorikken er i brug, når der skal plukkes blomster eller fanges bænkebidere. Samtidig stimuleres alle sanser.

Morgengymnastik: i børnehaven har vi morgengymnastik hver mandag-torsdag kl. 9-9.15. Her sætter voksne sjove bevægelsesaktiviteter i gang ofte til glad musik. Det giver både bevægelse og en dejlig fællesskabsfølelse, når børn og voksne hopper og danser sammen.

Siesta og yoga: i børnehaven er der siesta hver middag kl. 11.45-12.15, hvor vi har en stund med ro til krop og sanser. Her lærer børnene at mærke, hvad der sker i deres krop, når den er i ro. Vi har også ofte børneyoga i mindre grupper i både børnehave og vuggestue. Ligeledes er der tit fodmassage, sanselege og massage af hinanden på programmet i de små gruppeaktiviteter, som vi har om formiddagen. Flere vuggestuebørn får trykmassage inden middagsluren.

Bevægelse i hverdagens gøremål: vi er i løbet ad hele dagen opmærksomme på at understøtte børnenes frie bevægelser og grundmotoriske færdigheder. Det er f.eks. ved at lade børn gøre alt det selv, som de selv kan. Det være sig at tage sko på, kravle op på trip trap stolen, selv tage tøj på, åbne madkassen selv, smøre morgenbrødet selv osv. Vi ved, at det er vigtigt for børns sanseintegration at de får lov at sanse med hele kroppen og at bruge kroppen i mange retninger og bevægelser. Så her må gerne leges med jord og mudder og vi må gerne have bare fødder på legepladsen. I vil også nogle gange se os og børnene gå baglæns ud efter madpakker eller vende med hovedet nedad på



stolene og andre sjove positioner. Vi løber måske også ud i regnvejret med bare fødder for at mærke, hvordan det er at få våde fødder og duft af regn i næseborene. Måske kan vi også smage regnen, hvis munden åbnes højt nok.

Det skal være sjovt og rart for alle: vi er mange forskellige børn og voksne i Skovlinden. Derfor er der også mange forskellige kroppe og måder at bevæge sig på. Det er der plads til hos os. Vi ved, at det ikke er alle børn, der elsker at få pulsen op. Eller at få modellervoks på fingrene. Nogle børn kan ikke gå, enten fordi de ikke har lært det endnu, eller fordi de er født med handicaps, som gør det vanskeligt for dem. Hos os skal der være plads til at være den krop, man er. Derfor tager vi udgangspunkt i at det skal være sjovt og rart og at det nogle kan lide, er andre ikke så vilde med. Vi tilstræber derfor at tilbyde mange forskellige lege og aktiviteter, så alle børn kan være med. Samtidig vil vi gerne udfordre børnene, så de måske får øjnene op for at kunne mere, end de troede, de kunne. Og at opdage nye sider af leg og bevægelse. På den måde kan vi være med til at øge børnenes kropsbevidsthed og kropserfaring.

Forældreinddragelse: børnenes trivsel og udvikling er et fælles ansvar mellem os som professionelle og forældrene. Vi er afhængige af hinanden for at kunne skabe sundere, gladere og klogere børn. Det betyder blandt andet, at vi er i dialoger med hinanden om børnenes oplevelser i Skovlinden. Vi har brug for at forældre hjælper ved at give børnene tøj på, som de kan bevæge sig i og som de selv kan tage af og på. Vi er generelt meget ude, så der skal være tøj med til al slags vejr. Vi forventer også, at forældre giver madkasser med, som børnene selv kan åbne. Det er dejligt, når forældre tager tråden op og også lader børnene gøre selv. Så vi sammen kan hjælpes med at give børnene glæden ved at være selvhjulpne.

Vi er stadig i proces med at skabe mere bevægelse i børnenes dagligdag. Derfor er ovenstående et indblik i noget af det, vi gør lige nu. Der vil



komme andet til og noget vil måske udgå igen. Sådan er det heldigvis så foranderligt, når man har med børn at gøre.

