

HANDLINGSPLAN - UTÖKAD RÖRELSE

Bakgrund

Forskning visar på att barn är allt mer stillasittande. Samtidigt är det väl känt att rörelse främjar koncentrationsförmåga och inläring. Det är fakta vi i förskolan behöver förhålla oss till i vårt dagliga arbete med barnen.

”Förskolan ska erbjuda barnen en i förhållande till deras ålder och vistelsetid väl avvägd dagsrytm och miljö. Såväl omvårdnad och omsorg som vila och andra aktiviteter ska vägas samman på ett balanserat sätt” (Lpfö 98, s.7)

”Förskolan ska sträva efter att varje barn utvecklar sin motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning samt förståelse för vikten av att värna om sin hälsa och sitt välbefinnande” (Lpfö 98, s.10).

Nuläge

- En gemensam medvetenhet kring barns behov av rörelse.
- Alla barnen är ute under morgonen varje dag enligt våra befintliga rutiner.
- Daglig utevistelse med lek, hoppa, springa, rulla, klättra...
- Promenad till skog där barnen får möjlighet att röra sig i naturen.
- Promenad till lekpark där barn får möjlighet att utmana sig grovmotoriskt.
- Planerade rörelseaktiviteter på förskolans gård. Exempelvis, dans eller traditionella rörelselekar.
- Rörelse ute vintertid: leka i snö, bygga och skapa med snö, åka stjärtlapp, rulla i snö.
- Rörelse ute sommartid: vattenlekar.
- Efter längre pass med stillasittande ser vi till att barnen får röra sig utomhus.

Utveckling

- Vi reviderar vår ”Gårdspolicy” och gör tillägg kring utökad rörelse i förskolan.
- Material som främjar rörelse.
- Planerade rörelseaktiviteter, exempelvis rörelselekar, dans, hinderbana.
- Se över uteförråd och iordningställa mer material som främjar rörelse.
- Utveckla arbetet med rörelseaktiviteter i vår utemiljö under vinterhalvåret.

Uppföljning

Uppföljning sker fortlöpande inom arbetslagen och gemensamt vid studiedagar våren 2019.