

# Krop, sanser og bevægelse



”Børn er i verden gennem kroppen, og når de støttes i at bruge, udfordre, eksperimentere, mærke og passe på kroppen – gennem ro og bevægelse – lægges grundlaget for fysisk og psykisk trivsel. Kroppen er et stort og sammensat sansesystem, som udgør fundamentet for erfaring, viden, følelsesmæssige og sociale processer, ligesom al kommunikation og relationsdannelse udgår fra kroppen”.<sup>1</sup>

Pædagogiske mål for læreplanstemaet:

1. Det pædagogiske læringsmiljø skal understøtte, at alle børn udforsker og eksperimenterer med mange forskellige måder at bruge kroppen på.
2. Det pædagogiske læringsmiljø skal understøtte, at alle børn oplever krops- og bevægelsesglæde både i ro og i aktivitet, så børnene bliver fortrolige med deres krop, herunder kropslige fornemmelser, kroppens funktioner, sanser og forskellige former for bevægelse.

**I Fredericia Kommune** skal alle børn have mulighed for at bruge deres krop og sanser til at udforske sig selv og omverdenen. Barnet formes via sansestimuli og kropslige erfaringer.

Gode og trygge bevægelsesfællesskaber gør børnene nysgerrige på at udfordre sine egne motoriske kompetencer og til at tilegne sig nye bevægelsesmønstre. Det medvirker til at udvikle kropsbevidsthed og bevægeglæde. Børnene bliver inspireret af hinanden og af de voksnes måder at bruge bevægelsesmiljøerne på.

Det pædagogiske personale skal være nysgerrige på at udfordre hvert enkelt barns sansemotoriske kompetencer igennem leg og dagligdagsrutiner inde såvel som ude. Børn skal støttes i at være i bevægelse og i ro. Dette bidrager til fysisk, psykisk og social trivsel.

**I Lynghøjen betyder det**, at vi gerne vil støtte børnenes glæde ved at være i bevægelse. Vores mål for at arbejde med dette læreplans tema er, at alle børn får de bedste muligheder for at udvikle en god grundmotorik, er socialt velfunderet og får erfaringer med de mange processer kroppens udfoldelse giver os indsigt i. Vi vil sikre at børnene har mulighed for at afprøve varierende bevægelseslæringsmiljøer, hvor vi understøtter og opmuntre børnene til at udfordre og eksperimenter med deres kroppe både i aktivitet og i ro. Dette kunne blandt andet være gennem bevægelses sanglege, faldskærms aktiviteter, samarbejdes øvelser og ture ud af huset. Bevægelse har afgørende betydning for børns indlæring og trivsel. I vores pædagogiske arbejde fokuserer vi på, at man lærer gennem kroppen. Vi arbejder med at alle børn får de 18 grundbevægelser på plads samtidig med udvikler deres motoriske færdigheder, udholdenhed, kropsbevidsthed, nysgerrighed, gåpåmod, kropskoordinering og styrke. Vi lærer børnene, at bruge deres sanser i de forskellige læringsprocesser vi har i vores årshjul. Vi udvikler løbende vores læringsmiljøer såsom legepladsen og indretter dem efter børnenes behov. Lynghøjen ligger også tæt på både skov og strand som vi anvender i vores daglige pædagogiske arbejde med børnene.

<sup>1</sup> Den styrkede pædagogiske læreplan, Rammer og indhold, s. 42-43

Vi arbejder altid ud fra børnenes nærmeste udviklingszone, hvor vi har fokus på børnenes aktuelle udviklingsniveau og møder og støtter dem der, hvor de er. Vi er optaget af at give dem erfaringer med deres evne til selvregulering i form af at arbejde med børnenes arousal både høj og lav og overgangen derimellem.

### **Et eksemplarisk eksempel fra Lynghøjen:**

Vi ser børnene forsøge at kravle ned af en skrant i skoven, hvilket er udfordrende for de små vuggestuebørn. Børnene forsøger sig frem med deres krop, sætter sig ned og rutsjer. De bruger deres hænder som støtte samtidig med de kan mærke mudder og blade som ligger på skovbunden. Undervejs støtter vi børnene og giver en hånd til dem, der har brug for det. Børnene lærer deres krop at kende, udfordre sig selv og lærer samtidig at tænke nyt og kreativt for at opnå deres mål, som her er at komme ned ad bakken. Det er en sejr for børnene at komme ned ad bakken selv og de går hjem fra sådan en tur med en masse selvtillid i læringsrygsækken.

