

# Krop, sanser og bevægelse

☐ Gennem børns leg og planlagte aktiviteter ønsker vi at øge børnenes bevidsthed om egen krop og dens formåen.

Indhold	Pædagogens rolle	Barnets perspektiv	Eksempler på aktiviteter
<ul style="list-style-type: none"> <li>Børnene oplever glæde ved at være fysisk aktive sammen med deres kammerater og voksne i forskellige lege, nye som gamle.</li> <li>Vi ønsker, at børnene tilegner sig kendskab til og får en bevidsthed om egen krop og herunder sanserne.</li> <li>Vi bestræber os på, at skabe en bevidsthed hos børnene om en sund og varieret kost.</li> <li>Vi øver børn i at kunne regulere sig selv både følelsesmæssigt og kropsligt.</li> <li>Vi har fokus på barnets rytme/puls, så barnet oplever følelsen af en indre ro.</li> <li>Gøre børnene helt selvhjulpne (tøj, overtøj, sko af og på, toiletbesøg).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vi tilbyder forskellige fysiske aktiviteter i SFO'en.</li> <li>Vi udviser glæde ved at bruge vores krop sammen med børnene.</li> <li>Vi skaber bevidsthed om, hvor de fysiske aktiviteter er mest hensigtsmæssige at udføre.</li> <li>Vi tilbyder og introducerer børnene for nye bevægelsesformer.</li> <li>Vi tilbyder et sundt morgen- og eftermiddagsmåltid.</li> <li>Vi hjælper og vejleder børnene i konfliktsituationer, således de får et bredere og mere nuanceret billede af situationen samt evt. lærer at forstå egen og andres andel deri.</li> <li>Vi italesætter børnenes sindsstemninger og sanseapparat sammen med det enkelte barn.</li> <li>Vi samarbejder med forældrene om at gøre børnene selvhjulpne.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Barnet oplever glæde ved bevægelse.</li> <li>Barnet får en følelse af at mestre motoriske færdigheder.</li> <li>Barnet udvikler kropsidentitet.</li> <li>Barnet bliver bedre til at regulere sig selv både følelsesmæssigt og kropsligt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Den frie leg.</li> <li>Sang og bevægelse</li> <li>Tegne, skrive, klippe, lave perler mm.</li> <li>Massage/afslapning.</li> <li>Trivselstime.</li> <li>Madlavning.</li> <li>Konflikthåndtering.</li> <li>Vi introducerer børnene for lege, som de selv kan udføre i den frie leg.</li> <li>Vi går i hallen.</li> <li>Vi tilbyder bevægelses- og trivselshold for en udvalgt gruppe.</li> <li>Vi serverer morgen- og eftermiddagsmad.</li> </ul>