

VÅRE AKTIVITETER

«Små glade kropper»

Barnehagens nærmiljø gir en unik mulighet for å bruke kroppen. Nyere forskning viser tydelig sammenheng mellom motoriske ferdigheter og matematiske- og språklige ferdigheter i skolealder. De nye rådene for fysisk aktivitet fra Helsedirektoratet anbefaler at barn stimuleres til lek og bevegelse på varierte måter minimum 180 minutter i løpet av en dag. Alle barn og unge anbefales å redusere stillesitting.

I Sola Barnehage skal barna oppleve

Varierte erfaringer ved bruk av kroppen inne og ute hver dag.

Varierte fysiske aktiviteter som gir ulik intensitet og styrker muskler og skjelett.

Samarbeid og glede over andres mestring i fysisk aktivitet.

Vi har lite skjermtid i barnehagen.



Fjellklatring

Fordi det er gøy og øker barnas mestringsfølelse, styrker kroppen!

Vi får bruke hele kroppen, inkludert hodet.

Utfordrer både balanse, koordinasjon og styrke.

Klatring handler ikke om konkurranse, men å prøve seg i sitt eget tempo.

Samarbeid i fjellveggen, spiller på lag med både seg selv og den voksne som sikrer dem.

Organisering

Vi har 4 forskjellige løyper i fjellveggen.

Alle barn får mulighet til å prøve seg på klatring i løpet av året, vår og høst. Fjellklatring er sesongaktivitet. Det krever en viss temperatur, tørt og fint vær slik at barna får godt grep både med hender og føtter. Det krever høy kompetanse på sikring og sikringsutstyr. Vi har pr. i dag to personale som har sikringskurs. Uteområdet gir gode muligheter for mindre avansert fjellklatring, som likevel er spennende for små kropper.



Gym med Sola Videregående

Erfaringer barna får:

Ulike gymaktiviteter, og bruk av gymutstyr.
Ta imot og følge beskjeder som blir gitt.
Vente på tur.
Bli ledet av andre enn de faste voksne i barnehagen.
Bruke kroppen på ulike måter.
Felles opplevelse.
Samarbeid.

**Organisering:**

Krokodillene og Kaninene hver onsdag kl. 10.00. Oppstart september og avslutning i starten av mai. Elever fra Sola Videregående har ansvar for opplegg og gjennomføring, en del av studieopplegget innenfor ledelse på Idrettslinja. Noen onsdager er elevene på tur og gymmen utgår.

Tur i skog og nærmiljø**Erfaringer barna får:**

Oppleve gleden ved å være i naturen.

Bruke kroppen i ulendt terreng, motoriske utfordringer, oppdagelse, undring, sansing og læring.

Vær, vind og årstider forsterkes.

Barna får respekt for naturen og et ønske om å ta vare på den.

Utholdenhet på tur og god progresjon gjennom året.

Fellesskapsfølelse.

**Organisering:**

Vi har et fantastisk turområde like bak barnehagen. Tur hver mandag på de store avdelingene, hver onsdag på Fiolene. Endring i dagene kan forekomme. Barna har med seg matpakke i ryggsekk hjemmefra, leker og utfolder seg i skogen. Turdag for Fiolene starter opp etter tilvenning. Fiolene spiser i barnehagen.

Svømming med Ankas svømmeskole (kun Krokodillene)

Erfaringer barna får:

Vanntilvenning.

Holde pusten, hodet under vann, åpne øyne.

Dykke ned, hente leker på bunn.

Hopp fra bassengkant, ta seg opp fra bassenget.

Flyte på mage og rygg.

Organisering: Gjennomføres våren (januar/februar) ca. 8 uker (med forbehold at vi får tid i svømmehall). Nærmere info vil komme. I tre år har vi hatt buss til Tananger svømmehall. Det håper vi å få til i 2023 også.



Uteområde med mange muligheter

Stort og variert (3,7 mål!).

Mulighet for klatring i trær og fjell. Ballbinge på barnehagens uteområde.

Variert lek i ulendt terreng med hauger og ulike underlag.

Mange lekekroker, bærbusker, høyt og lavt gress, kjøkkenhage osv.

Vi er opptatt av at uteområdet ikke skal være «pent og pyntelig», men et sted barna kan grave, jobbe, gjemme seg, leke, være i fred osv.

Organisering: Vi er ute hver dag i flere timer, oftest etter lunsj. Barna skal ha gode klær som tåler alle typer lek i allslags vær. I sommerhalvåret er vi ofte ute mesteparten av dagen.





Barnehagens lekemiljø inne

Vi har god boltreplass inne. Å lære med hele seg er i fokus gjennom dagen. Vi har aktivitetsutstyr til hinderløype og puter barna kan boltre seg i på fellesrommet. Vi leker på tvers og utnytter alle rom. Muligheten for å leke i smågrupper er viktig i hverdagen. Varierte leker og ulikt materiell er tilgjengelig. Vi varierer mellom styrte aktiviteter og lek igangsatt av barna selv.



Det kan være mye som skjer på en gang, og rommene er ikke ferdig definert til en bestemt type lek. Vi ønsker at barna skal være kreative og omskape omgivelsene til mange typer lek.

Barnehagens nærmiljø

Mye skog og natur. Idrettsanlegg og videregående skole, barnehage og omsorgsboliger. Turnhall, ballbinge, Åsenløypa osv. Vi har mange muligheter for varierte erfaringer. Det viktigste for oss er Åsenløypa og samarbeidet med Sola Vgs.

