

FASE 4

FLYTTE SEG TRYGT I GRUPPE

ALDERSGRUPPE

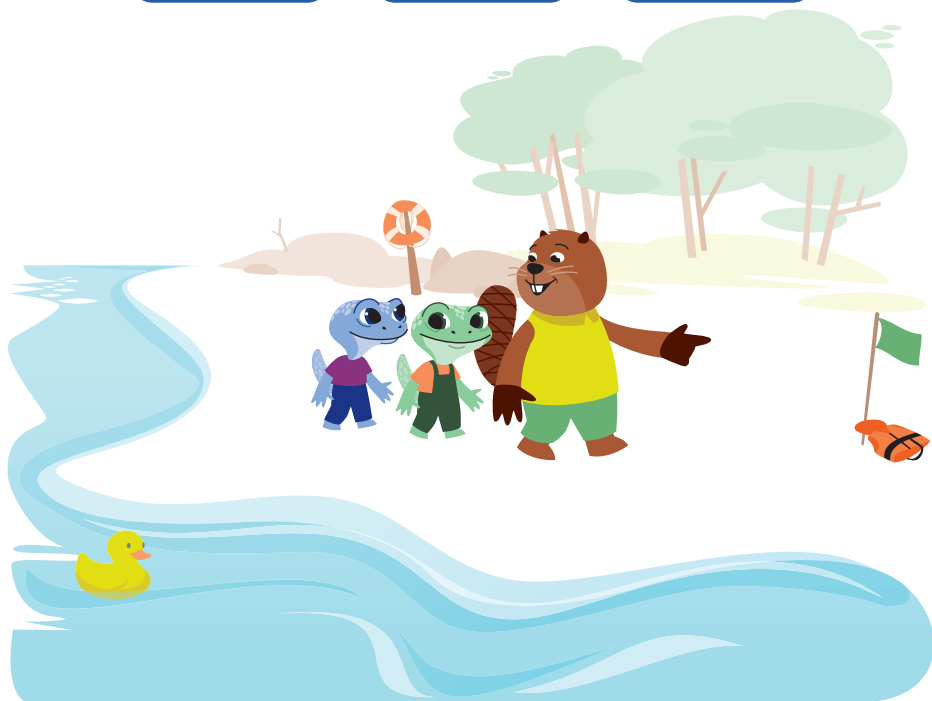
3-6 år

SESONG

Vår

VARIGHET

45 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

- Barna står samlet bak avtalt grense.
- Den voksne forklarer at gruppen skal bevege seg sammen.
- Felles regler repeteres, for eksempel «vi går», «vi stopper», «vi venter på hverandre».

2

Den ansatte viser først

- Den voksne går noen skritt frem og stopper.
- Ser mot vannet og deretter mot gruppen.
- Setter ord på valgene, for eksempel «nå stopper vi», «nå venter vi», «nå går vi sammen».

3

Inviter barna til å utforske i eget tempo

- Barna går samlet i rolig tempo.
- Barna øver på å stoppe samtidig når den voksne stopper.
- Barna holder avstand til hverandre og til vannkanten.
- Den voksne stiller enkle refleksjonsspørsmål, for eksempel «er dette et trygt sted å stå?».

4

Varier omfang og intensitet

- Kort bevegelse gir tydelig struktur.
- Lengre bevegelse gir større krav til gruppebevissthet.
- Stopp kan komme uventet for å øve reaksjon og kontroll.

5

Variasjoner

- Endre hvem som går først i gruppen.
- Gå i rekke eller to og to.
- Stoppe og peke ut trygg og mindre trygg plass.

6

Avslutt rolig

- Samle gruppen på trygg grunn.
- Bekreft barnas evne til å stoppe og vente sammen.
- Avslutt aktiviteten før tempoet øker for mye.



Mer informasjon: