

Årsplan



2023-2024

Innholdsfortegnelse

Forside	1
Innholdsfortegnelse	2
Visjonen vår	3
Gruppeinndeling	3
Fagområdene	4
Barnsmedvirkning	5
Sosial kompetanse	6
Relasjoner og tilknytning	7
Mobbing	9
Satsningsområder	11
Matjungelen: Måltidsglede i barnehagen	13
Kompetanseheving	20
Årshjul	21
Kontaktinformasjon	22

Visjonen vår

I Trimveien barnehage ønsker vi at arbeidet skal preges av humor, kreativitet og galskap.



Gruppeinndeling

Trimveien barnehage er en 2-avdelings barnehage med barn fra 0-6 år. Vi er mye sammen på tvers av aldre, men i gruppetid fra 10.00-14.00 er vi delt i mindre grupper. I år har vi delt barna i 3 aldersbestemte grupper; Småttroll, Mosebarn, og Naturvetter. Hvordan vi deler gruppene varierer fra år til år, etter hva vi vurderer som mest hensiktsmessig. Vi har valgt å dele barna i grupper fordi vi mener det er lettere å se og ivareta det enkelte barnet i mindre grupper.

I gruppetiden vil de voksne lede planlagte samlingsstunder og aktiviteter.

Småttroll (0-3 år)	Mosebarn (3 -4 år)
<p>Barnehagelærer – Tone Helen Dahlen Bjerkli</p> <p>Barnehagelærer – Mirsada Blazevic</p> <p>Barne- og ungdomsarbeider – Marita Haugerud</p> <p>Lærling – Angelie</p>	<p>Barnehagelærer – Drude Krüger</p> <p>Barne- og ungdomsarbeider – Richard Johansen</p> <p>Assistent – Patricia Bolivar</p> <p>Assistent- Ole Myrvang</p>
Tusser	Vetter 5-6 år
	<p>Barnehagelærer – Line Winge</p> <p>Barnehagelærer – Emily Hanlon</p> <p>Assistent- Geir Strat</p> <p>Assistent/3 år barnehagelærerutdanningen- Anine Woldsund</p> <p>Styrer – May Krüger</p> <p>2 praksiskandidater Aaron og Iselin</p>

<i>Kommunikasjon, språk og tekst</i>	<i>Kropp, bevegelse, mat og helse</i>	
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Bøker ❖ Eventyr og fortellinger ❖ Sanger ❖ Rim og regler ❖ Hverdagssamtaler ❖ Gjøre barna kjent med bokstaver og tall ❖ Førskole for skolestarterne en gang i uka 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Tur i skog og nærmiljø ❖ Regel- og bevegelsesleker ❖ Vi tilrettelegger for variert lek og bevegelse inne og ute ❖ Bevegelse til musikk ❖ Hinderløype ❖ Prosjekter om kroppen ❖ Fokus på god hygiene ❖ Førstehjelpsuke for barna ❖ Svømme tilvenning ❖ Måltidsglede ❖ Matkultur ❖ Matmot ❖ Noe matlaging 	
<i>Kunst, kultur og kreativitet</i>	<i>Natur, miljø og teknologi</i>	<i>Etikk, religion og filosofi</i>
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Formingsaktiviteter- barna blir kjent med ulike materialer og teknikker, og får uttrykt seg estetisk ❖ Dramatisering av kjente og kjære eventyr og fortellinger ❖ Musikkksamlinger med instrumenter 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Tur i skog og mark ❖ Faste plasser i skogen hvor vi følger med på årstidsendringene i naturen ❖ Vi undrer oss over ulike fenomener i naturen ❖ Eksperimentering ❖ Vi jobber med bærekraftig utvikling ❖ Naturens ressurser 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Filosofiske samtaler ❖ Markering av kristne høytider og tradisjoner ❖ Markering av høytider i de religionene som er representert i barnegruppa ❖ Konfliktløsning ❖ Forut-aksjonen hvor vi blir kjent med andre kulturer og religion
<i>Antall, rom og form</i>	<i>Nærmiljø og samfunn</i>	
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Lek med tall og former ❖ Jobbe med begreper som lik/ulik, størrelser, antall, vekt, volum osv. ❖ Sortering, måling og veiing ❖ Spill ❖ Konstruksjonslek med klosser og ulikt byggemateriale 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Tur i nærmiljø (Festningen, borrehaugene, Karljohansvern osv) ❖ Likestilling mellom kjønnene ❖ Medvirkning ❖ Årlige forut- aksjonen hvor vi blir kjent med ulike tradisjoner og levesett ❖ Markering av samenes dag ❖ Trafikksikkerhet 	

Barns medvirkning

I Trimveien barnehage betyr det at vi tar oss tid til å se og lytte til hvert enkelt barn. Vi stiller spørsmål for å få utdypet hva barna uttrykker og mener. For å bli kjent med barna tilbringer vi mye tid sammen med dem, og vi skriver ned fortellinger fra barnas barnehagehverdag. I personalgruppa diskuterer vi opplevelser og fortellinger. På den måten blir vi kjent med hvert barn, og vi kan forstå hva de uttrykker.

Vi lar barnets uttrykk få en betydning i praksis ved at vi bekrefter at vi har hørt og forstått barnet. Dersom det er mulig, kan vi gjennomføre det barnet foreslår. Barns medvirkning skal være en holdning hos personalet. Det er en måte å møte, og være sammen med barnet på. Det betyr ikke at barna skal bestemme, men de skal få virke med. Barna skal få påvirke sin egen hverdag, og de skal bli møtt med interesse og respekt.

Vår metode:

- ❖ For å se barna og behandle dem som likeverdige, trenger vi voksne som byr på seg selv
- ❖ Engasjerte voksne, det skal være tydelig for barna at vi er klare for og ta imot dem, det vil si at vi må ha "det grønne lyset på".
- ❖ Rett person på rett plass. Det vil si at hver voksen må sette ord på hva de liker å gjøre sammen med barn, sånn at vi kan planlegge ut i fra det, for og sette i gang aktiviteter og lek med barna.
- ❖ Stor åpenhet for barnas innspill
- ❖ Vi voksne må gi impulser som barna kan spille videre på.
- ❖ Vi legger ut spor for å finne barnas interessefelt. I forhold til de små ser vi etter tegn som de gir fra seg
- ❖ Ved begynnelsen av ett valgt tema er barna med på å planlegge hva de ønsker å holde på med. Etter som vi har jobbet med temaet så utkrystalliserer det seg fort ideer og tanker i fra barna som er viktige å følge opp.
- ❖ De voksne må være godt forberedt for vi vet aldri helt hvor vi havner. Det er blitt en spennende dag for oss voksne/barn, når barna selv er med å forme hverdagen, temaene og andre aktiviteter.
- ❖ De voksne må ta det barna sier eller uttrykker på alvor, slik at barna ønsker å formidle oss sine meninger og tanker om ting
- ❖ Ved avslutning av ett prosjekt er ungene med de voksne på å vurdere hvordan det gikk gjennom samtale og noen ganger bilder og kroppsspråk hos de minste.



Sosial kompetanse

Barnehagen skal møte barna med tillit og respekt, og anerkjenne barndommens egenverdi. Den skal bidra til trivsel og glede i lek og læring, og være et utfordrende og trygt sted for fellesskap og vennskap. Barnehagen skal fremme demokrati og likestilling og motarbeide alle former for diskriminering.

(Barnehageloven § 1 Formål, 3. ledd)

I Trimveien barnehage er sosial kompetanse et gjennomgående tema i alle grupper hver dag, hele året.

Vår metode:

- ❖ Vi gir alle barn varierte samspillerfaringer
- ❖ Fokus på at barna må løse konflikter selv, så langt det lar seg gjøre.
- ❖ Positiv involvering – Løfte frem barnet
- ❖ Vi øver på samarbeid, selvhevdelse, selvkontroll, empati og ansvarlighet
- ❖ Barna øver på å dele, vente på tur, rydde, vise følelser osv.
- ❖ Jobbe med vennskap som tema. Passe på at alle har en venn, og fokusere på at en kan ha mange venner

Siden 2014 har vi jobbet med LØFT-metoden i Trimveien barnehage. Løft er en metode som bygger på en løsningsfokuset tilnærming (LØFT) til barns problemer og ferdigheter.

Målet er å inspirere barn til å lære seg ulike ferdigheter, løse problemer og kvitte seg med uønsket atferd. Filosofien er:

"Det du gir mest oppmerksomhet, får du mest av".

Løft går altså ut på å flytte oppmerksomheten fra korrigerende til bekreftelse og synliggjøring. Hvert barn skal få mulighet til å utvikle seg fra sitt eget ståsted og bli den beste versjonen av seg selv.



I den daglige kontakten og gjennom tema- og prosjektarbeid skal vi styrke barnas evne til å:

Empati og rolletaking:	Leve seg inn i og vise omtanke for andre, forståelse for andres perspektiv og tanker, positive sosiale holdninger og handlinger som å hjelpe, oppmuntre, dele med andre, inkludere
Selvkontroll:	Regulere følelser, vente på tur, inngå kompromiss, bli enige, utsette egne behov, takle konflikter, følge regler
Selvhevdelse:	Å ta kontakt med andre, hevde seg og uttrykke egne meninger på en god måte, tørre å stå opp mot gruppepress
Ansvarlighet:	Holde avtale og forpliktelser, vise respekt for eiendeler og arbeid, vise respekt for andre og ta ansvar for seg selv



Relasjoner og Tilknytning

Barn trenger sensitive og varme voksne rundt seg, både hjemme og i barnehagen. Barns tilknytning til foreldrene og barnehagen danner den viktigste rammen rundt deres utvikling. Vi i Trimveien barnehage synes metaforen «barnets hjerne er en lampe, tilknytning er at kontakten settes i» er en god beskrivelse av hvor viktig tilknytningen er for barnets vitalitet og utvikling. Barna må oppleve voksne som forstår, ser og gleder seg over det. Da føler barnet seg vel og blir glad, kontakten blir da satt i og lampen tennes. Barnet våkner og starter på sin vandring gjennom livet, ved å ha en trygg og omsorgsfull voksen ved sin side.




<i>Relasjonsbygging mellom:</i>	<i>Vår metode:</i>
<i>Barn - voksen</i>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Bruke tid og være tilgjengelig for barnet - Man må som voksen se etter hva barnet er opptatt av og trenger, og skape gode opplevelser sammen ut i fra dette. ❖ De voksne må hele tiden ta hensyn til barnas ulike behov, og prøve å handle rettferdig. ❖ Være forutsigbar og en trygg voksen. - For å klare dette må barna vite hva de voksne forventer, og hva de kan forvente av de voksne ❖ De voksne skal gi barnet positiv oppmerksomhet i form av ros, oppmuntring, bekreftelse og følelse av å være velkommen osv. ❖ De voksne må hele tiden jobbe for å fortjene barnets tillit, og en god relasjon ❖ Å ta ansvar for den asymmetriske relasjonen
<i>Barnehage - foreldre</i>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Sette av tid og være tilgjengelig for foreldre. Foreldrene har ulike behov i forhold til barna sine, og vi må prøve å møte dette så langt det lar seg gjøre. ❖ Viktig å si «hei» til foreldrene også, og vite fornavnet på foreldrene. Være imøtekommende og hilse på andre foreldre i barnehagen. ❖ Være trygge og forutsigbare voksne. Foreldrene må vite hva de kan forvente av oss og hva vi forventer av dem. De må også kunne stole på at vi tar vare på barnets behov og interesser. Dette skaper tillit. ❖ At vi viser respekt og vilje til samarbeid med alle foreldre ❖ Vise at du har sett barnet deres i løpet av dagen.
<i>Personal - Personal</i>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Gjensidig ansvar for å være i dialog, vise respekt, skape tilhørighet og trygghet, og å skape en positiv atmosfære. Lede og veilede nye voksne og gi dem tid til å finne «plassen» sin. Humor og galskap kan være med å skape positiv atmosfære. ❖ Ha rom for å feile, og å være ulike. Kunne reflektere sammen og være tilgjengelige for hverandre, f.eks. ved: veiledning, råd og tips. ❖ Inntoner seg hverandre - jobbe mot felles mål, selv om måten man jobber på er ulik. ❖ Gi ros og ta imot ros - dette er med på å styrke den som roses, og styrker også samholdet. ❖ Dra nytte av hverandres kompetanse og erfaringer. Dette er med på å gi et godt læringsmiljø.

Mobbing / Mobbeadferd i barnehagen

Mobbing i barnehagen er forskjellig fra skole, og i barnehagen ser vi først og fremst at mobbeadferd er i oppstarten og kan stabiliseres til å bli mobbing dersom ingen i personalet er oppmerksomme og griper inn. Så hva legger vi i ordet mobbing: «*Mobbing av barn og unge er handlinger fra voksne eller barn og unge som hindrer opplevelsen av å høre til, å være en betydningsfull deltaker i felleskapet og muligheten til medvirkning*» (def:lund, helgeland, kovac, nome, cameron og Godtfredsen)

.Så hvordan kommer det til uttrykk i barnehagen. Vi ser det igjennom krenkelser, utestengelser og begynnende mobbeadferd. Det er handlinger som gjentar seg over tid, og noen barn blir ofte utsatt for atferden. Det viktigste er at vi i barnehagen har nulltoleranse for atferd som ikke er bra for barn, og som de utsettes for av andre barn eller voksne. Vi vil jobbe på 2 plan, det viktigste er forebygging, men skjer det mobbing så må vi håndtere dette, slik at barnehagen blir et trygt å godt sted for både store og små.

FOREBYGGING: Forebygging av mobbing innebærer å jobbe i forkant med å hindre at mobbing oppstår	HÅNTERING: Håndtering innebærer å avdekke, stoppe og følge opp mobbing (aktivitetsplikt)
Personalets væremåte og handlinger: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Tilstedeværende ❖ Rollemodell ❖ Autoritativ ❖ Anerkjennelse 	Følge med: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Rutiner for tilstedeværelse ❖ Observere enkeltbarn, gruppedynamikk ❖ Være oppmerksom på de sårbare barna ❖ Samtaler med barn ❖ Samtaler med foreldre
Sosial kompetanse: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Empati ❖ Selvhverdelse ❖ Problemløsning ❖ Ulike arbeidsmåter 	Melde fra: Til styrer når mobbing skjer Både når det gjelder barn/barn og barn/voksen

<p>Vennskap, felleskap og lek</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Styrke barnets status ❖ Skape gode relasjoner mellom barn ved for eksempel lekegrupper ❖ Fremme inkludering ved personalets deltakelse i lek ❖ Sikre gode felleskapsopplevelser 	<p>Undersøke:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Samtaler med barn ❖ Samtaler med foreldre ❖ Samtaler med personalet ❖ Observasjon- kartleggingsverktøy og sosiogram
<p>Foreldresamarbeid:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Sikre gode relasjoner (åpenhet og dialog) ❖ Sørge for god informasjon ❖ Sikre gode møteplasser ved for eksempel foreldremøter ❖ Kunnskap og felles forståelse av mobbing og krenkelser, forebygging og håndtering 	<p>Sette inn tiltak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Egnede tiltak på ulike nivå ❖ Tiltak for enkeltbarn ❖ Tiltak for barnegrupper ❖ Tiltak for foreldre ❖ Tiltak for personalet ❖ Aktivitetsplan: Hvilke problemer tiltakene skal løse, hvilke tiltak barnehagen har planlagt, når tiltakene skal gjennomføres, hvem som skal gjennomføre tiltakene og når skal tiltakene evalueres
<p>Kompetanse og kompetansebygging:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Kompetanse om mobbing og krenkelser, forebygging og håndtering ❖ Involvering av hele personalet i kompetansebygging ved kurs, prosjekter og refleksjon ❖ Systematisk arbeid over tid ❖ Felles plan mot mobbing 	<p>Dersom personalet krenker barn:</p> <p>Skjerpet aktivitetsplikt paragraf 43, men de skal meldes, og tiltak skal settes i gang.</p>
<p>Nulltoleranse:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Holdning fra personalet- ikke godta krenkelser ❖ Handlinger fra personalet- gripe inn når krenkelser skjer 	

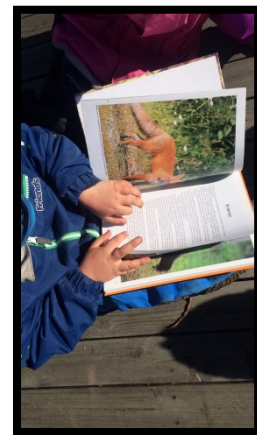
Satsningsområder



Satsningsområdene i Trimveien barnehage for 2021- 2022 er friluftsliv , matjungelen og språk. 2 av er områdene har vi har jobbet med i mange år, og som både vi og foreldrene synes er veldig viktige. På foreldremøte våren 2021 ble det enstemmig bestemt av foreldene at dette er noe de ønsker at vi skal fortsette å satse på i året som kommer også pluss større fokus på mat og bærekraft.

Språk

Slik vi ser det er et godt språk grunnleggende for at barn skal kunne lære og fungere optimalt i lek og samspill med andre barn og voksne. I Trimveien jobber vi bevisst med språk fra barna starter hos oss. Vi har mye fokus på bøker, sanger, rim, regler og gode hverdag samtaler. I 3 – 5 års alderen begynner vi med å gjøre barna språkligbevisste, fortsatt med fokus på lek. Vi trener målrettet på å analysere språket som et system for å øke den fonologiske forståelsen til barna. Vi har valgt ut fire språklige områder som er essensielle i denne sammenheng, og optimal for aldersgruppen. For at barna skal ha utbytte av læringen er vi opptatte av å bruke konkrete og visuelle teknikker.



Områdene er:

- Oppmerksomhet for lyd
- Rim og regler
- Stavelsesdeling
- For lydanalyse



Friluftsliv

Naturen er den perfekte lekearena. I motsetning til inngjerdede lekeplasser, er naturen smekkfull av virkelige elementer. Her kan en klatre, høre lyder, smyge, kjenne lukter, krype, kjenne smak, løpe, se farger, huske og føle.



Lek og turgåing i variert og ulendt terreng tilgodeser barnas behov for variasjon i bevegelser og utfordringer. Det blir mindre konflikter og de utvikler større evne til koordinasjon og konsentrasjon.

Gjennom leken ute i naturen utvikles barnas sosiale ferdigheter. I møte med naturen får barnet mulighet til å takle ulike utfordringer og prøve ut egne grenser, noe som igjen fører til bedret selvbilde og personlig vekst. Barna får bedre helse og økt livskvalitet.

Ved fysisk lek ute i naturen utfordres i tillegg evnen til å beherske kroppen, til å teste styrken og mulighetene den rommer. Lek og fysisk aktivitet skaper glade og robuste barn med tro på seg selv.



Matjungelen : Måltidsglede i barnehagen

I Trimveien ønsker vi å utforske matlaging og måltidsglede sammen med barna i barnehagen med et bærekraftsperspektiv. Målet er å vise alle mulighetene som ligger i å leke og lære om maten sammen med barna, og hvordan måltidet kan brukes som en pedagogisk arena. Innholdet i Matjungelen har fokus på helse og bærekraft- mat som er bra for både kroppen og kloden.

Vi skal jobbe med temaene:

Måltidsglede

Naturens ressurser

Matmot

Matlaging

Matkultur

Måltidsglede



Måltidet handler om mye mer enn bare maten som spises. Måltidet er et viktig samlingspunkt for barna i hverdagen og kan styrke følelsen av tilhørighet og det å være en del av et fellesskap. Et måltid med fokus på god mat, tilstedeværelse, trivsel og samtaler bidrar til å gi barn og voksne måltidsglede.

- ❖ Skap et godt fellesskap. God stemning og ro rundt måltider vil kunne gi barna følelsen av måltidsglede og fellesskap.

- ❖ Voksendeltakelse. Du som voksen er rollemodell ovenfor barna. Hvordan dere oppfører dere rundt matbordet påvirker barna. Vær derfor et forbilde og vis hvordan man skaper et godt fellesskap rundt måltidet. Voksne bør spise sammen med barna.
- ❖ Gode rammer. Sørg for at dere har gode og tydelige rammer som skaper matro, godt samspill og gode dialoger rundt måltidet.
- ❖ Ha god tid. Det er anbefalt å sette av 30 minutter til spisetid. Da får barna ro og muligheten til å bli mett.
- ❖ Barna får medvirke. Dere kan styrke måltidsgleden ved å la barna medvirke i matlaging, servering, dekking og rydding av bordet.
- ❖ Kulturelle forskjeller. Sett lyst på barnas matkultur, uansett etnisk bakgrunn. Å vise at dere anerkjenner alle barns identitet kan være med å fremme fellesskapet, men fremmer også toleransen for andre kulturer og mennesker.
- ❖ Spisemiljø. Se hvordan dere kan plassere bord og stoler for å lage et godt spisemiljø. Bli også enige om barna skal ha faste plasser ved bordet.

Naturens ressurser

Naturen er viktig for alt liv på jorden. Barna skal vokse opp og leve i denne verden og de trenger derfor å få kunnskap om hvorfor det er viktig og ta vare på naturen, og hvordan dette kan gjøres. La barna få erfare og utforske naturen. La de lære seg hvordan vi kan dyrke, sanke og høste. Gjennom dette kan vi gi barna en begynne forståelse for hvordan de selv kan være med å ta vare på naturen.

- ❖ Opplevelser og erfaringer. Ta barna med ut i naturen, og la dem utforske og oppleve. Dette vil gjøre at de utvikler respekt, engasjement og forståelse for hvordan vi tar vare på naturens liv og ressurser.
- ❖ Start enkelt. Ikke gjør det komplisert i starten. Ta turen ut i skogen og se om dere finner ulike typer bær, ramsløk, spiselige nøtter osv. Dere kan plukke råvarene og bruke dem i matlagingen.
- ❖ Kunnskap. Dere trenger god kunnskap om spiselige og ikke spiselige råvarer. Det finnes for eksempel råvarer i naturen som kan være giftig. Man må derfor ikke plukke sopp uten god bakgrunnskunnskap.
- ❖ Bruk råvarene i matlaging. Plukk med dere råvarene fra naturen og bruk det i matlagingen – La barna delta og medvirke her. Dere kan plukke blåbær og lage syltetøy og saft, eller bruke det som topping på havregrøt.
- ❖ Selvdyrking. La barna få kjennskap til hvordan råvarer dyrkes frem og hvilke forhold de trenger. Start med råvarer som dyrkes fort og lett.

- ❖ Fisketur. Sjøen er en god læringsarena hvor barna får kunnskap om matens opprinnelse. La barna delta i hele prosessen fra fising, sløyting, filetering til tilbedrening av fisken. Besøk på fiskemottak, fiskemarked og fiskedisk er andre relevante aktiviteter.
- ❖ Engasjere foreldre. Få med dere foreldrene til å gjøre en forskjell for naturen. Dere kan oppfordre barna og deres foreldre til å gå eller sykle til barnehagen.
- ❖ Ta vare på nærområdet. Lær barna hvordan de tar vare på nærmiljøet. Ta de med ut for å plukke søppel i og rundt barnehagens område.
- ❖ Sortering. Lær og vis barna hvor søppelet skal kastes, og hva som skjer med riktig sortert søppel



Matkultur

I alle kulturer, også i den norske, har mat og måltidet en sentral rolle i forbindelse med høytider, feiringer og ulike tradisjoner. I barnehagen bør det legges til rette for at barna får innblikk i, og blir nysgjerrig på likheter og ulikheter i et fellesskap.

Barna skal i barnehagen få oppleve matglede, matkulturer og at det finnes mange måter å tenke, handle og leve på. Barnehagen er en god arena til å gi felles erfaringer og vise hvordan alle kan lære av hverandre.

Gjennom mat og måltid kan dere i personalet bidra til at barna respekterer og får forståelse for hverandres levemåter og livssyn. Det er viktig at dere anerkjenner og verdsetter barna sine ulike tradisjoner og kulturer. Barna bør få markere sine kulturelle høytider, merkedager og tradisjoner i barnehagen. Alle barn skal få oppleve og lære om samisk matkultur.

Det er viktig at dere tar hensyn til hvert enkelt barns kulturelle bakgrunn, og overholder de regler deres religion og matkultur har når det gjelder mat. Prøv så langt det er mulig at alle barna får servert den samme maten.

I samfunnet vårt er det sosial ulikhet i helse. Levevaner er ulikt fordelt i befolkninger. Barnehagen når de aller fleste barn i Norge og er en viktig arena for helsefremmende arbeid. Gode vaner legges tidlig og barnehagen kan legge til rette for og gi barna gode helsevaner, ved å servere god mat som er viktig for barnas vekst og utvikling.

- ❖ **Verdsatt.** Hvert barn skal føle seg sett, respektert og verdsatt for sin identitet, kulturelle bakgrunn og familietradisjoner.
- ❖ **Fellesskap.** Matkultur påvirkes av ulike faktorer, som samspill mellom mennesker, råvarer, tradisjoner, verdier, forestillinger og ferdigheter.
- ❖ **Åpent sinn.** Som voksen er det viktig å vise at det er greit å være annerledes – støtt oppunder den enkelte barns identitet.
- ❖ **Personalets holdninger.** Dere voksne bør tenke igjennom og å reflektere over egne holdninger.
- ❖ **Kunnskap.** Få kunnskap om kulturene og religionene som er representert hos dere. Finn ut hva barna kan og ikke kan spise, og ta hensyn til det.
- ❖ **Kommunikasjon.** Ha god dialog med barnas hjem om deres matkultur. Da vil foreldrene føle seg sett, respektert og godtatt. Husk at foreldre har egne holdninger og verdier i deres livssyn.
- ❖ **Innblikk i tradisjoner.** Skaff dere informasjon om hvordan barna og deres familier feirer ulike høytider. Hvilke tradisjoner har familiene som dere kan ta med dere inn i arbeidet med matkultur?
- ❖ **Tilrettelegging.** Det er viktig at dere tar hensyn til de matbegrensningene enkelte barn har. De skal ikke føle seg annerledes og utenfor fellesskapet. Legger dere til rette for et mattilbud som fokuserer på fisk, grønnsaker, frukt og belgvekster kan alle spise.



Matmot

Matmot er et nokså nytt begrep i norsk sammenheng. Begrepet kan sees som en motpol til «kresenhet». Det handler om å ha mot til å; smake på nye og ukjente ting, våge å eksperimentere og håndtere nye råvarer.

Det er viktig at det jobbes med matmot i barnehagene. På sikt er målet at barna skal være nysgjerrige på mat, spise variert og spise den maten som serveres. På denne måten kan barna utvikle evnen til å ta gode kostholds valg for seg selv.

Når vi vil styrke barnas matmot er det viktig å bruke tid til å la barna smake, lukte og kjenne på maten. Målet med matmot er å skape interesse og nysgjerrighet hos barna til å prøve ny mat slik at de får et variert og sunt kosthold.

For å klare dette må barna få oppleve mange ulike smaksopplevelser og bli vant til å smake på ulike typer mat. Det kan være lurt å servere noe nytt sammen med noe som barna liker og er trygge på.



Matlaging

Matlaging handler om å la barna utforske, mestre og utvikle erfaringer og få begynnende kunnskap om hvordan man lager mat. I rammeplanen for barnehage er det løftet fram at barna skal få delta og medvirke i matlaging i barnehagen. Matlagingen skal bidra til deltakelse, samtaler og måltids glede.

Begynn enkelt og i det små. Ta utgangspunkt i det dere er trygg på å lage, da skapes de gode opplevelsene. Det er viktig at matlagingsaktivitetene tilrettelegges barnas aldrer og ferdighetsnivå, og at dere voksne er aktive deltakere i matlagingen.

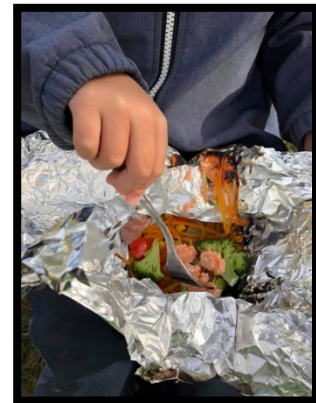
Deltakelse og medvirkning påvirke barnas utvikling av smaker og helsefremmende vaner. På denne måten kan barn få eierskap til maten og opplevelse av matlaging som gøy. Slik kan vi stimulere barna til å bli matglad og matkompetente.

Det oppfordres til at barna medvirker og deltar i forberedelsene og tilberedningene av matrettene. På denne måten kan barna undre seg over, og erfare ulike råvarer og bli kjent med kjøkkenredskaper. Å lære de å måle, veie og telle ingrediensene får barna en praktisk innføring i viktige ferdigheter.

Gi barna kunnskap, erfaringer og ferdigheter om bærekraftig matlaging. Vis de hvordan man nyttiggjør seg av og bruker sesongbaserte og kortreiste matressurser. Og når barna deltar i matlagingen øker sannsynligheten for at de spiser maten. På denne måten kan dere redusere både matsvinn og klimagassutslipp, samtidig som de utvikler matmot.

- ❖ Barns medvirkning. Barna får være med å bestemme hvilke matretter som skal lages, hvordan grønnsakene kuttes og hvordan maten blir servert.
- ❖ Voksne som er engasjert og tilstedeværende. Barnas opplevelse av matlagingen er det viktigste – vær engasjert, deltakende og tilstede i det barna sier og gjør.
- ❖ Planlegging og tilrettelegging. Tenk over gjennomføringen av matlagingen med barna. Tilrettelegg slik at alle barn, uansett forutsetning, får bidra i matlagingen.
- ❖ Hygiene. Ved matlaging er god hygiene viktig. Lær barna følgende: håret i strikk, forkle, vaske hender og ingen hender i nese eller munn.
- ❖ Regler. Lag regler som gjelder på deres kjøkken. Lær dem videre til barna og repeter reglene jevnlig.

- ❖ Matlaging ute. Ta med dere matlagingen ut på tur over bål eller stormkjøkken. Begynn enkelt med f.eks. pannekaker på stormkjøkken eller ostesmørbrød over bål.
- ❖ Kunnskap og ferdigheter. Det er en fordel om du som voksen har god kunnskap om matlaging. Da er det lettere å lære til barna.
- ❖ Godt utstyr/redskap. Riktig og godt redskap skaper en bedre opplevelse av matlaging sammen med barna. Ha skjærebrett og skarpe kniver tilpasset barna. Pass på at bord og stoler passer barnas høyde.
- ❖ Tålmodighet. Det tar lengre tid å lage mat sammen med barn. De skal erfare og lære bruken av redskaper. Som voksen må du være tilstede og tålmodig.



Bærekraftig utvikling

Bærekraftig utvikling kan være komplekst å forklare til små barn. Tematikken er også ny for de aller fleste voksne.

Vi skal i år bli kjent med hvalen LIVA, som stadig skal ta oss med på oppdrag og eventyr, for å finne nye måter å redde verden på. Liva klarer ikke dette alene og engasjerer sine seere og lyttere til å bli med på spennende oppdrag. Det blir innen temaer nedbrytningsfasen, skogens økosystem og sirkulærøkonomi. Mat og helse, vann og matsvinn. Følg med på oppdateringer i ukeplaner og tavleinnlegg.

Kompetanseheving

I 2023/2024 vil vi gjennomføre dette

- ❖ Overgang barnehage/skole møte med Granly – **Voksne på vettene**
- ❖ Bruk av egne aktivitetsskjemaer og tiltaksplaner ved krenkelser, mobbing og lignende
- ❖ Bruke sjekklister for å se at alle barna har et godt psykososialt barnehagemiljø
- ❖ Intern KO-team – **Alle pedagoger**
- ❖ Ekstern KO-team – **Ansatte**
- ❖ Følger kommunens kompetanse plan, og deltar på det vi har mulighet til
- ❖ Vi skal jobbe med adferd i forhold til Ross Green, og øve på hvordan vi tar de gode samtalene med barn
- ❖ Kurs om område
- ❖ Vi tar i bruk et eget opplegg for barna om bærekraftig utvikling, som skal gå som en rød tråd igjennom hele året.

Vi skal lese disse bøkene på fellesmøter:

I 2023-2024 er dette foreløpig planlagt, vi drar på kurs etterhvert som vi ser det kommer noe interessant:

- ❖ Livredningskurs
- ❖ Førstehjelpskurs – **Alle ansatte**
- ❖ Overgang barnehage/skole møte med Granly – **voksne på Vettene**
- ❖ Planleggingsdag – **Alle ansatte**
- ❖ Mobbing og krenkelser fortsetter vi med for å for å skape en forståelse for temaet og praksisen skal implementeres hos de ansatte. – **Alle ansatte**
- ❖ Gå igjennom observasjoner, som kan fange opp barn som blir utsatt for mobbing/krenkelser – **Alle ansatte/ spesielt pedagoger**

Fast i året:



Kontaktinformasjon

Besøksadresse

Trimveien 9
3188 Horten

Postadresse

Trimveien 9
3188 HORTEN

Daglig leder

May Krüger
Tlf: 481 18 835
E-post: may@trimveien-barnehage.net

Styrer	481 18 835
Vettene	93261462 /458 03 225
Mosebarna	95434288
Småtrolla	98428586 /406 27 696

