



Robuste barn vokser på (og i) trær!

- med fokus på risikofylt lek i naturen med
utgangspunkt i livsmestring og bærekraft

INGIRID GEIRSDATTER HELAD KJÆR

Oppsett for kurset

10:00 – 11:30 Introduksjon til temaet

Forankring og presentasjon av tematikken

11:30 -12:10 LUNSJ

12:10 -13:10 Naturen og de voksnes rolle i risikofylt lek

Hvordan er vår rolle som voksne med barn ifbm deres risikofylt lek?

13:10-13:30 Tid til å delta på læremiddelutstilling

13:30 – 15:00 ish Avsluttende tema og refleksjoner!

Avsluttende tema samt refleksjoner over tema vi har drøftet

Hvem er jeg og hvem er dere...?



Ingirid Geirsdatter Heald Kjær

Førsteamanuensis

Institutt for idrettsvitenskap og kroppsøving

≥



- med mål om å sikre alle barn et barnehagetilbud av høy kvalitet!



Barnehagen skal utvikle sin praksis basert på forskningsbasert kunnskap og Universitetet skal få mer praksisnær kompetanse som kan bidra til å videreutvikle barnehagelærerutdanningen.

Noen innramminger...

Rammeplan for barnehagen

innhold og oppgaver

Gjelder fra 01.08.17

NB!
Du finner til enhver tid oppdatert versjon av rammeplanen på udir.no/rammeplan

Utdanningsdirektoratet

Rammeplan for SFO

Utdanningsdirektoratet

Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen

Om overordnet del

Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen er en del av læreplanverket, og den er fastsatt ved kongelig resolusjon 1. september 2017 med hjemmel i opplæringsloven § 1-5. Overordnet del gjelder for grunnopplæringen i Norge. Grunnopplæringen består av grunnskole og videregående opplæring. Den omfatter dermed den opplæringen barn og ungdom får fra første klasse på barnevern til og med studieforbereende og yrkesfaglige utdanningsprogrammer i videregående opplæring, der deler av opplæringen foregår i bedrift og arbeidsliv.

Overordnet del av læreplanverket utdypet verdigrunnet i opplæringslovens formålsparagraf og de overordnede prinsippene for grunnopplæringen. Den består av denne innledningen, gjengivelse av formålsparagrafen og tre kapitler: 1. Opplæringsverdigrunnlag, 2. Prinsipper for læring, utvikling og dannelse og 3. Prinsipper for skolens praksis. Læreplanene for fag beskriver fagene innhold og mål. Overordnet del gir retning for opplæringen i fag, og alle fag bidrar til å realisere opplæringsens brede formål. Hele læreplanverket er grunnlaget for opplæringen, og de ulike delene henger tett sammen og må brukes sammen.

Den overordnede delen beskriver det grunnsynet som skal prege pedagogisk praksis i hele grunnopplæringen. Den skal også ligge til grunn for samarbeidet mellom hjem og skole. Overordnet del tydeliggjør skolens og lærebedriftens ansvar for dannelse og for utvikling av kompetansen til alle deltakere i grunnopplæringen. Alle som arbeider i grunnopplæringen, må la dette grunnsynet prege planleggingen, gjennomføringen og utviklingen av opplæringen.

Hovedmålgruppen for overordnet del er alle som har et ansvar for opplæringen: lærere,

...definisjoner

og forankring av tema...

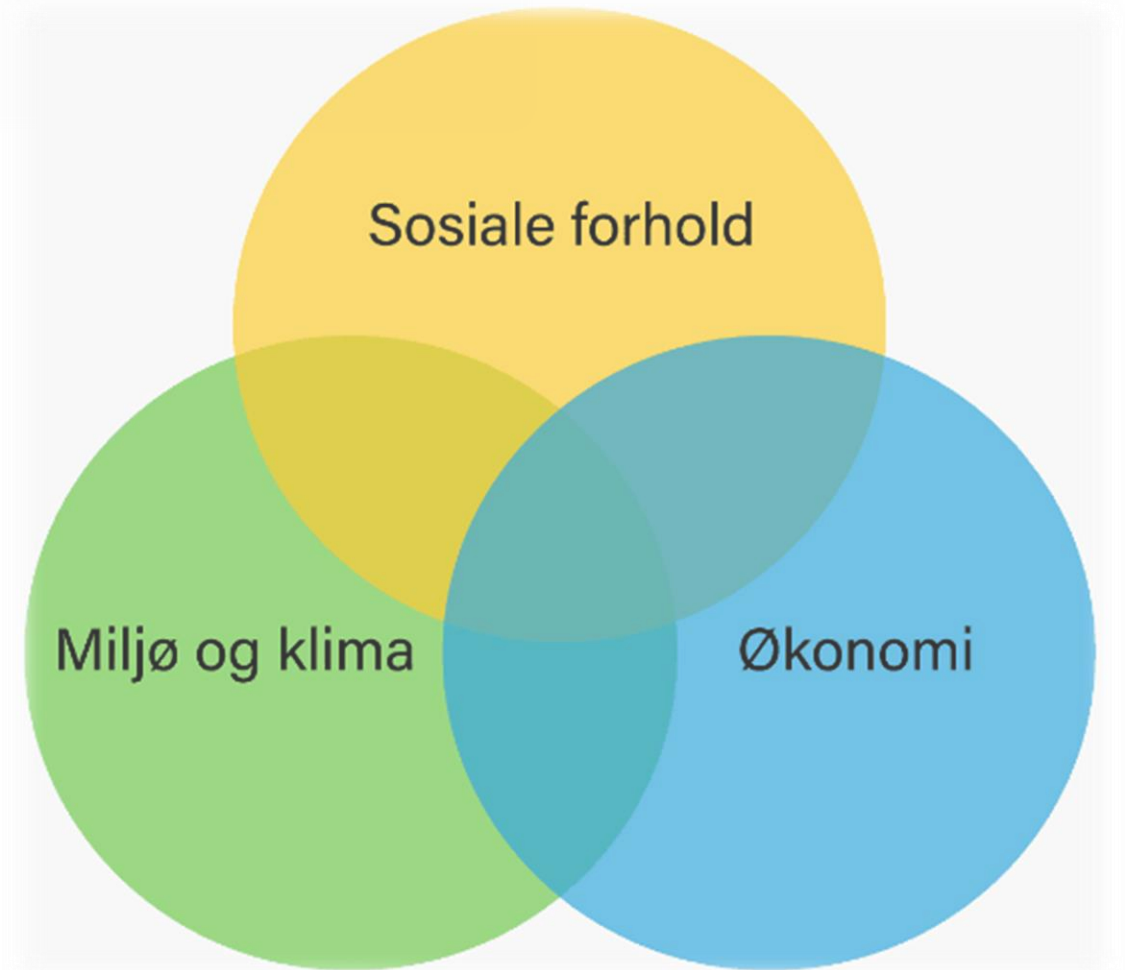


Bærekraft...

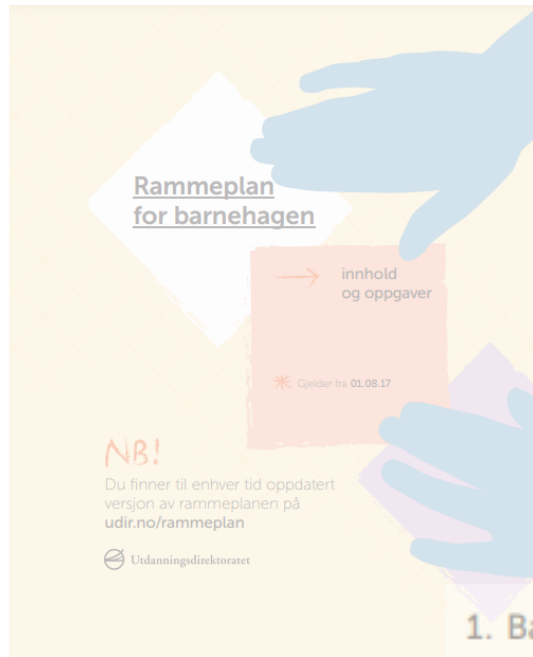


Definisjon - BÆREKRAFT...

...«En utvikling som imøtekommer dagens behov uten å ødelegge mulighetene for at kommende generasjoner skal få dekket sine behov.»



Hva er BÆREKRAFTIG UTVIKLING i barnehagen?



1. Barnehagens verdigrunnlag

Barn og barndom

Demokrati

Mangfold og gjensidig respekt

Likestilling og likeverd

Bærekraftig utvikling

Livsmestring og helse

Barnehager med særlige formål

Bærekraftig utvikling

Barna skal lære å ta vare på seg selv, hverandre og naturen. Bærekraftig utvikling omfatter natur, økonomi og sosiale forhold og er en forutsetning for å ta vare på livet på jorden slik vi kjenner det. Barnehagen har derfor en viktig oppgave i å fremme verdier, holdninger og praksis for mer bærekraftige samfunn.

Bærekraftig utvikling handler om at mennesker som lever i dag, får dekket sine grunnleggende behov uten å ødelegge fremtidige generasjoners mulighet til å dekke sine. Det handler om å tenke og handle lokalt, nasjonalt og globalt. Barnehagen skal bidra til at barna kan forstå at dagens handlinger har konsekvenser for fremtiden.

Barnehagen skal legge grunnlag for barnas evne til å tenke kritisk, handle etisk og vise solidaritet. Barna skal gjøre erfaringer med å gi omsorg og ta vare på omgivelsene og naturen. For samiske barn betyr dette å leve i samklang med, nyttiggjøre seg av og høste av naturen.

Barna skal få naturopplevelser og bli kjent med naturens mangfold, og barnehagen skal bidra til at barna opplever tilhørighet til naturen.

Hva er BÆREKRAFTIG UTVIKLING i SFO?

...som del av verdigrunnlaget...



2.

Skolefritidsordningens
verdigrunnlag

2.7. Bærekraftig utvikling

Bærekraftig utvikling omfatter sammenhengen mellom sosiale, økonomiske og miljømessige forhold. SFO skal støtte opp under verdier, holdninger og handlinger som fremmer en bærekraftig utvikling. SFO skal støtte barna i å utvikle naturglede og i å ta vare på seg selv, hverandre og naturen.

SFO skal oppmuntre barn til å reflektere og handle etisk og miljøbevisst, vise solidaritet og ta veloverveide valg.

Kunnskapsdepartementet, 2021

Tverrfaglige temaer

Læreplanverket har tre tverrfaglige temaer:

- demokrati og medborgerskap
- bærekraftig utvikling
- folkehelse og livsmestring

Hva er BÆREKRAFTIG UTVIKLING i skolen?

...som del av tverrfaglige temaer i overordnet del i læreplanverket...



Bærekraftig utvikling som tverrfaglig tema i skolen skal legge til rette for at elevene kan forstå grunnleggende dilemmaer og utviklingstrekk i samfunnet, og hvordan de kan håndteres. Bærekraftig utvikling handler om å verne om livet på jorda og å ta vare på behovene til mennesker som lever i dag, uten å ødelegge framtidige generasjoners muligheter til å dekke sine behov. En bærekraftig utvikling bygger på forståelsen av sammenhengen mellom sosiale, økonomiske og miljømessige forhold. Menneskehetens levesett og ressursbruk har konsekvenser lokalt, regionalt og globalt.

Gjennom arbeid med temaet skal elevene utvikle kompetanse som gjør dem i stand til å ta ansvarlige valg og handle etisk og miljøbevisst. Elevene skal få forståelse for at handlingene og valgene til den enkelte har betydning. Temaet rommer problemstillinger knyttet til miljø og klima, fattigdom og fordeling av ressurser, konflikter, helse, likestilling, demografi og utdanning. Elevene skal lære om sammenhengen mellom de ulike aspektene ved bærekraftig utvikling.

Teknologi har betydelig innvirkning på menneske, miljø og samfunn. Teknologisk kompetanse og kunnskap om sammenhengene mellom teknologi og de sosiale, økonomiske og miljømessige sidene ved bærekraftig utvikling står derfor sentralt i dette temaet. Teknologeutvikling kan bidra til å løse problemer, men kan også skape nye. Kunnskap om teknologi innebærer en forståelse av hvilke dilemmaer som kan oppstå ved bruk av teknologi, og hvordan disse kan håndteres.

HVA ER LIVSMESRING?

«Abilities or a
with the d

als to deal effectively

OVERSATT.

..Evnene til tilpasse
hverdagens utfordringer o

det mulig for individer å håndtere
av på en effektiv måte.

WHO, 1999

LIVSMESTRING

HVA ER LIVSMESRING?

...handler om å kunne forstå og ha mulighet til å påvirke avgjørende faktorer for mestring av eget liv

Helsedirektoratet.no, 2019



HVA ER LIVSMESRING?

...psykososial kompetanse og interpersonlige ferdigheter

...beslutningstaking og problemløsning

...kreativ- og kritisk tenking

...kommunikasjon og mellommenneskelige ferdigheter

...selvbevissthet og empati

...mestre følelser og stress

.... Fysiske eller perseptuelle motoriske ferdigheter er av WHO også definert som del av livsmestring – «Health skills»/«practical skills»

WHO, 1999

4 faktorer som fremmer barns livsmestring

1. Gode relasjoner

...trygghet, gjensidighet (hver sin tur), glede og stimulering

... trygg tilknytning (følelse av å bli forstått, verdsatt og godt ivaretatt)

2. Positive følelser

...trivsel og velvære, fravær av negative følelser og bedre mestring av senere utfordringer

...speile/sette ord på gleden – forsterker den positive følelsen

3. Støtte til regulering av negative følelser

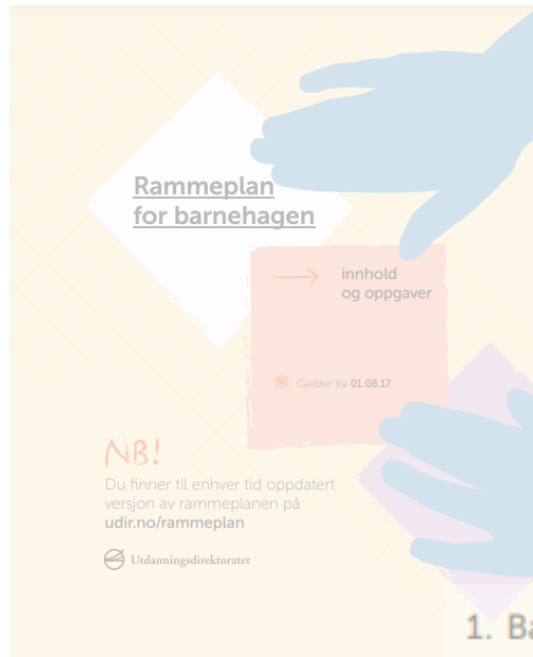
...negative følelser (sinne /irritasjon) må aksepteres

...bekrefte med trygghet, ro og ved å sette ord på de neg. følelsene

4. Mestring

Lekhal og Drugli, 2019

Hva er LIVSMESTRING i barnehagen?



1. Barnehagens verdigrunnlag _____

Barn og barndom _____

Demokrati _____

Mangfold og gjensidig respekt _____

Likestilling og likeverd _____

Bærekraftig utvikling _____

Livsmestring og helse _____

Barnehager med særlige formål _____

Livsmestring og helse

Barnehagen skal ha en helsefremmende og forebyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller. Barnas fysiske og psykiske helse skal fremmes i barnehagen. Barnehagen skal bidra til barnas trivsel, livsglede, mestring og følelse av egenverd og forebygge krenkelser og mobbing. Om et barn opplever krenkelser eller mobbing, må barnehagen håndtere, stoppe og følge opp dette.

Barnehagen skal være et trygt og utfordrende sted der barna kan prøve ut ulike sider ved samspill, fellesskap og vennskap. Barna skal få støtte i å mestre motgang, håndtere utfordringer og bli kjent med egne og andres følelser. Barna skal ha mulighet til ro, hvile og avslapping i løpet av barnehagedagen.

Barnehagen skal være en arena for daglig fysisk aktivitet og fremme barnas bevegelsesglede og motoriske utvikling. Måltider og matlaging i barnehagen skal gi barna et grunnlag for å utvikle matglede og sunne helsevaner.

Gjennom den daglige og nære kontakten med barna er barnehagen i en sentral posisjon til å kunne observere og motta informasjon om barnas omsorgs- og livssituasjon. Personalet skal ha et bevisst forhold til at barn kan være utsatt for omsorgssvikt, vold og seksuelle overgrep, og vite hvordan dette kan forebygges og oppdages. Personalet skal kjenne til opplysningsplikten til barnevernet, jf. barnehageloven § 22.

Hva er LIVSMESTRING i SFO?

...nevnes ikke eksplisitt...MEN...

Pkt. 2.2. Barndommens egenverd

... «...SFO skal bidra til barnas mestring og opplevelse av egenverd.»

Pkt. 2.3. Trygghet, omsorg og trivsel

... «SFO skal fremme barnas fysiske og psykiske helse og bidra til at de opplever glede og mestring. SFO skal støtte utviklingen av trygge og gode relasjoner barna imellom, mellom barna og personalet og mellom personalet og barnas foreldre. SFO skal fremme inkludering og bidra til at alle barna har mulighet til å utvikle vennskap. Barna skal få støtte til å mestre motgang, håndtere utfordringer og bli kjent med egne og andres følelser. Barna skal ha mulighet til både aktivitet og hvile i løpet av tiden de tilbringer i SFO.

Pkt. 2.5 Skaperglede, engasjement og utforskertrang

... «SFO skal støtte barnas naturlige nysgjerrighet og lyst til å skape og være kreative, engasjerte og utforskende. Innholdet, arbeidsformene og det fysiske miljøet i SFO skal støtte opp under barnas lyst til å leke, skape, utforske og mestre»

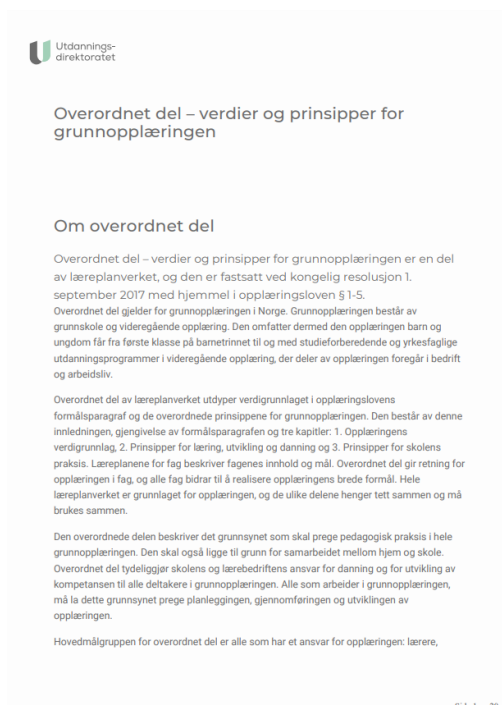
2.

Skolefritidsordningens
verdigrunnlag



Hva er LIVSMESTRING i skolen?

...som del av tverrfaglige temaer i overordnet del i læreplanverket...



Tverrfaglige temaer

Læreplanverket har tre tverrfaglige temaer:

- demokrati og medborgerskap
- bærekraftig utvikling
- folkehelse og livsmestring

Folkehelse og livsmestring som tverrfaglig tema i skolen skal gi elevene kompetanse som fremmer god psykisk og fysisk helse, og som gir muligheter til å ta ansvarlige livsvalg. I barne- og ungdomsårene er utvikling av et positivt selvbilde og en trygg identitet særlig avgjørende.

Et samfunn som legger til rette for gode helsevalg hos den enkelte, har stor betydning for folkehelsen. Livsmestring dreier seg om å kunne forstå og å kunne påvirke faktorer som har betydning for mestring av eget liv. Temaet skal bidra til at elevene lærer å håndtere medgang og motgang, og personlige og praktiske utfordringer på en best mulig måte.

Aktuelle områder innenfor temaet er fysisk og psykisk helse, levevaner, seksualitet og kjønn, rusmidler, mediebruk, og forbruk og personlig økonomi. Verdivalg og betydningen av mening i livet, mellommenneskelige relasjoner, å kunne sette grenser og respektere andres, og å kunne håndtere tanker, følelser og relasjoner hører også hjemme under dette temaet.

Undervisning i livsmestring på skolene og utvikling av programmer for å jobbe målrettet med LIVSMESTRING...



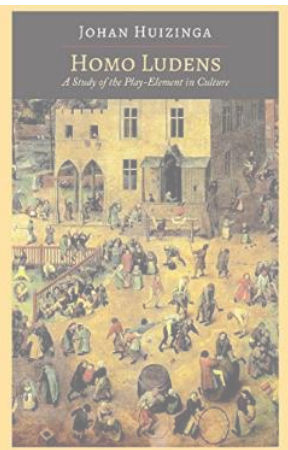


**World Health
Organization**

...livsmestring kan ikke læres kun gjennom informasjon eller diskusjon alene

.. praktiske erfaringer i støttende læringsmiljø!

WHO, 1999



FROM THE AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS | CLINICAL REPORT | SEPTEMBER 01 2018

The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children **FREE**

Michael Yogman, MD ✉; Andrew Garner, MD; Jeffrey Hutchinson, MD; Kathy Hirsh-Pasek, PhD;

Vi trenger ikke nødvendigvis programmer for å jobbe med livsmestring
... vi må se på muligheten som ligger i barnas lek



... vi må støtte de i den
... særlig i risikofylt lek
... helst i naturen...



Kjent med egen kropp

Barns kroppslige væremåte

Skummelt-artig

Frisk luft

Sosiale relasjoner

*Samhandle med andre i
bevegelse og lek*

Behov for bevegelse

Bedre psykisk helse

Bedre motoriske ferdigheter

*Glede og utfoldelse
i bevegelse*

*Stryket selvfølelse og
økt mestring*

Kan bevegelse, lek og friluftsliv bidra til livsmestring...?

Hvorfor bevegelse...?

Kroppsfilosofi....

...Våre opplevelser i verden bygger på
kroppens erfaringer/persepsjon

Holistisk menneskesyn...



Merleau-Ponty: Fransk filosof (1908-1961)

En oppdagelsesreise.....

Der barna...

...Utforsker

...Blir kjent med seg selv (muligheter og begrensninger)

...Utvikler seg og lærer nye ting

...Prøver og erfare

..gjennom spenning i **LEKEN**...



(Sandseter & Kvalnes, 2021)

«Den barnlige dynamikk»

Barns særegne måte å være på i lek...

...særlig koblet til de yngste barna...



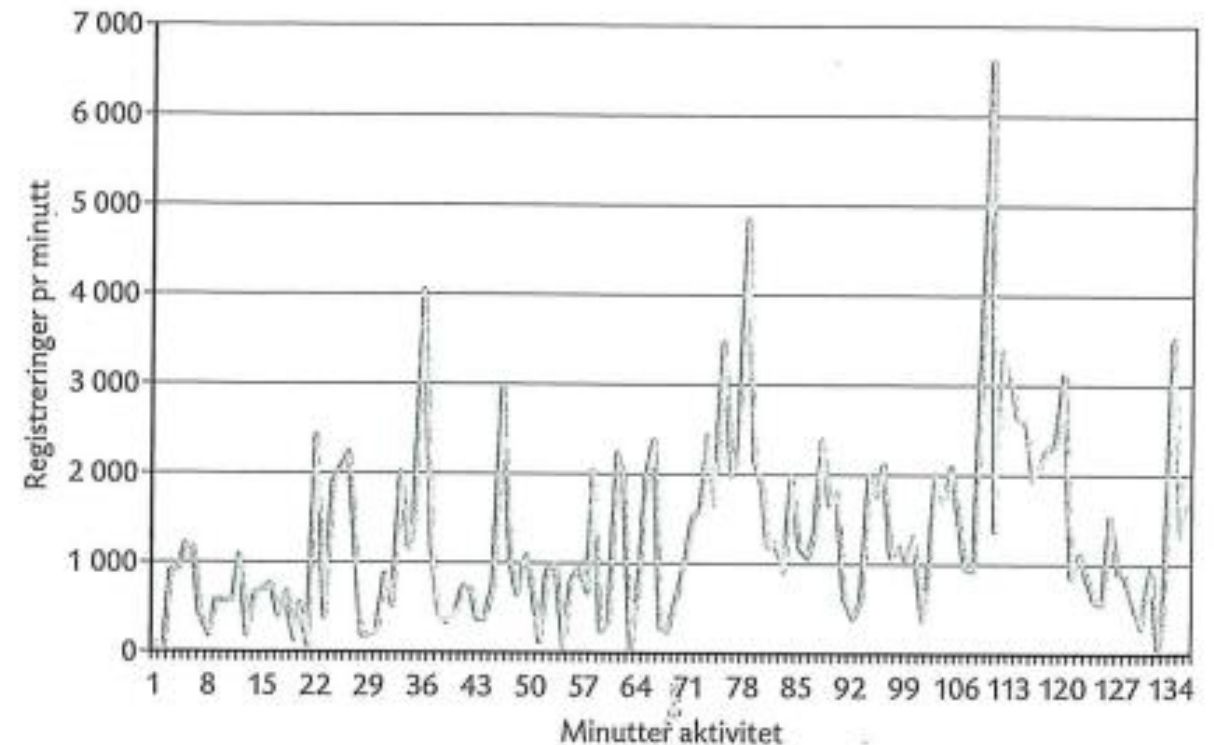
Buytendijks: Nederlandsk antropolog
(1887-1974)

«Den barnlige dynamikk»

KJENNETEGN...

1. Mangel på retning...

- a) Spontanitet/mangel på retning/rotete/uforståelig
- b) ex. Tur (voksnes mål vs. barns spontanitet)



«Den barnlige dynamikk»

KJENNETEGN...

2. Lidenskapelig instilling...



a) Patisk (gresk patos – følelse)

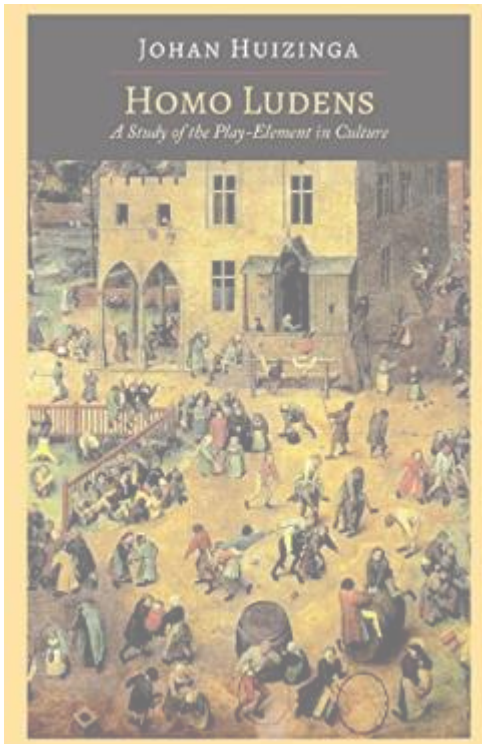
...koblet til sansestimulerende (følelsesladde)
handlingsmuligheter

...følelsesmessig forbindelse til leken/handlingen som
griper/berører gjør at man hengir seg i leken



b) Gnotisk (gresk gnosis – erkjennelse/viten/kunnskap)





The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children **FREE**

Michael Yogman, MD ; Andrew Garner, MD; Jeffrey Hutchinson, MD; Kathy Hirsh-Pasek, PhD;

«..voksne kjefter på meg når jeg løper, men jeg bare må løpe, jeg kjenner det inni her...»

(gutt 6 år peker på brystet sitt)

«...Barn er også mye mer aktive enn voksne. Jeg har aldri sett en voksen som henger opp ned fra et klatrestativ. Mange barn liker også å gjøre ting som de ikke får lov til, som å klatre på taket og springe utenfor skolegården...»

(jente 6 år)

«...Det er gjennom å våge å ta sjansen på å kaste seg ut i lek og aktiviteter de ikke har prøvd før, å prøve og feile, at barna møter og lærer om verden...»



Den RISIKOFYLTE leken...

...spennende og utfordrende lek som involverer usikkerhet og en risiko for fysisk skade

(Sandseter & Kvalnes, 2014, s. 14-15)



Den RISIKOFYLTE leken...

Kjennetegnes av...

Lek med STOR HØYDE

Lek med STOR FART

Lek med FARLIGE REDSKAPER

Lek nær FARLIGE ELEMENTER

Lek som innebærer KAMP

Lek der barn kan FORSVINNE/GÅ SEG BORT

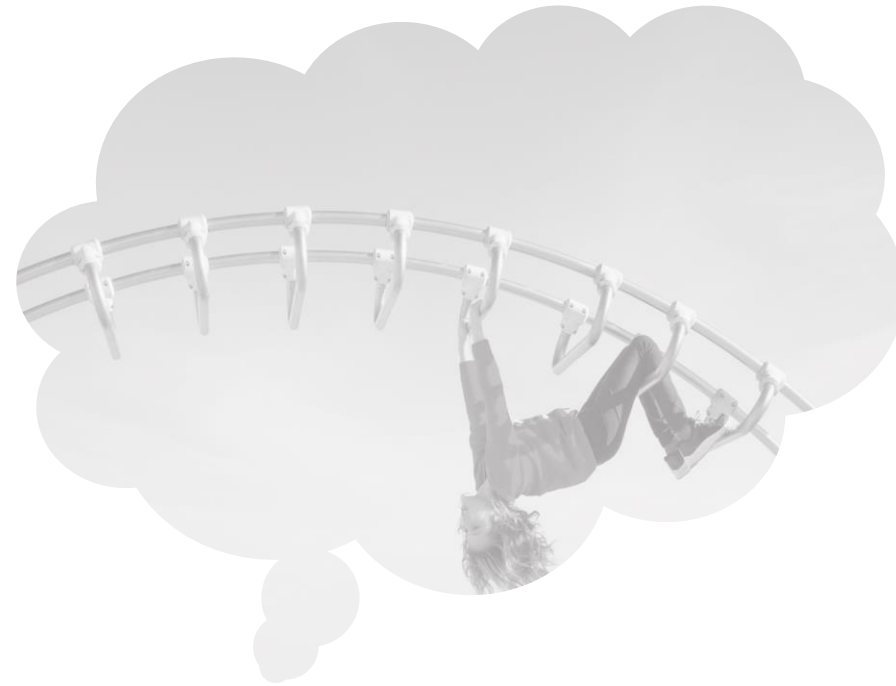
(Sandsether, 2014, s. 14-15)

1-3 år...

Lek som innebærer SAMMENSTØT

OVERFØRT risiko/spenning (fra å observere andre barns risikolek)

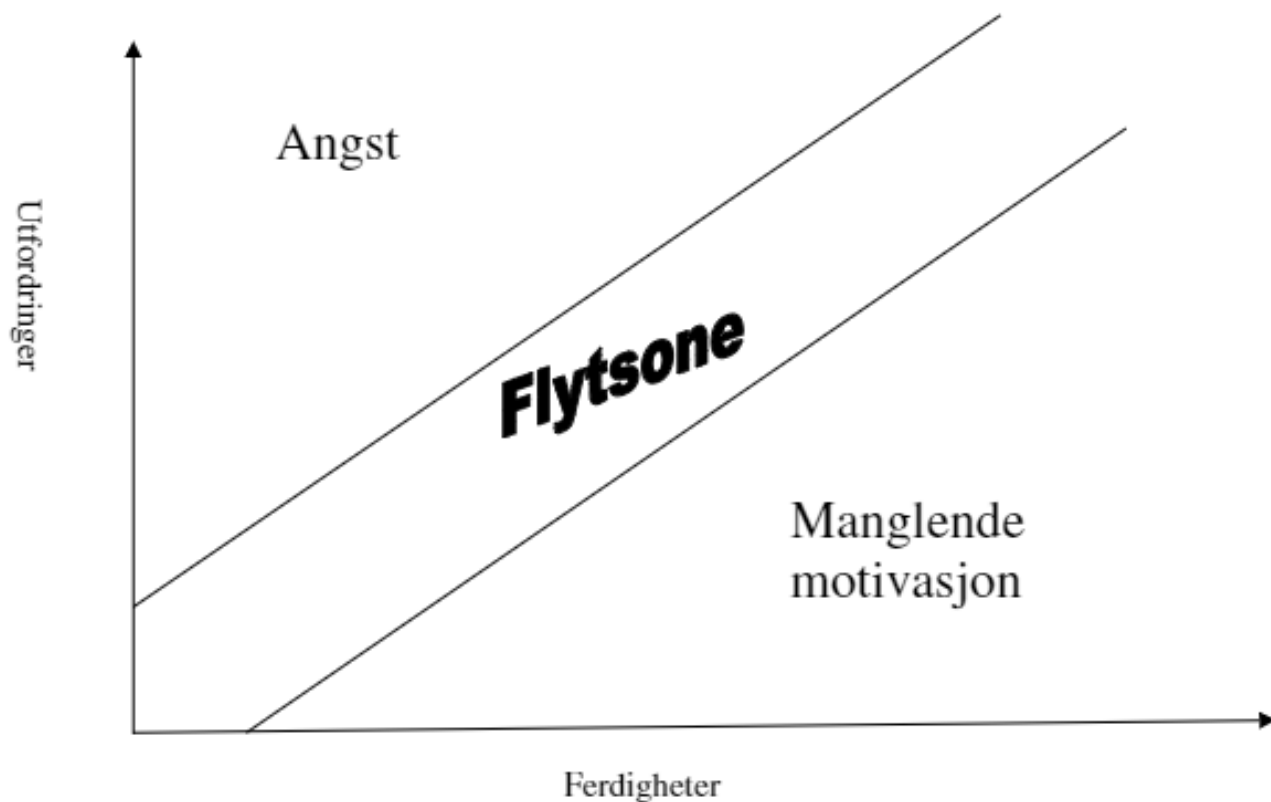
(Kleppe et al, 2017)



Mestring

...mestre fysiske og motoriske ferdigheter, mestring av motgang, bhg som et trygt med utfordrende sted, skummelt-artig, bli kjent med egen kropp

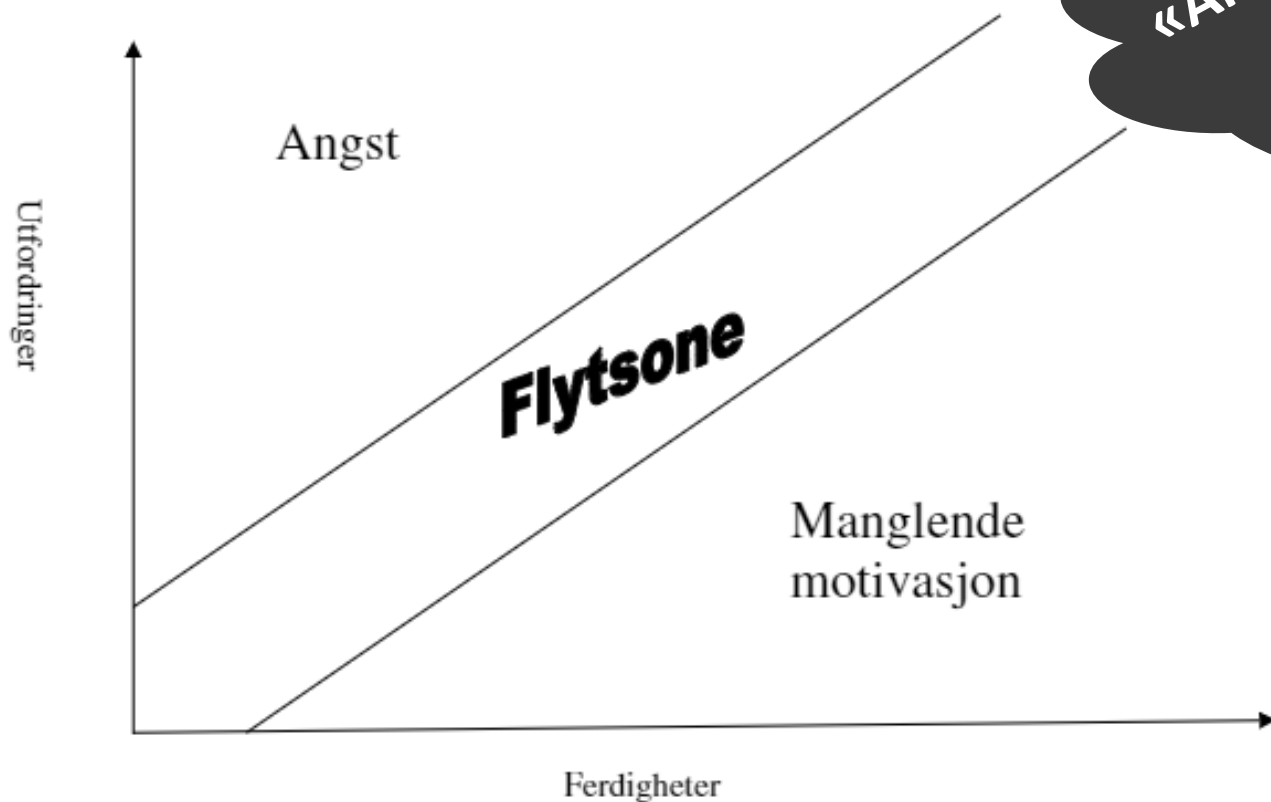
...en progressiv tilnærming til risiko...



Csikszentmihalyi (1934-2021), amerikansk-ungarsk psykolog

Mestring

...mestre fysiske og motoriske ferdigheter, mestring av motgang, bhg som et trygt med utfordrende sted, skummelt-artig, bli kjent med egen kropp



«Arousal»

Adreanlin - «adrenalin kick»
Endorfin - smertelindrende & «rusfølelse»



Csikszentmihalyi (1934-2021), amerikansk-ungarsk psykolog

Boltrelek eller «rough and tumble play»

«...verbal og fysisk samarbeidende lekeatferd som involverer minst to barn, der alle deltakerne med glede og frivillighet engasjerer seg i gjensidige rollespill som inkluderer aggressive forestillingstemaer, handlinger og ord; men mangler intensjoner om å skade (barn) enten følelsesmessig eller fysisk...»

Hart and Tannock, 2018



Boltrelek (Rough and tumble play)...

«..En spontan lek som igangsettes og organiseres av de som leker, og som drives frem av positive følelser som fryd, spenning og tilfredshet..»

Eide-Midtsand, 2015

Innebærer ofte risiko....

Boltrelek (Rough and tumble play)...

...stimulerer barns utvikling og læring med særlige fordeler for ...

...fysisk helse og utvikling

...sosial utvikling og ferdigheter, slik som tilknytning til jevnaldrende, sosial signalisering og ledelses- og dominansferdigheter innenfor jevnaldrende gruppen, etablere og praktisere komplekse sosiale ferdigheter, som forhandling, manipulering og redefinerings av situasjoner

...ferdigheter slik som rolleskifting, selvhandikapping og selvkontroll ansees som essensielle ferdigheter for å lykkes sosialt da dette alle er praktiske ferdigheter som krever fysisk og motorisk kontroll knyttet til en annen person.

«Sensation seeking»

...spenningssøking...

...denne er ulik...

Risiko – hva er risiko....?

Subjektiv risiko

VS

Objektiv risiko...

Risiko og kjønn...

Flere gutter enn jenter søker spenning og risiko i leken...

...annen oppfatning av hva som er risiko (subjektiv risiko)

...pga. evolusjonshistorien...?

...pga. sosialisering og oppdragelse?

Ekstra fokus på nervesystemet

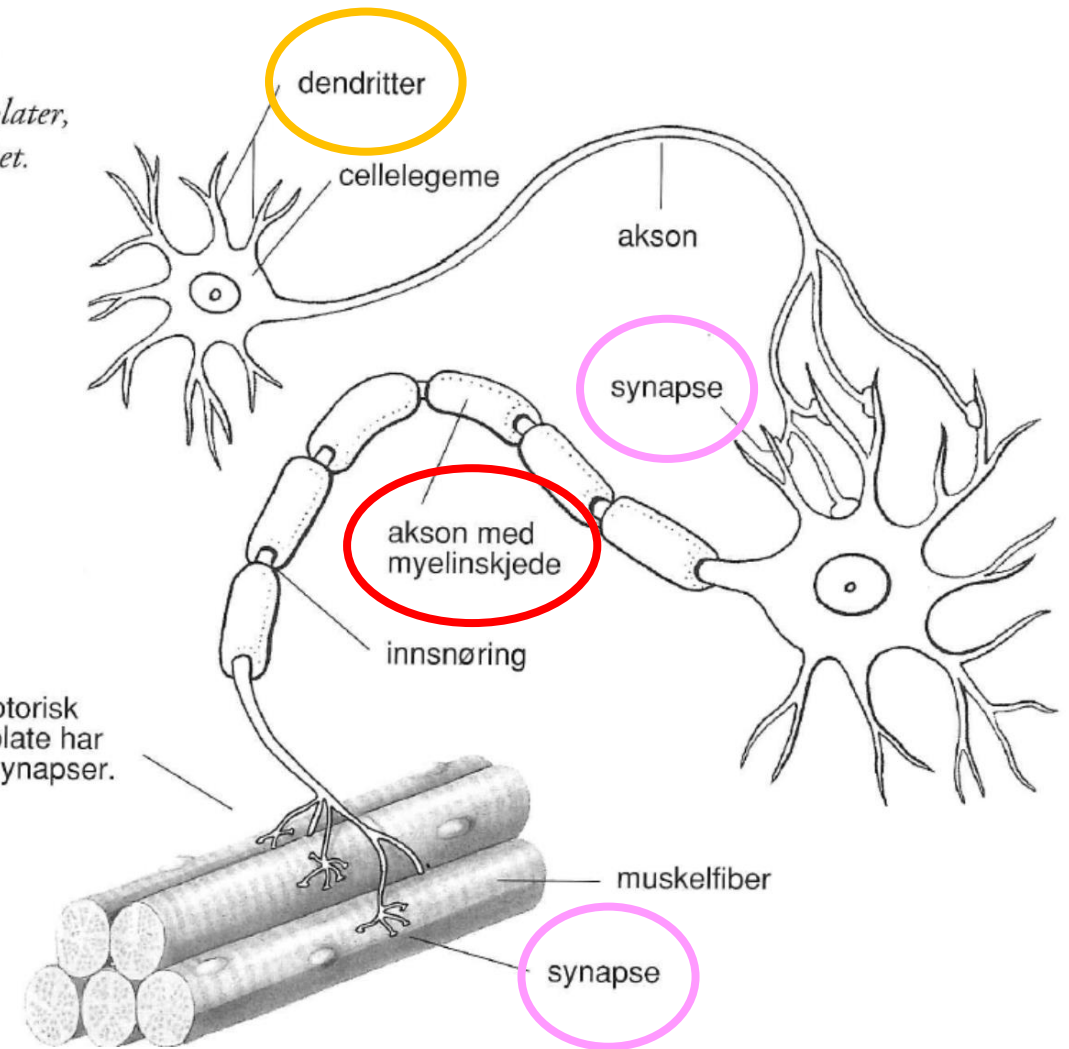
... koblet til hukommelse og læring og samordning av bevegelser



Hva skjer under den fysiologiske hjernemodningen?

- ... **Synapsedannelse**
- ... **Voksende dendrittnett**
- ... **Myelinisering**

Nervecelle med motoriske endeplater, en motorisk enhet.



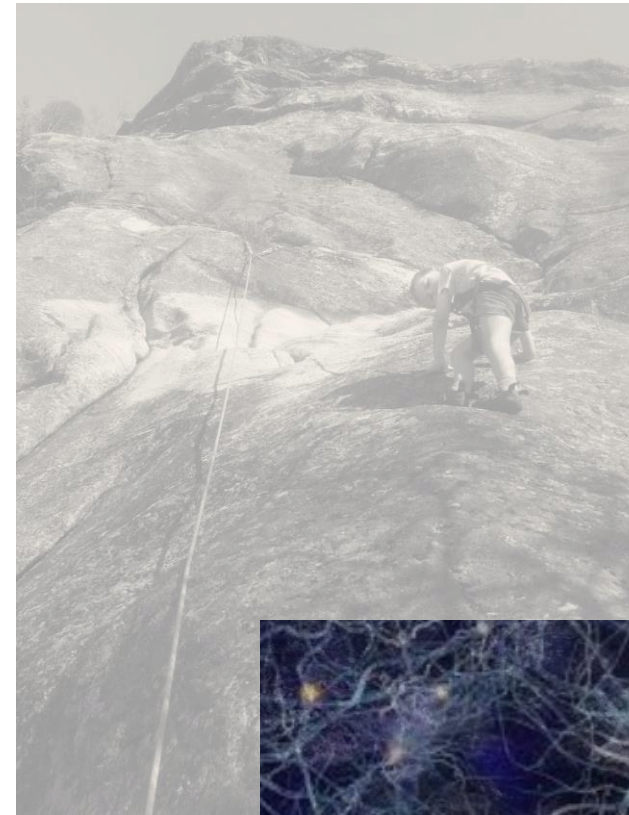
Gjentakelsens magi...

Prøve og feile...

Utfordre og utvikle... (gjennom å ha oppnådd synaptisk vekst og gjennom myelinisering)

Synaptisk vekst

- gjentakelse eller kraftig/god øving → læring
- mindre involvering av hjernen i aktivering av bevegelser mm.
- gode handlinger (bevegelsesløsninger) i nye situasjoner...



Nevroplastisitet ...hjernens evne til å tilpasse seg ved å endre koblingene mellom nerver og hjerneceller på bakgrunn av individets atferd, miljøet og de opplevelsene man får.

Hjernen er plastisk...

...mer ved yngre alder enn senere.... samt i puberteten...

Hjernen vår er såkalt **plastisk** – den kan endres og endres gjerne gjennom synaptisk vekst...

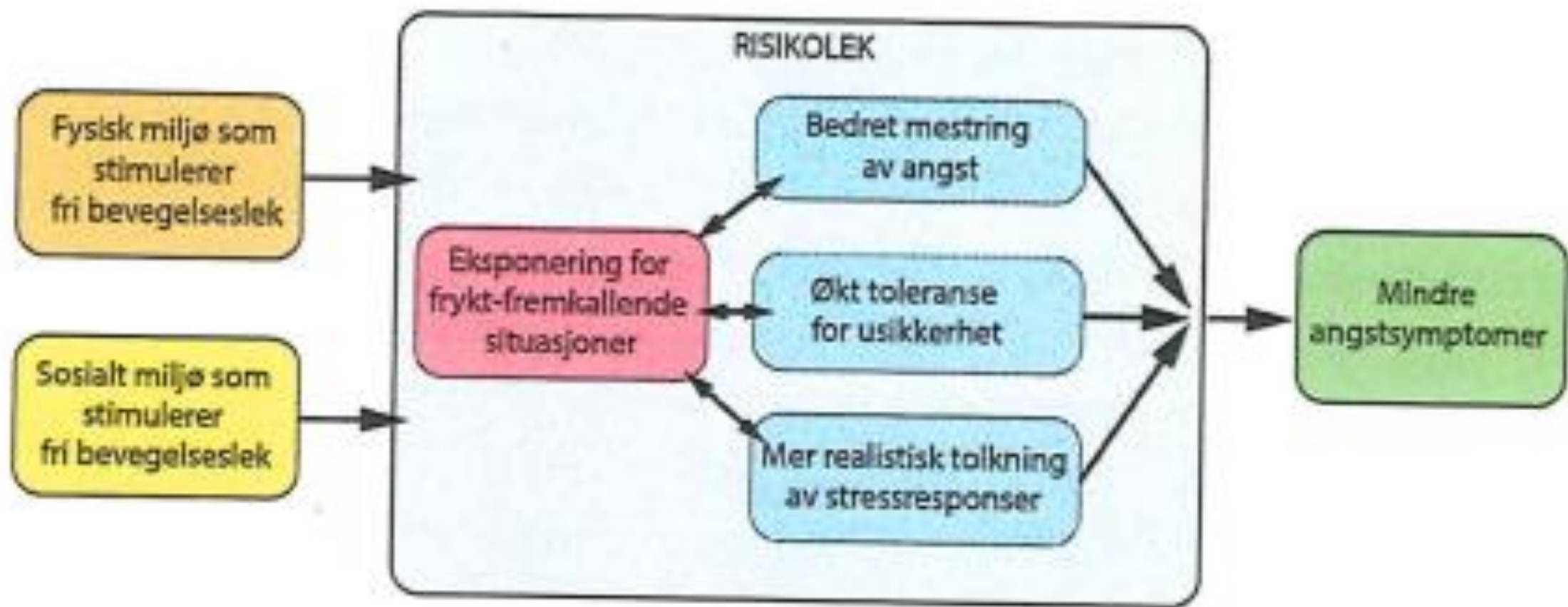
Hukommelse – korttids og langtidshukommelse (synaptisk vekst)

Synaptisk vekst – gjentakelse eller kraftig/god øving – læring – mindre involvering av hjernen i aktivering av bevegelser mm. - gode handlinger i nye situasjoner...



Ekstra fokus på nervesystemet

... koblet til hukommelse og læring og samordning av bevegelser



SIKKERHET



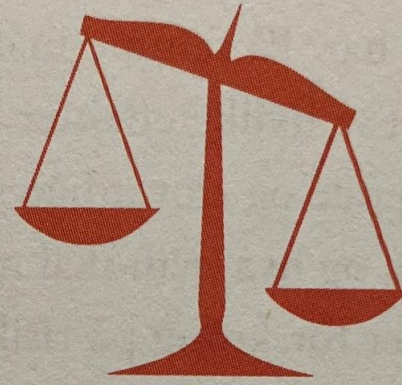
RISIKO



Barns mulighet for
risikofylt lek...

Fordeler og ulemper med risikofylt lek...

Lekens risikobalanse



Fordeler

Lekens egenverdi, opplevelse
Sosialisering
Læring
Utvikling
Risikomestring
Fysisk helse
Psykisk helse

Karakteristikk av fordeler

Uhåndgripelig
Lite målbar
Helhetsperspektiv
Basert på oppfatninger
Verdidrevet

Ulemper

Ulykker og skader
Kostnader (penger, lidelse)
Juridiske konsekvenser
Negativ publisitet

Karakteristikk av ulemper

Konkret
Målbar
Detaljfokusert, reduksjonistisk
Basert på harde fakta
Verdidrevet

Figur 1. Lekens risikobalanse er basert på David Balls figur fra 2002.

Fordeler med risikofylt lek...

Barna oppsøker aktivt den risikofylt leken, MEN regulerer selv risikoen etter egne forutsetninger etter erfaringer de har gjort tidligere... *(forskning på skolebarn (7-11 år) og barnehage (4-5 år))*

ERFARINGSGRUNNLAG FOR Å **VURDERE RISIKO...**

- øker høyde/fart, eller skli på ryggen eller med hodet først
- minker høyde/fart eller finner andre kreative strategier for å redusere risiko..

Fordeler med risikofyllt lek...

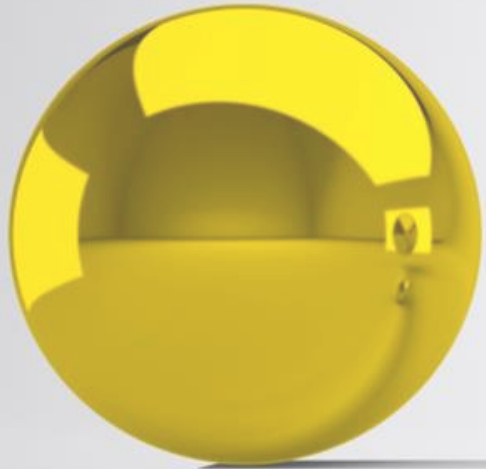
Opplever **RISIKOMESTRING!**

...gjennom erfaring blir de rustet til å håndtere plutselige risikosituasjoner på en hensiktsmessig måte...

Opplevelser av spenning i leken gir kroppslige og psykiske erfaringer for å håndtere utfordringer senere i livet...

SIKKERHET

RISIKO



Barns mulighet for
risikofylt lek...

Ulemper med risikofylt lek... SKADER/FOREBYGGING

Sikkerhetslovgivning ifbm. planarbeid og utforming av barns lekesteder

...reduksjon i aksjonsradius – mindre i Norge enn andre land

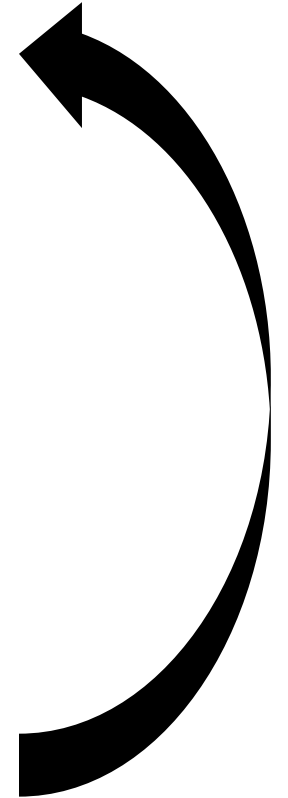
- overvåkes mer
- mindre lek i natur/nærområde/nabolag
- mindre selvorganisert lek

Hvorfor...?

- «stranger danger»
- trafikk
- trygghet å ha barna inne...



Risikostyringsstrategier/
forebygging



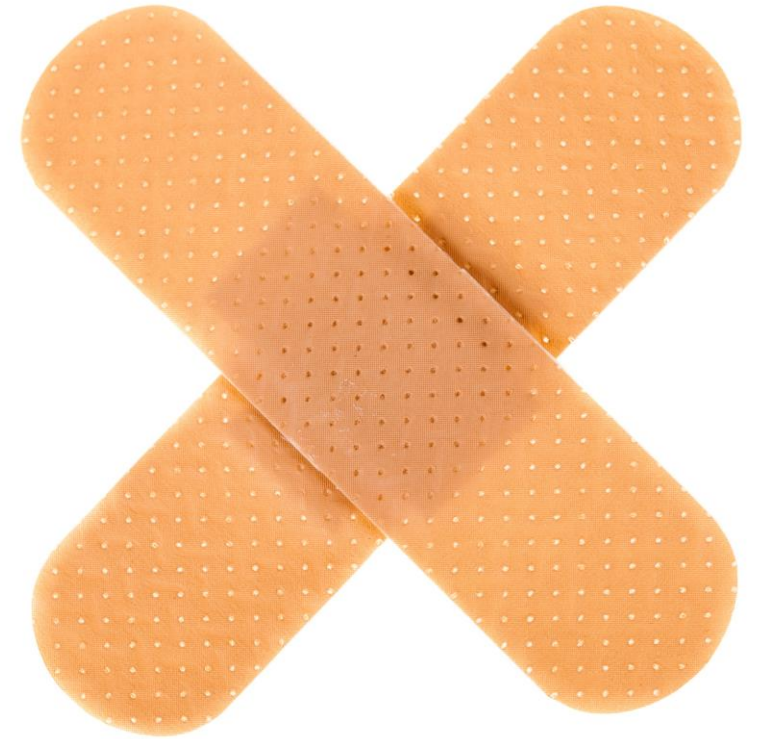
Ulemper med risikofylt lek...

SKADER/JUS.....

...nedgang de siste årene
...98% småskader..

Er dette bra...?

Gunnar Breivik (2001) mener at barn har gått inn i en tid som domineres av voksenstyrt inneaktivitet, passivisering og forsiktigjøring i forhold til tidligere, da egenstyrt lek, fysisk aktivitet og utforskning på egen hånd dominerte norske barns oppvekst. Dette fører til at barndommen blir både uspennende og lite stimulerende og utviklende.



REFLEKSJON...

Hvilke behov har barna for å prøve ut grenser og bli kjent med seg selv og sine omgivelser i vår barnehage/skole?

Hvilke mulighet har barn i vår barnehage/skole til å leke i utfordrende miljøer som muliggjør spenningsfylt lek?

Hvordan kan vi som jobber i barnehagen/skolen fremme eller begrense barns mulighet til å søke spenning og utfordringer?

I hvilken grad lar vi barna gjøre egne vurderinger og ta egne avgjørelser om håndtering av risikoelementet i sin lek slik at de oppøver en god risikomestring?

I hvilken grad vurderer vi hvert enkelt barns spenningsbehov, mestring og mot opp mot grenser vi setter?

I hvilken grad har vi felles grenser for alle barna?

I hvilken grad tar vi foreldre med i diskusjonen om betydningen av spenningsfylt lek, og hva slags risikoer og hvor store risikoer man skal la barna få møte?



SPENNING

PSYKIATRI BARN OG UNGE BERGEN HELSE BERGEN KORONA

Barn og unge sliter: - Har aldri opplevd så stor pågang

NYHETER

- Stress og angst kan gi barn hjerneskode

Ny forskning: Unge som sliter med å håndtere følelser, er mer utsatt for psykiske plager senere i livet

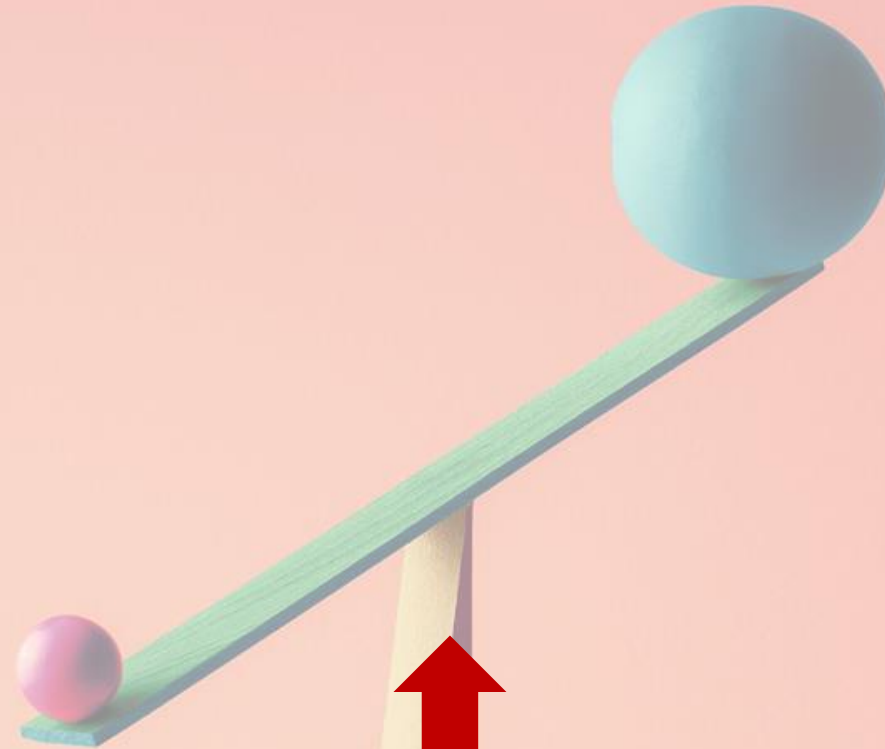
Utfordringer med å takle egne følelser tidlig i livet gir større risiko for å utvikle angst, depresjon og sinneproblemer.

«..Livet er ikke en lek, men barndommen bør inneholde mer lek hvis ikke ungdomstiden skal bli en dans på nevroseser...»

Lunde og Brodal, 2022

SIKKERHET

RISIKO



Barns mulighet for
risikofylt lek...



Barriærer og fasilitatorer for risikofylt lek...

Den RISIKOFYLTE leken...

Kjennetegnes av...

Lek med STOR HØYDE

Lek med STOR FART

Lek med FARLIGE REDSKAPER

Lek nær FARLIGE ELEMENTER

Lek som innebærer KAMP

Lek der barn kan FORSVINNE/GÅ SEG BORT

(Sandseter, 2014, s. 14-15)

1-3 år...

Lek som innebærer SAMMENSTØT

OVERFØRT risiko/spenning (fra å observere andre barns risikolek)

(Kleppe et al, 2017)

...hvor finner vi dette?



A dirt path winds through a dense forest. Sunlight filters through the trees, creating a hazy, golden atmosphere. The path is surrounded by lush green foliage and tall, slender trees. The overall scene is peaceful and serene.

- NATUREN som arena...

«Affordances»

...Landskapets/rommets innbydelse/muligheter



Gibson Amerikansk psykolog
(1904-1979)

«Affordances»

...Landskapets/rommets innbydelse/handlingsmuligheter

«...persepsjon handler om å sanse handlingsmuligheter i miljøet, for deretter å gjøre noe. Man kan derfor si at bevegelse fører til oppdagelse av nye «affordances», og nye «affordances» åpner for nye bevegelser...»



Gibson Amerikansk psykolog
(1904-1979)

«Affordances»

...Landskapets/rommets innbydelse/handlingsmuligheter

...er underlagt ulike betingelser/restriksjoner

- *individuelle (motorisk/fysisk, kognitivt og emosjonelt)*
- *fysiske, sosiale og kulturelle miljøet*



Gibson Amerikansk psykolog
(1904-1979)



«Uterommet»

Har uendelige mulige affordances...

En viktig arena for barnas helhetlige utvikling og varierte og allsidige lek....



(Storti, 2019)



«Affordances» i «uterommet»

De **YNGSTE**...kortere aksjonsradius...

....Hvordan er «Uterommet» innenfor en kortere aksjonsradius utformet?

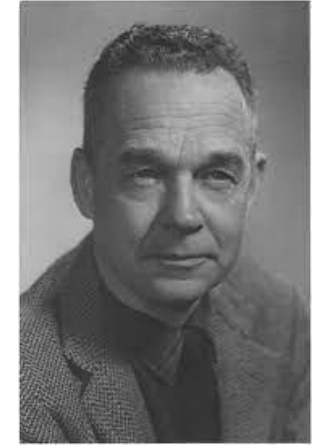
- løsmateriale som har mange handlingsmuligheter

....Hvordan er landskapet/stedet i «Uterommet»?

- manipulerbart (vann/snø/sand ol.)
- ujevnt?

...Er det tilrettelagt for sosial lek?

- Mest aktiv sammen (kroppslig kommunikasjon)

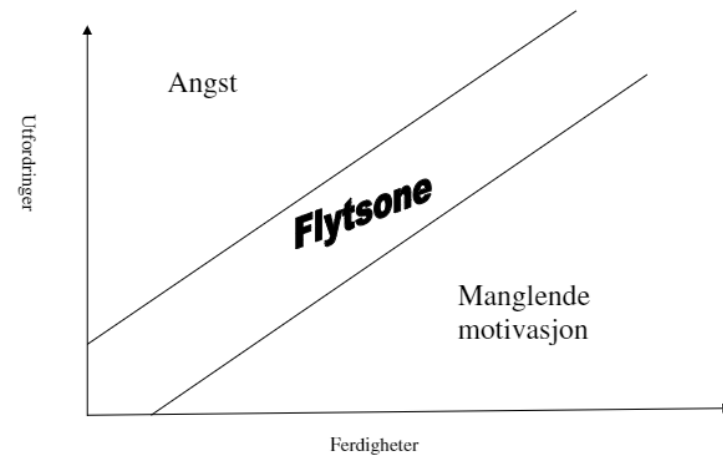


«Affordances» i «uterommet»

De **ELDSTE**...kortere aksjonsradius...

*...Den sosiale leken i «uterommet»
- når/hvor leker barna sammen?*

.... Hvordan er landskapet/stedet «Uterommet»?



A person wearing a dark, hooded jacket is standing in a snowy forest. The person's face is partially obscured by the hood. The background is filled with bare, snow-covered tree branches, creating a dense and wintry scene. The overall lighting is soft and diffused, typical of an overcast winter day.

Naturen som arena...

<https://ndla.no/nb/subject:1:56ea35da-73d9-431f-a451-19f24f564f59/topic:1:7b85f47a-e6ee-4e10-93f0-6dcbb8fe88cc/topic:1:d1aca6fa-0525-498c-b816-395aad24f6a5/resource:391ced59-9b09-48bb-bf6b-0dc577b1dbb9>

Kompleksiteten i «Uterommet»

Løsmaterialer og flyttbare småleker... bla. naturmaterialer..



Tilrettelegge/videreutvikle «uteområdet»...

- ... tau
- ... hengekøye
- ... løsmaterialer
- ... materialer/planker el.



FOTOKILDE Utdanningsnytt



FOTOKILDE Espira

Tilrettelegging av «Uterommet» - digitale muligheter...

- QR-koder: skattejakt, natursti, hinderløype.
- BookCreator: Bøker, pedagogisk dokumentasjon.
- Animasjonsfilm: lag film i naturmateriale.
- Digitale fortellinger: barna kan være med å lage en fortelling fra turplassen
- Digitale mikroskop, utforskning av naturen.
- Inspeksjonskamera: utforskning av vanskelig tilgjengelige steder
- Kamera: farger i naturen, sistenlek, farge-, form-, bokstav- jakt
- Tracking av tur, kart og visualisering av tur, lengde og avstand
- Geocatching, skattejakt
- Bøker og oppslagsapper: utforskning
- Musikk
- Sphero kuler. Kappløp, fotball, bowling
- Drone: avstand, andre perspektiver
- Go- pro kamera, utforskning
- Projektor, lekemiljø

Tilrettelegging av «Uterommet» - digitale muligheter...

AR – augmented reality

...augmented reality (utvidet virkelighet)

...erstatte ikke virkeligheten (VR), men legger på et ekstra lag med digitalt innhold på det virkelige...



I Ila barnehage har de en digital møteplass som er et lite rom, innredet som en hule fra juratiden. Ved hjelp av AR-teknologi kan barna også se dinosaurene som levde på denne tiden gjennom linsa på iPaden. Dette gir en følelse av å befinne seg midt mellom disse store, forhistoriske dyrene. Også i uterommet i barnehagen blir AR-teknologien brukt på lignende måte. Her filmes det med iPaden med AR-appen, slik at sluttresultatet blir en video der dinosaurene går rundt sammen med barna på lekeplassen.

«Uterommet»

Hvilke muligheter ligger i uterommet i deres barnehage/skole/SFO?

Hva kan de ulike elementene by på av aktiviteter/leker?

Lag en plan for bruken...

Mulighetene endrer seg gjerne etter årstid...

Varier bruken av landskapet og utnytt mulighetene

Kan det gis problemløsende oppgaver?

La barna utforske landskapet

Reflekter over hvordan man kan tilrettelegge uteområdet...



- VOKSENROLLEN...



De voksnes rolle i «uterommet»

...Uavklart...?

- bør det planlegges mer?
- hvor mange/antall voksne (fokus – leken/oversikt?)

... Trygghet!

- voksne som er tilstede fysisk og tilgjengelig psykisk (særlig for de yngste, men også de eldste)
- «la barna være aktivt i fred» – barna leker selv og voksne er oppmerksomt tilstede

De voksnes rolle i «den frie leken»

...Personalets innstilling, viten (kunnskap) og menneskesyn

- klima som er lekvennlig, leknøytralt eller lekfientlig..

Trygge og nære relasjoner

Gode rollemodeller - planlegge, sette i gang, vise engasjement og interesse



*Hvilket omfang forekommer lek
Hvor utviklet, kreativ og langvarig leken er*

De voksnes rolle i «den frie leken»

... Personalgruppen..

- felles syn/regler på hva er «god omgangstone» for ALLE?

...Personalet må stimulere nysgjerrighet, kreativitet og nyskapende evner

- la barna bruke miljøet og miljøet på en ukonvensjonell måte

...Personalet må spre seg i «uterommet»

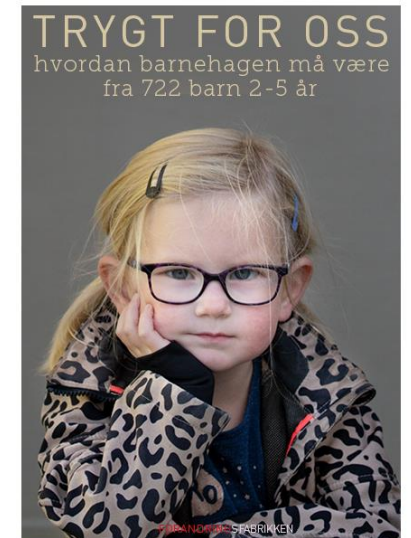
- være aktivt tilstede, men ikke nødvendigvis aktivt involvert i selve leken...

De voksnes rolle i «uterommet»

... Trygghet!

- voksne som er tilstede fysisk og tilgjengelig psykisk (særlig for de yngste, men også de eldste)
- «la barna være aktivt i fred» – barna leker selv og voksne er oppmerksomt tilstede

Storli, 2019



Angstgrupper for barn fra 10 år: - Foreldre og lærere er for overbeskyttende

– Både foreldre og lærere må tørre å pushe barna til å gjøre ting de er redde for, sier psykologspesialist Åshild Tellefsen Håland ved Abup på Sørlandet sykehus.


Nærværstrening: Vinje kommune deltek i program for folkehelsearbeid, med prosjektet «Eg er meg og du er deg – livsmeistring og nærværstrening for barn». Her besøker Elisabet Haagensen 2. klasse ved Åmot skule. Foto: Tone Tveit

- Det er viktig å lære tidleg at redsel ikkje treng vere angst, at å vere lei seg ikkje er depresjon

Småbarnsfar: – Føler intens frykt for at noe skal skje barnet mitt

VG+

Han ser for seg de verste scenarioer og er livredd for at noe skal skje med datteren (7). Hvordan skal han få kontroll på angsten og bidra til at hun ikke blir påvirket av frykten hans?

A young child is shown in profile, looking towards the right. The child is wearing a brown aviator helmet with goggles resting on the forehead. They are also wearing a dark blue long-sleeved shirt under a white and yellow striped t-shirt. A large, silver, metallic-looking backpack is on their back. The child is standing on a gravel path that stretches into the distance. The background is a soft-focus landscape with mountains and a clear sky, suggesting a bright, sunny day.

«...det artigste jeg vet, er det jeg nesten ikke tør...»



Gjør-det-godt etikk

...barn må få boltre seg i spennende og risikofylt lek som kan gi dem positive opplevelser, selv om det kan være skadelig for dem.

Unngå-skade etikk

...barn må beskyttes og skjermes mot det som kan være fysisk og mentalt skadelig for dem.



Gjør-det-godt etikk

...barn må få boltre seg i spennende og risikofylt lek som kan gi dem positive opplevelser, selv om det kan være skadelig for dem.

Unngå-skade etikk

...barn må beskyttes og skjermes med det som kan være fysisk og mentalt skadelig for dem.

Ulemper med risikofylt lek... SKADER/FOREBYGGING

VOKSNE

Sikkerhetslovgivning ifbm. planarbeid og utforming av barns lekesteder

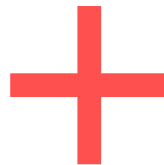
...reduksjon i aksjonsradius – mindre i Norge enn andre land

- overvåkes mer
- mindre lek i natur/nærområde/nabolag
- mindre selvorganisert lek

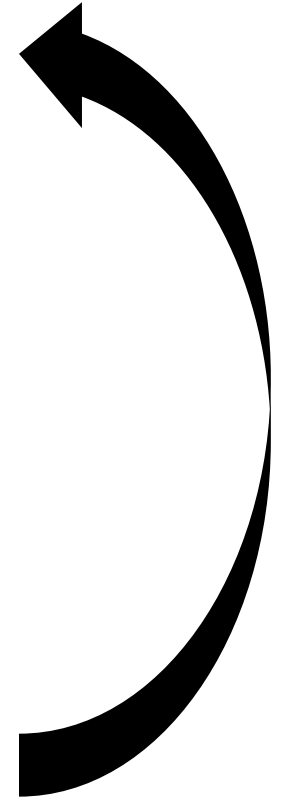
VOKSNE

Hvorfor...?

- «stranger danger»
- trafikk
- trygghet å ha barna inne...



Risikostyringsstrategier/
forebygging

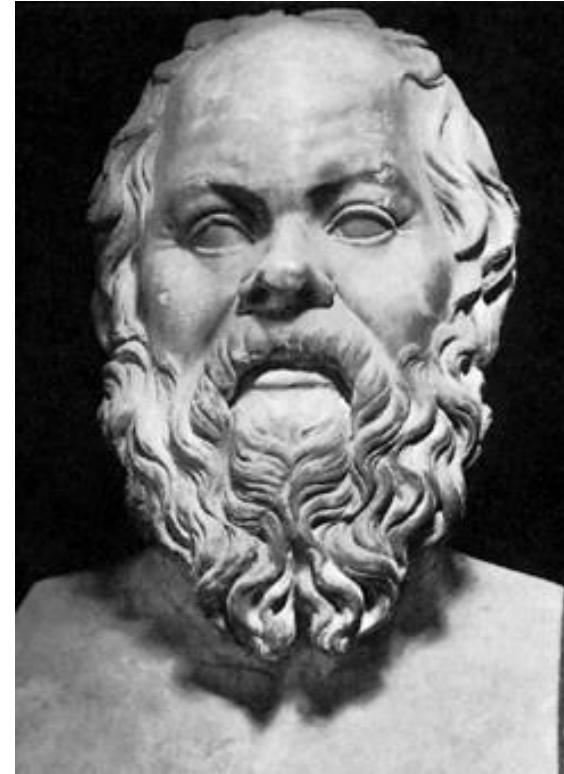


«Risk reframing»

Jobbe med å forsøke å snu på synet på risikofylt lek

...fremheve de positive effektene av denne typen lek og endre hvordan man kan håndterer denne typen lek..

Kunnskap styrer handling....



Sokrates, Gresk filosof

«Utfordringspedagogikk...»

Utfordringspedagogikk betyr at vi må gi våre barn mulighet til å møte utfordringer, oppleve usikkerhet og frykt, ta egne beslutninger og bli kjent med seg selv og sine omgivelser. Å la barn oppleve situasjoner som er «skummeltartig» og fylt med skrekkblandet fryd, gir dem slike muligheter.

Gunnar Breivik

TIPS...

Personalet bør være obs på barns behov for å prøve ut grenser og bli kjent med seg selv og sine omgivelser

Personalet bør være bevisst på den påvirkningen de har som fremmede eller begrensende faktor for barns mulighet til å søke spenning og utfordring

Personalet bør sørge for at barna får mulighet til å leke i utfordrende miljøer som muliggjør spenningsfylt lek

Personalet bør la barna gjøre egne vurderinger og ta egne avgjørelser om håndtering av risikoelementet i sin lek slik at de oppøver en god risikomestring

Personalet bør vurdere hvert barns spenningsbehov, mestring og mot i lys av eventuelle grenser som settes, heller enn å ha felles grenser for alle

Personalet bør ta foreldre med i diskusjonen om betydningen av spenningsfylt lek og hva slags og hvor store risikoer man skal la barna få møte

Hvordan adressere
risikofylt lek i
barnehagen...?

Småbarnsfar: – Føler intens frykt for at noe skal skje barnet mitt

VE+

Han ser for seg de verste scenarioer og er livredd for at noe skal skje med datteren (7). Hvordan skal han få kontroll på angsten og bidra til at hun ikke blir påvirket av frykten hans?

Angstgrupper for barn fra 10 år: - Foreldre og lærere er for overbeskyttende

– Både foreldre og lærere må tørre å pushe barna til å gjøre ting de er redde for, sier psykologspesialist Åshild Tellefsen Håland ved Abup på Sørlandet sykehus.

TIPS – barnehagelærere, lærere/ansatte i skolen/SFO

Sandseter & Kvalnes, 2021

Ellen Beate Hansen Sandseter
og Øyvind Kvalnes




Risikofylt lek

En etisk utfordring

Universitetsforlaget

TIPS!!!

- Videre lesing og fordypning i temaet...




23 May · Episode 112 · 52 min left

Episode 112 Risikofylt lek med Ellen Beate Hansen Sandseter

Lars og Pål >

▶ Resume

I denne episoden har Pål snakket med Ellen Beate Hansen Sandseter om barns risikofylte lek. Dette er én av to deler av en dobbelepisode hvor Lars i del to intervjuer Øyvind Kvalnes. Sandseter og Kvalnes har sammen utgitt boka Barns Risikofylte lek En etisk utfordring (<https://www.universitetsforlaget.no/risikofylt-lek>)



27 May · 57 min

Episode 113 Risikofylt lek og etikk med Øyvind Kvalnes

Lars og Pål >

▶ Play

I denne episoden har Lars snakket med Øyvind Kvalnes om barns risikofylte lek, og særlig om etiske spørsmål knyttet til denne tematikken. Dette er del to av vår dobbelepisode om risikolek, hvor Pål i del en intervjuet Ellen Beate Hansen Sandseter. Sandseter og Kvalnes har sammen utgitt boka Barns Risikofylte lek. En etisk utfordring

Ellen Beate Hansen Sandseter
og Øyvind Kvalnes



Risikofylt lek

En etisk utfordring

 Universitetsforlaget

<https://podcasts.apple.com/hu/podcast/episode-112-risikofylt-lek-med-ellen-beate-hansen-sandseter/id1025955272?i=1000563353362>

Sir Ken Robinson – **Do schools kill creativity?**



<https://www.https://www.uia.no/studier/grunnskolelaererutdanning-for-trinn-1-7youtube.com/watch?v=iG9CE55wbtY>





Andre eksempler fra «barnemunn»....