

Krop og bevægelse

For dagplejebarnet er den udvikling og læring, der finder sted, særlig synlig på det motoriske og bevægelsesmæssige område. Ved at prøve sig selv igen og igen, får dagplejebarnet herredømme over egne bevægelser, udvikler kropsbevidsthed og får styr på balancen. Kroppen er et stort og bevægeligt sansesystem, som udgør fundamentet for erfaring, viden, følelsesmæssige og sociale processer og kommunikation. Ved både at glædes over egen krop og dens færdigheder, og ved at lære at tage vare på egen krop, lægges grundlaget for psykisk og fysisk sundhed.

Det er vigtigt, at det lille barn oplever glæde ved at bruge kroppen og ved at være i bevægelse samt støttes i at videreudvikle kroppens funktioner og bevægelsesevne både i fri leg og i tilrettelagte aktiviteter.

Alle børn skal have mulighed for:

- At bevæge sig frit, gå, stå, kravle, hoppe, danse, m.v. og udfordres i dette.
- Så vidt muligt at komme ud at lege hver dag.
- At styrke kroppen og kropsbevidstheden.
- At spise sund kost.
- At færdes i omgivelser, som giver forskellige kropslige oplevelser som f.eks. skov, ujævnt terræn, blæst, regn, mudder m.m.
- At udvikle finmotoriske-, grovmotoriske- og sansemotoriske færdigheder.
- At kigge på de voksne som rollemodeller.

Dette opnår vi ved:

- At opholde os i haven/naturen/legepladserne, hvor børnene har mulighed for at bevæge sig i forskelligt terræn.
- At gå, løbe, hoppe, klatre, balancere, trille osv..
- At lave rytmik, og her have fokus på, at børnene har størst mulig bevægelsesfrihed og sanselighed, f.eks. ved at barnet har bare tæer eller kun er i bodystocking.
- At lave fagtesange og bevægelseslege.
- At give børnene tid og ro til selv at tage tøj af og på.
- At børnene er med til at dække bord og få støtte til selvhjulpenhed ved måltiderne.
- At give børnene muligheder for finmotoriske aktiviteter.
- At lege med sand, jord, vand og mudder.
- At smage, lugte til, se og røre ved.
- At den voksne selv er aktiv og er en god rollemodel og hele tiden er bevidst om sin egen position ved at "gå ved siden af", "foran" eller "bagved".

Tegn vi ser:

- At børnene har lyst til at bevæge sig ude som inde og i forskelligt terræn.
- At børnene viser glæde ved at bruge deres krop og får øget kropsbevidsthed.
- At børnene gerne vil smage nye ting.
- At børnene er nysgerrige og har lyst til at prøve noget nyt.
- At børnene tager initiativ og viser glæde ved deres tiltagende selvhjulpenhed.