Referat frå Nettverksgruppe Kropp, rørsle og helse

Årdal, 01.10.14, Kinosalen Årdalstangen

I denne Nettverksgruppa var det sist samling regisrert 33 medlemmar. Me fekk melding om fleire fråfall, men eit oppmøte på 11 personar er lite. Det viser seg at ein del har permisjon, nokon har slutta eller bytta barnehage. Det er då viktig at styrarane gir Nettverksgruppene melding om dette slik at ein alltid er ajour med gruppemedlemmane.

Me starta med gruppediskusjonar om kva kriteriar me gir uteleiken og korleis me tenker progresjon for barna når det gjeld fysisk aktivitet i barnehagen. Me jobba etter Kafemetoden slik at medlemane sirkulerte på gruppene og fekk tilføyd nye synspunkt etter kvart. Dette kom mellom anna fram:

* Me må vera bevisste på å la barn prøve ut, klare seg sjølve og i kvardagsaktivitetane(løfte, bære,hjelpe)
* Gi kroppsleg utfordring,ute og inne, progresjon. Vær bevisst din eigen redsle for skadar
* Gi rom for den frie og fantasifulle leiken
* Bruk naturen der ein kan – stimulerer meir til fantasi enn apparat
* Vaksne skal inspirere, stimulere og legge til rette, gi barna opplevingar
* Prioriter uteleik med å ha nok personale, tenk læring i uteleik
* Utnytt heile dagen
* Ta barna med på tur – men på deira premisser, la dei gå, sjølv dei yngste. Der legg ein grunnlaget for bevegelse

Kjersti anbefalte ei ny bok : VILT OG FARLIG- om barns og unges bevegelseslek.

 Forf. Elen Beate H Sandseter/ Jens-Ole jensen (red), Gyldendal forlag

Kjersti hadde ei praktisk økt med bevegelseleikar som fekk opp pulsen ☺

Stafett med kortstokk – finn din farge, samle korta ala lotto

Pang – pang , ringleik med reaksjonsevne

Leik med terning – trill terning og bestem ein aktivitet etter antal ”auger” på terningen, harehopp osv

Etter lunsj hadde me foredrag med Fysioterapeut Kristine Mardal om dei positive ringverknadane av fysisk aktivitet. Denne powerpointen ligg ved i dette referatet.

Ho gav oss mange gode tankevekkarar – les gjennom denne.

Til slutt diskuterte me framdrifta i gruppa – til ”lekse” skulle gruppene diskutere spørsmåla me hadde til denne samlinga. Diskuter i barnehagen, på avdelingsmøte eller personalmøte. Me tek oppatt dette 2.januar.

Det vert sannsynligvis studietur på vår Nettverksgruppe til våren – og me har høyrt rykte om Island ☺

Dette kjem me tilbake til etter å ha fått meir informasjon

Snakkast 2. januar i Sogndal