

FASE 2

HVOR ER GRENSEN?

ALDERSGRUPPE

0-3 år

SESONG

Høst

VARIGHET

30 min



VANNMILJØ

Fjæra

Innsjø

Bekk

Barnehage

Basseng

VANNKOMPETANSE

Forstå
vann

Kropp
teknikk

Regler
og valg

Følelser og
holdninger

Språk og
begreper

STEG FOR STEG

1

Samle barna trygt

- Plasser barna stående bak streken, med litt avstand mellom hver.
- Voksne står nær, rolig og tilgjengelig, i samme høyde som barna.

2

Den ansatte viser først

- Den voksne stiller seg bak streken og peker på den.
- Si rolig: «Her er grensen. Vi står bak streken.»
- Gå rolig frem mot streken og stopp ved den.
- Sett ord på det som skjer: «Nå stopper kroppen ved streken.»

Regle som innledning og under leken:

*Her er streken, her er stopp,
kroppen står – den går ikke opp.
Bak vi venter, rolig nå,
snart er det din tur til å gå.*
- Marta Skandsen

3

Inviter barna til å utforske i eget tempo

- Barna kan gå mot streken og øve på å stoppe bak den.
- Noen kan bare stå og se først.
- Anerkjenn alle måter å delta på.
- Den voksne gjentar rolig: «Stopp ved streken. Bra, du står bak.»

4

Varier tempo og avstand

- Gå sakte mot streken og stopp.
- Gå litt raskere og øv på å bremse før streken.
- Stå litt lenger unna eller nærmere streken.

5

Variasjoner

- Gå, løpe rolig, krype eller hoppe mot streken og stoppe.
- Bruke ord som «klar, ferdig, stopp».
- La barna få tur til å være den som sier «stopp».

6

Avslutt rolig

- La alle stå stille bak streken et øyeblikk.
- Kjenn etter hvordan kroppen er når den stopper.
- Avslutt i eget tempo og bekreft: «Du stoppet ved grensen. Det var trygt.»



Mer informasjon: