

FØRSTE STEG

NR. 4 / 2022

Et tidsskrift for barnehagelærere
fra Utdanningsforbundet

TEMA: Mat og måltidet

SLIK KAN DU FÅ BARN TIL Å SMAKE NY MAT

Worachat Jarodram er
barnehagens egen kokk



«En er som ingen, to er som ti»

Disse ordene fikk jeg ofte servert av erfarne tobarnsforeldre da barn nummer to var på vei. Ett barn på to foreldre går jo helt fint. Det er alltid en hånd tilgjengelig, en voksen til å trøste, skifte bleie, leke og være til stede for den lille. Samtidig har den andre frihet til å kunne gjøre noe annet. «Med tre barn er det alltid en forelder for lite», fikk jeg høre da barn nummer tre var på vei. Med to voksne

på to barn er det alltid en som kan følge opp hvert barn. Det er en som kan kjøre på fritidsaktiviteter eller hjelpe med lekser, mens den andre er på foreldremøte, kjører til trening eller må jobbe. Med to foreldre på tre

barn er det alltid en hånd for lite. Barna må ofte vente, og da de var små, måtte alle bli med meg på do hvis jeg var alene med dem. I barnehagen er det 3 voksne på 18 barn. Det er 6 barn på 1 voksen.

Barnehagefolk har i årevis snakket om at økt bemanning er det som må til for å heve kvaliteten i barnehagen. Flere studier påpeker det samme. Nå har også barnehager i Tønsberg helt konkrete eksempler på hva økt bemanning betyr i hverdagen etter ett års prøveprosjekt. Prosjektet er et spleiselag mellom Tønsberg kommune, Utdanningsforbundet og Universitetet i Sørøst-Norge. Flere forskere følger prosjektet for å dokumentere resultatene. To ekstra ansatte, en pedagog og en fagarbeider, har ført til at de ansatte har mer tid til å se og lytte til hvert enkelt barn. Det har ført til mer tid til foreldrene og mer tid til å diskutere

praksis. De ansatte er mindre stresset og opplever større mestring og arbeids glede enn før. De ansatte sier til og med at de klarer seg noen dager uten vikar, fordi de har fulle batterier. Nye barn blir raskere trygge, og de ansatte kan være i leken med barna i langt større grad enn før. Og ikke minst er barna mer med på å bestemme over egen hverdag. Slik kunne jeg fortsatt å liste opp positive re-

«Det er for meg en gåte hvorfor ikke politikerne ser verdien av flere ansatte i barnehagen.»

sultater av økt grunnbemanning. Mindre stress og mer mestring og arbeids glede vil føre til mindre sykefravær. Det vil være bra for de ansatte og for barna. Det er for meg en gåte hvorfor ikke politikerne ser verdien av flere

ansatte i barnehagen. Sykefraværet i barnehagene koster rundt 2,7 milliarder i året, ifølge KS og NAV. Å ansette flere i norske barnehager vil trolig spare samfunnet for mange penger på sikt. Så enkelt, og så vanskelig. Kanskje på tide at flere stortingspolitikere får hospitere et par dager i en barnehage? Og får kjenne på følelsen av hvordan det er å alltid ha en hånd for lite?

Line

Line Fredheim Storvik

ansvarlig redaktør
line@utdanningsnytt.no



SIDEN SIST

har redaktør Line Fredheim Storvik besøkt Ålgård Offset som trykker Første steg utenfor Stavanger. Det tar 11 timer å trykke tidsskriftet, og 13 personer er involvert i arbeidet fra start til slutt. En utgave trenger plass på 7 europaller. Foto: Linda Sjødal



FØRSTE STEG

NR. 4 / 2022

Ansvarlig redaktør

Line Fredheim Storvik
line@utdanningsnytt.no
93 04 20 94

ANNONSEKONTAKT

Mona Jørgensrud, salgssjef, HS Media AS
mj@hsmedia.no
62 94 10 32 / 91 17 34 73

MEDLEMSSERVICE

Spørsmål om abonnement og bladordningen, adresseendringer og Min side:
medlem@udf.no

24 14 20 00

For medlemmer:

MIN SIDE

udf.no/min-side

Ikke medlem, men ønsker abonnement? Send e-post til:
abonnement@utdanningsnytt.no

KONTAKT OSS

forstesteg@udf.no
Post: Første steg, Utdanningsforbundet, Postboks 9191 Grønland, 0134 Oslo
Besøk: Hausmanns gate 17, Oslo
På nett: utdanningsnytt.no/forste-steg

GRAFISK DESIGN

Mediamania
mediamania.no

TRYKK

Ålgård Offset AS
Opstadveien 7, 4330 Ålgård
ISSN 1504-1891

Bekreftet opplag: 32 098 ifølge

Fagpressens Mediekontroll

Utgiver: Utdanningsforbundet

Utgivelsesdato:

Første steg nr. 4 2022: 2. desember.

Første steg er medlem av Fagpressen og redigeres etter Redaktørplakaten og Vær Varsom-plakatens regler for god presseskikk. Den som likevel føler seg urettmessig rammet, oppfordres til å ta kontakt med redaktøren. Pressens Faglige Utvalg, PFU, behandler klager mot pressen.

Stoff i tidsskriftet kan bare gjengis etter tillatelse fra redaktøren og med kildehenvisning.

Vi forbeholder oss retten til å lagre og utgi stoffet i elektronisk form fra vårt redaksjonsarkiv eller andre databaser som vi har avtale med, herunder å utgi stoffet på våre nettsider.

Forsiden: Worchat Jarodram med barna Mason Hollup, Mathilde Vatnøy og Leo Zagoric-Daniels i Espira Grefsen stasjon barnehage. Foto: Marianne Otterdahl-Jensen



Første steg nr. 1 2023 kommer **10. mars**.



F Fagpressen



46



34



44



Tema: Mat og måltidet

- 14 Barnehageansatte har for lite kunnskap om mat
- 18 Slik får du barna til å smake ny mat
- 21 Studentene lærer for lite om mat i utdanningen
- 22 Ton er barnehagens egen kokk
- 26 Barnehagen satser på vegansk bålmat
- 32 12 retningslinjer for mat og måltidet i barnehagen
- 34 Barnehagen har eget planteverksted

Reportasjer

- 38 Suksess med økt bemanning
- 46 Barnehagen la om driften etter pandemien

Fag og forskning

- 52 La oss ta naturen tilbake til barnehagen
Siri Berner
- 56 Barnehagen serverte barna spennende retter og smaker
Bushra Fatima Syed
- 60 Læring i barnehagen – er det så nytt?
Karen I. Draugsvoll
- 64 Her gir fysisk miljø og materialer rom for barnas lek
Rebekka Haugen og Bushra Fatima Syed

Meninger

- 72 Den normale hverdagen i barnehagen ble borte på et blunk **Monica E. Barken**
- 75 Kontaktforum barnehage: Hvorfor trenger barnehagelærere master? **Ann Mari Milo Lorentzen**

HVER GANG

- 2 Leder
- 4 Barnehagen min: NaKuHel friluftsbarnhage
- 8 Nyhetsblikk
- 11 Studentblikk **Mari Øxnevad Kalvehagen**
- 12 Styreblikk **Petter Ruenes Jensen**
- 31 Min doktorgrad: Bente Gurine Kvitvær Nordmo
- 43 Jus: Her er kravene til grunnbemanning i barnehagen **Hanna-Cecilie G. Jemtegaard**
- 44 Mitt barnehageminne: Nicolay Ramm
- 50 Lekelyst: Bygg hytter ute
Trude Anette Brendeland
- 69 Nye bøker
- 74 Barnehager verden rundt

SAGT I DETTE TIDSSKRIFTET

«Vi må lære barna at raushet og ydmykhet i møte med andre mennesker er en selvfølge.»

NICOLAI RAMM, SIDE 45



Les flere saker fra barnehagen på utdanningsnytt.no/forste-steg



Følg oss på [@forstesteg](https://twitter.com/forstesteg)



MIN SIDE FOR
MEDLEMMER
udf.no/min-side

Barnehagen min

NaKuHel friluftsbarnhage i Asker



I naturen skaper barna sin egen lekeplass

Denne barnehagen ønsker å **være en forlengelse av hjemmet**. Med forsterket bemanning har de voksne alltid tid til å se hvert enkelt barn.

TEKST: MERETE SILLESEN FOTO: MARIANNE OTTERDAHL-JENSEN

NaKuHel-barnehagen er en friluftsbarnhage i Asker, der navnet står for natur (Na), kultur (Ku) og helse (Hel). Selv om barnehagens friluftprofil er mer synlig, er barnehagen opptatt av å se natur, kultur og helse i sammenheng i aktivitetene de gjør.

– Vi er nøye med ikke å planlegge dagen i hjel med aktiviteter, men også ha tid til å møte barnas undring og behov i svar med deres erfaringer den dagen. Vi



FÅ LEKEAPPARATER: Pedagogisk leder og vikarierende styrer Siri Katrine Austad sammen med Emily Rose Zacour (4 år) på en naturhuske barnehagen har laget selv.

tilpasser aktivitetene etter barna og deres behov, ikke omvendt, sier pedagogisk leder og vikarierende styrer Kristian Gjorv, som også har master i drama og arrangerer eventyrstunder og teater.

NÅR PINNEN BLIR EN TRYLLESTAV

Barnehagens motto er «Naturen er vår lekeplass».

– Vi benytter oss av få ferdige leker, men lar barna utvikle kreativiteten ved å skape sin egen lekeplass eller sine egne leker, sier Siri Katrine Austad, pedagogisk leder og vikarierende styrer.

– En busk er ikke bare en busk; den kan være et slott, et hus, en bil, en borg eller et sykehus. Pinner er noe av det viktigste et NaKuHel-barn har. Har du funnet deg en pinne, har du en leke for dagen. En leke du kan leke variert og utviklende med; den kan være tryllestav, sleiv, bil, båt eller en venn, forteller Siri Katrine. Barna er også med på matlagingen.

– Jeg synes gulrøtter er kjempegodt, sier Aria Gjorv (5) mens hele gjengen er i gang med å sette poteter.

BARNA BLIR KREATIVE

Siri forklarer at det å ha et brennende ønske om å være ute en hel dag, i snø, regn, blest og sol, er et minimumskrav til de som jobber i barnehagen. De ønsker



**«VI BENYTTET OSS AV FÅ FERDIGE LEKER, MEN LAR
BARNA UTVIKLE KREATIVITETEN VED Å SKAPE SIN
EGEN LEKEPlass ELLER SINE EGNE LEKER.»**



BAKEGLEDE: Axel Ludvig Håggblom (4) og Iben Helene Nøkleby (4) viser stolt fram de nybakte, økologiske rundstykkene de har vært med å bakte i barnehagen.

Barnehagen min



DRAMATISERING: Pedagogisk leder og vikarierende styrer Kristian Gjorv dramatiserer Bukkene Bruse ved hjelp av dukketeater for Iben, Axel, Emily og Aria.



SMØRER SELV: Axel Ludvig Häggblom, Emily Rose Zacour og Aria Elanor Gjorv smører rundstykkene de har laget. De spiser de fleste måltid ute i naturen.



BRUKER NATUREN: Axel Ludvig Häggblom (4 år), Iben Helene Nøkleby (4 år), Aria Elanor Gjorv (5 år) og Emily Rose Zacour (4 år) tar en pause i skogen på vei til Tangen for å spise litt av den syrlige planten gjøksyre.

NaKuHel friluftsbarnehage

Barnehage i Asker kommune.

Den er fra 2005 eid og drevet av foreldre.

Den har to avdelinger:

5 voksne på 21 barn 3–6 år.

3 voksne på 9 barn 0–3 år.

Det er ikke bussforbindelse til barnehagen.

personer med ulike kunnskaper og er opptatt av mangfold.

– Det er viktig og avgjørende for de voksnes trivsel og egenverd at vi spiller på hverandres sterke sider, legger Kristian til. Barnehagen har praksiselever fra videregående og personer på arbeidstrening. Alle må levere politiattest og blir møtt med de samme forventninger til atferd og oppførsel rundt barn som andre ansatte. Personer på arbeidstrening er alltid sammen med en ansatt i barnehagen.

– Vi synes det er herlig at barna er så mye ute, og at de lærer seg å forstå naturen. Vi opplever at guttene har blitt veldig kreative, og de finner alltid noe å

leke med, sier Anna Häggblom, mamma til Axel (4) og Valter Häggblom (6).

LÆRER OM NATUREN

Siri og Kristian forklarer litt mer om grunnpilarene, natur, kultur og helse.

Mye av dagen tilbringes på den gamle husmannsplassen Tangen, som ligger en halvtimes skogstur fra barnehagen. På veien dit forteller Axel Häggblom (4) at huggormen hører at vi tramper og prater, og skjønner at den skal gå et annet sted. Barnehagen er på vannet med båt og tar med barna på både korte og lange turer.

– Vi tar oss tid til å lytte til og lære av naturen. Vi ser på fugler, insekter og blomster og har med oppslagsbøker, forteller Siri. De planter grønnsaker, høster og spiser dem, lager mat på bål når det er tillatt, bruker utedo og henter vann til oppvask fra Semsvannet.

**«HAR DU FUNNET EN PINNE, HAR DU EN LEKE
FOR DAGEN. DEN KAN VÆRE TRYLLESTAV,
SLEIV, BIL, BÅT ELLER EN VENN.»**



GRØNNSAKSHAGE: Axel, Emily og Iben setter poteter i barnehagens store, økologiske grønnsakshage.



FRUKTTRÆR: Aria Elanor Gjerv (5 år) lukter på en epleblomst fra en av barnehagens mange epletrær.



TURGLADE: Pedagogisk leder og vikarierende styrer Siri Katrine Austad på vei til husmannsplassen Tangen sammen med Aria (foran) og Iben.

– Vi viser barna hvordan vi kan leve i pakt med naturen; vi kildesorterer søppel, knekker ikke av levende grener fra trærne og hjelper meitemarker tilbake i blomsterbedet så de kan lage god jord, sier Siri.

KULTUR OG HELSE

– Gjennom tradisjonelle sanger, sangleker, rim og regler, eventyr og fortellinger, blir barna bedre kjent med vår egen kulturhistorie, forteller Kristian. Formingsaktivitetene veksler mellom å ha et klart definert mål, og mer sanselige aktiviteter, der selve prosessen er målet. Hver uke har barnehagen musikklek, og i løpet av året har de flere utflukter der barna får besøke ulike kultursteder, som Barnekunstmuseet i Oslo, Asker museum, biblioteket og operaen i Oslo. Barnehagen er også opptatt av barnas helse.

– Gjennom natur og kultur fremmer

NaKuHel-senteret i Asker

Det ble etablert i 1994 av lege og professor i samfunnsmedisin Gunnar Tellnes.

Det er en stiftelse og er basert på erkjennelsen av at det i møtet mellom natur og kultur ligger en kime til både positive og negative konsekvenser for helse, miljø og livskvalitet.

Senteret ser et ubenyttet potensial for å bedre folkehelsen i natur- og kulturaktiviteter, og dette er grunnpilaren i NaKuHels virksomhet.

Senteret drives som et samarbeid mellom frivillige, personer i arbeidspraksis og ansatte og tilbyr over 30 ulike natur- og kulturaktiviteter.

Senteret jobber ut fra FNs bærekraftsmål, som handler om å ta vare på det enkelte mennesket, samfunnet og miljøet på en måte som ikke er skadelig eller nedbrytende men er utviklende.

www.nakuhel.no

vi barnas fysiske og psykiske helse. Det bidrar til at barna blir robuste. Gjennom sunn mat, bevegelse i natur, god trivsel og vennskap oppnår vi god helse. Vi er ikke så opptatt av klokka, men veksler mellom aktivitet og ro, så barna får tid til å la hver opplevelse synke inn, sier Kristian.

ramesil@hotmail.com

Kilde: Siri Katrine Austad



FORNØYD MOR: Anna Häggblom setter stor pris på at barna Axel Häggblom (4) og Valter Häggblom (6) får utviklet sin kreativitet i naturen.

Foto: privat



15 minutters høytlesning er nok

JO MER FORELDRENE LESTE FOR BARN, OG JO MINDRE PASSIV SKJERM-TID barn hadde, jo mer utviklet språket seg, viser en studie fra Senter for flerspråkighet ved Universitetet i Oslo.

– Så lite om 15 minutter høytlesning daglig og mindre passiv skjermtid hadde stor betydning for språkutviklingen hos de minste barna, sier forsker Natalia Kartushina. Studien ble gjort da barnehagene stengte ned under pandemien. Da fikk forskerne mulighet til å undersøke foreldrenes rolle i utvikling av barnas språk isolert sett. De undersøkte ordforrådet til 1742 barn mellom 8 og 36 måneder i 13 land. De undersøkte høytlesning, sang, lek, spill og barnas tid foran skjerm. Høytlesning var aktiviteten som i størst grad bidro til å utvikle barnas passive ordforråd, altså ord barn forstår. Språkutviklingen var svakere for barna som så mye TV.

(forskning.no)

– Barn er uforutsigbare. Du vet aldri hvilke selvmotsigelser de tar deg for neste gang.

Franklin P. Jones, amerikansk spaltist og humorist (1908–1980)



SPØRSMÅL OM ABONNEMENT?

MEDLEM: medlem@udf.no
IKKE-MEDLEM:
abonnement@utdanningsnytt.no

TIPS OSS om ny forskning og
nyheter på fortesteg@udf.no



27 %

færre vil bli
barnehagelærer, viser
årets opptakstall. I år
har 3600 fått tilbud om
plass på barnehage-
lærerutdanningen. I fjor
var tallet 5000.

(utdanningsnytt.no)



Slik kan barn unngå matallergi

Spedbarn som fikk små porsjoner av peanøtter, melk, hvete og egg fra tre måneders alder, hadde lavere risiko for matallergi da de var tre år sammenliknet med en kontrollgruppe. Det viser en studie blant 2397 svenske og norske barn fra Karolinska Institutet, Universitetet i Oslo, Karolinska i Stockholm, Oslo universitetssykehus og Østfold sykehus. Barn som fikk tidlige smaksprøver, hadde i snitt 1,1 prosent sjanse for å få matallergi som treåringer, mens de som ikke fikk smaksprøver, hadde 2,6 prosent sjanse for å få matallergi. Særlig det å smake peanøtter hadde effekt. Det ble for sikkerhets skyld gjort på et sykehus. Barnelege Bente Kvenshagen mener at å introdusere allergifremkallende mat til barn fra tre til fire måneders alder kan forebygge allergier.

(forskning.no)



Barn spiser også det de ikke liker så godt

Det viser en studie fra Penn State University i USA, publisert i tidsskriftet *Appetite*. 61 barn mellom fire og seks år fikk servert sju matvarer: potetgull, brokkoli, druer, cherrytomater, kjeks, kyllingnuggets og ketsjup. De fikk servert alt på et brett og kunne spise så mye de ville. Studien viste at det ikke var noen klar sammenheng mellom hvordan de rangerte matvarene, og hvor mye de spiste av dem. Noen svarte at de likte potetgull, druer og cherrytomater. De spiste mye av det, men de spiste også mye av det de var nøytrale til. Sammenhengen var derimot sterk når det kom til matvarene barna mislikte. De ble oftere liggende igjen. Påstanden «barn spiser det de liker» bør byttes ut med «barn spiser ikke det de misliker», konkluderte forskerne.

(forskning.no)

Barn skal få bedre hjelp

Fra august i år skal 14 nye lover sørge for et bedre samarbeid mellom barnehager, skoler, Nav og helse- og sosialtjenester for barn og unge som trenger hjelp. Alle familier har nå rett til en egen barnekoordinator, dersom de har eller venter barn med alvorlig sykdom, skade eller nedsatt funksjonsevne. Koordinatoren skal sørge for at kommunene tar ansvar for å følge opp og tilrettelegge for barnet, og at familien får nødvendig informasjon og hjelp fra ulike instanser.

(regjeringen.no)

Kan avdekke dysleksi i barnehagen

En ny test kan avdekke risiko for dysleksi allerede før barna kan lese og skrive. Det viser Dysleksistudien i Tromsø, som fulgte en gruppe barn fra de var ett år og ut 3. klasse.

– Vi så at de som hadde lese- og skrivevansker i 3. klasse, hadde tydelige «markører» for det allerede i barnehagealder, sier professor Trude Nergård Nilsen ved UiT Norges arktiske universitet. Nå har forskerne også gjort testen blant ytterligere 300 barn i



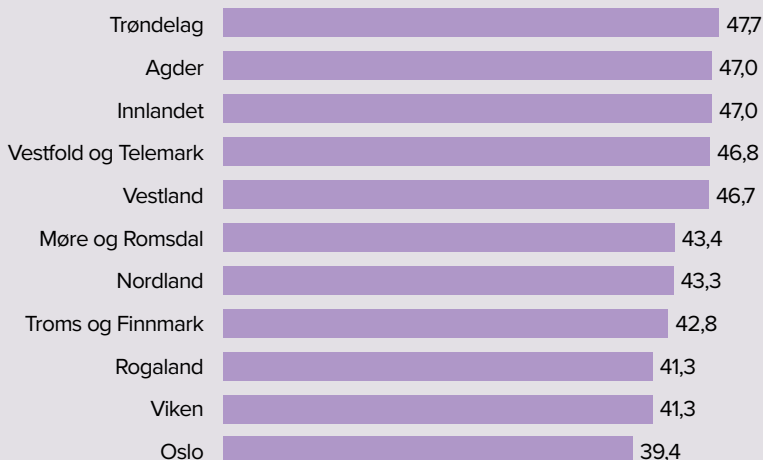
18 barnehager. Barna hadde problemer med språkllyder, som å isolere og lytte ut lyder i ord. De slet også med å raskt hente frem ord fra språkminnet. Noen av barna hadde også foreldre eller noen i familien med lese- og skrivevansker. Det er 38 til 50 prosent sjanse for at barnet får dysleksi hvis en av foreldrene har det. Professoren påpeker at testen ikke kan brukes til å stille en diagnose, og at den kun skal brukes på barn ved mistanke om språkvansker.

(aftenposten.no)

1 500 000

kroner har sametingsrådet bevilget til utvikling av språkmateriell på tre samiske språk til barnehager. – Med økt antall samiske barn i barnehagene er det viktig at vi følger opp med støtte til samisk pedagogisk materiell, sier sametingsråd Mikkel Eskil Mikkelsen i en pressemelding. Pengene går til Davvi Girji AS, som skal utvikle spill, språkposer og sangeske.

ANDELEN BARNEHAGELÆRERE PER FYLKE



Tallene er i prosent og fra 2021.

(udir.no)



NYE BØKER TIL BARNEHAGEN

Adventsbok om Musse og Helium.
Flott bildebok til glede for de mindre barna.

Jul med Musse og Helium
BRINCK, CAMILLA



Til
små-
barna



Alvins første turdag



Mai og Sara krangler!



Max skal i barnehagen



Babblarna aktiverer barnet og lokker det til å svare, gjette og fortelle videre. Fingerreisen er et morsomt lydlekende eventyr, som lærer barnet nye språklyder.

Babblarna - Fingerreisen
TISELL, ANNELI, IRENE
JOHANSSON, OLA SCUBERT

BARNEHAGEVENNER er en ny serie med gøyale, gjenkjennelige bøker for barn i 1-3 årsalderen. Hver bok tar for seg noe som er viktig for barnehagebarna - separasjon, turdag, vennskap og krangling.

ELLEN KARLSSON,
LAURA DI FRANCESCO ILL.

Til
store-
barna



En samlebok med fire Karsten og Petra-titler, en for hver årstid.

Karsten og Petra - Året rundt
BRINGSVÆRD, TOR ÅGE OG
ANNE G. HOLT (ILL.)



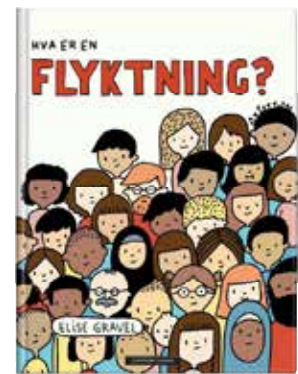
Fjerde bok om oppfinneren Kokosbananas. Barnas favoritt, både i Storytel og som bok. Denne gangen finner han opp en maskin som gjør deg glad.

Kokosbananas og tøysemaskinen
ANDERSEN, ROLF MAGNE G. OG
VICTORIA H. HAMRE (ILL.)



En morsom bildebok om en dag i svømmehallen. Men også en bok om kropp, om nakenhet og om verdien av å være glad i egen kropp.

Bare rumper
LEONE, ANNIKA OG BETTINA
JOHANSSON (ILL.)



En faktabok som på en enkel måte formidler til yngre barn hva det vil si å være en flyktning og hjelper dem å bedre forstå den verden vi lever i.

Hva er en flyktning?
GRAVEL, ELISE

Nå tenker jeg gjennom alt fra størrelsen på smaksprøver til barns plassering rundt bordet, **sier Mari Øxnevad Kalvehagen.**

Utdanningen har endret mitt syn på arbeidet med mat



**Mari Øxnevad
Kalvehagen**

pedagogisk leder i Espira Holbekk Idrettsbarnehage i Grimstad, nylig utdannet barnehagelærer fra Universitetet i Agder, Campus Grimstad
mari_endresen@yahoo.no

Jeg ser flere muligheter for pedagogisk arbeid også under måltidene.

Fordypningen «mat og måltid» på barnehagelærerstudiet gjorde meg bevisst på hvilken enorm betydning barnehagens mat og måltider kan ha. Jeg er veldig opptatt av kampen mot matsvinn og har tidligere tenkt at det viktigste er å lære barna å spise opp. Nå introduserer jeg heller barn for ny mat i bitte små, helt overkommelige smaksprøver. Det kan bidra til at barna lærer seg å like sunn og variert mat. Om noe mat da må kastes fordi barna ikke liker det første gang de smaker det, ser jeg nå på den langsiktige gevinsten både for barnets helse og for miljøet.

SPISER DET SAMME SOM BARN

Noe av det fantastiske med barn i 3- til 4-årsalderen, er at de har funnet ut at «jeg er meg og kan faktisk bestemme over meg selv!». Det byr selvsagt på utfordringer når det kommer til det å prøve ny mat. For noen handler det ikke om at de ikke liker maten, men heller at de ser en mulighet til å bestemme hva de vil spise. Vi plasserer derfor barna strategisk. Har vi et barn som ofte hevder det ikke liker eller ikke vil smake, setter vi det ved siden av en som er nysgjerrig og ofte vil prøve ny mat. Vi voksne spiser samme mat som barna, og beskriver maten mens vi spiser. Vi sier ikke bare «det var godt», men forteller om våre egne opplevelser: «Oi, det

smakte søtt!» Det kan pirre barnas nysgjerrighet og føre til at de smaker likevel.

BORDPLASSERING OG SMAKSPRØVER

Fordypningen har gjort meg bevisst på hvilken særskilt posisjon barnehagen har når det gjelder å kunne påvirke barns matpreferanser og vaner i en positiv, sunn retning. Jeg tror fordypningen har forandret min oppfatning av hvordan barnehagens arbeid med mat og måltid kan foregå. Jeg ser flere muligheter for pedagogisk arbeid under måltidene, som gode samtaler, fellesopplevelser og danning. Tidligere har jeg tenkt at det viktigste er at alle barna får i seg mat. Jeg ser også verdien av å ha god tid til å spise, at barna prøver seg frem, søler litt og klarer mye selv. Nå er jeg mer bevisst på de valgene jeg gjør. Jeg tenker gjennom alt fra størrelsen på smaksprøver til plasseringen rundt bordet, alt med det mål for øye at jeg ønsker å skape en positiv måltidssituasjon. Det tror jeg ikke jeg hadde vært så bevisst på, hadde det ikke vært for fordypningen jeg tok i mat og måltidet under utdanningen.

I hvert nummer inviterer vi en student til å skrive om et tema han eller hun brenner for.

En god kultur for tilbakemelding bygger på respekt og trygghet, og at man kan trå feil og løfte hverandre opp, skriver **Petter Ruenes Jensen**.

En god tilbakemeldingskultur er viktig



Petter Ruenes Jensen
styrrer/enhetsleder Smååsane
barnehage, Vennesla
petter.ruenes.jensen@vennesla.kommune.no

“Alle jeg har truffet, er enige om at tilbakemeldinger er viktige. Så hvorfor kan det likevel oppleves så vanskelig å gi og motta tilbakemeldinger?”

En viktig forutsetning for god ledelse er anerkjennelse og tilbakemeldinger som er tydelige, bygger opp selvtillit og leder til økt mestring og selvbestemmelse (Mørreaunet, Gotvassli, Moen & Skogen, 2021, s. 36). Som leder av en barnehage har jeg et ansvar for å fremme en god og sunn kultur for personalet.

Har barnehagen et godt og velfungerende psykososialt arbeidsmiljø, blir premissene for alt vi gjør, bedre. Er de ansatte glade, trygge og humørfylte på jobb, og opplever mestring, inkludering og fellesskap, vil også dette gi gevinst for barna. Et viktig verktøy i denne sammenhengen er en god tilbakemeldingskultur.

HVA ER EN GOD TILBAKEMELDINGSKULTUR?

Wadel (1997, i Mørreaunet et al., 2021, s. 161) beskriver viktigheten av å ha en organisasjonskultur preget av undring, nysgjerrighet og interesse, en form for undringskultur fremfor fasitkultur. Dette er beskrivende for en god tilbakemeldingskultur. Det er viktig at det bygger på en gjensidig respekt og trygghet, at man kan trå feil og sammen løfte hverandre opp.

Alle jeg har truffet, er enige om at tilbakemeldinger er viktige. Så hvorfor kan det likevel oppleves så vanskelig å gi og motta tilbakemeldinger? Jeg tror det bunner i at strukturen vi bruker, er for komplisert, og at vi ikke er konkrete nok.

STRUKTUR FOR TILBAKEMELDING

Denne gangen har jeg latt meg inspirere av en konkret modell brukt av luftforsvaret (Luftforsvarsstaben, 1995, s. 216–217):

1. BESKRIVE DEN ANDRES ATFERD: Hva konkret er det den andre gjør?

«Når vi blir enige om noe på avdelingsmøte, og du gjør noe helt annet ...»

2. BESKRIVE EGNE FØLELSER/REAKSJONER: Fokuser på deg, ikke alle andre.

«... blir jeg oppgitt, og lurar på hvorfor du ikke gjør som du sa du skulle gjøre.»

3. BESKRIVE HVILKE KONSEKVENSER DET HAR FOR DEG:

«Det gjør at jeg blir usikker, og gjør at jeg mister tilliten til deg.»

Det er viktig å presisere at det må gis tilbakemelding på noe man kan gjøre noe med (atferd), og at det er godt ment. Løvlie (2021, s. 110) beskriver dramatikken som oppstår når den ene part tvinges til å gi avkall på sin versjon for å bli utsatt for den andres. Jeg tenker det samme kan sies rundt det å skulle motta tilbakemeldinger og endre seg basert på dem. Det er krevende å gi og motta tilbakemeldinger. Å øve på det gjør at vi blir tryggere og bygger opp en sunn tilbakemeldingskultur. Metoden skal gjøre at det ikke er tvil hva man mener og føler, og at budskapet kommer frem. Det er lederens ansvar å gå i bredden for en god tilbakemeldingskultur.

Litteratur

LUFTFORSVARSSTABEN. (1995). HFL 400–1 Håndbok i lederskap i Luftforsvaret. Oslo: Luftforsvarsstaben. (Kapittel 5 s. 216–217)
LØVLIE, L. (2021). Politisering og pedagogisk motstand – veien til en barneorientert praksis. Bergen: Fagbokforlaget.
MØRREAUNET, S., GOTVASSLI, K., MOEN, K.H. & SKOGEN, E. (RED.). (2019). Ledelse av en lærende barnehage (2. utg). Bergen: Fagbokforlaget.

I hvert nummer inviterer vi en styrer til å skrive om et tema han eller hun brenner for.



Få Fiskesprell på besøk i din barnehage!

Fiskesprell årspakke er et nytt kurstilbud fra Fiskesprell. I stedet for å sende barnehageansatte ut på kurs, bringer vi kurset med inn i barnehagen. Kurset inneholder teori om ernæring generelt, og om fisk og sjømat spesielt. Den praktiske delen av kurset gjennomføres innenfor barnehagens åpningstider sammen med ansatte og førskolebarn. Rammeplan for barnehagen og Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid er en sentral del av kurset.

Bli en Fiskesprell-barnehage!

Vi viser dere hvordan dere kan legge et godt grunnlag for arbeidet med måltids glede og sunne matvaner i barnehagen. Alle tilbud fra Fiskesprell er gratis.

Meld din interesse til:
fiskesprell@seafood.no

Les mer på fiskesprell.no
 eller ved å scanne koden:



Søk støtte

Vi gir økonomisk støtte til innkjøp av sjømat og ulike arrangement i barnehage og skole.

Kurs

Vi arrangerer gratis kurs over hele landet for deg som jobber, eller utdanner deg til jobb i barnehage og skole.

Undervisning

Fiskesprell tilbyr ulike undervisningsressurser og leksjoner for barnehage, SFO og grunnskolen.

Fiskesprell er et nasjonalt kostholdsprogram i samarbeid mellom Helse- og omsorgsdepartementet, Nærings- og fiskeridepartementet, Klima- og miljødepartementet og Norges sjømatråd. Tiltakene er utviklet i samarbeid med Helsedirektoratet og Havforskningsinstituttet, og er basert på Helsedirektoratets kostråd. Fiskesprell bidrar også til implementering av myndighetenes anbefalinger for mat og måltider i barnehage og skole.

Barnehageansatte har for lite kunnskap om mat

Rundt 40 prosent av ansatte i barnehagen har ikke nok kunnskap om **hva kosthold betyr for barnas fysiske og psykiske helse**, viser studie.

TEKST: LINE FREDHEIM STORVIK ILLUSTRASJON: MADELEINE ANDERSEN

Barnehagene serverer for lite fisk, grønnsaker og grovt brød. Også andelen nøkkelhullsmerkede matvarer som serveres, er lav, sier ernæringsfysiolog Kristin Fjæra. Hun har i sin doktorgrad ved OsloMet undersøkt kvaliteten på maten som serveres i barnehagen, samt rutiner, kunnskap og holdninger om mat og måltider.

FOR LITE KUNNSKAP

I studien *Mat – og måltidspraksisen i et utvalg norske barnehager* svarer 36 prosent av lederne i barnehagene at de i liten eller svært liten grad har fått opplæring om kostholdets betydning for fysisk og psykisk helse. Blant de øvrige ansatte var tallet 40 prosent. 53,7

prosent av lederne kjenner til retningslinjene for mat og måltider i barnehagen, mens bare halvparten av øvrige ansatte gjør det.

– Det synes jeg er lavere enn ønsket, men jeg forstår at det er mange områder de skal ha kunnskap om. Når det er et krav i rammeplanen og barnehageloven om å fremme god helse og godt kosthold, bør ansatte få opplæring, eller mat bør være en større del av utdanningen, sier Fjæra. Hun er også prosjektkoordinator i GreeNudge AS, som står bak initiativet SunnereBarn, et gratis tilbud til barnehager. Målet er å gi økt kunnskap og tilby enkle verktøy for å få gode matvaner i barnehagen. I sin doktorgrad tar Fjæra utgangspunkt i 324 barnehager fra SunnereBarn.

MYE FRUKT, LITE GRØNNSAKER

Bare 35 prosent av barnehagene har i svært høy grad pedagogiske planer som omfatter mat og måltidet, mens 32 prosent i svært liten grad har det. Fjæra ble overrasket over at barna spiser for lite grønnsaker. At barna spiser lite fisk var som forventet.

– Barnehagen kan bidra til å utjevne sosial ulikhet relatert til kosthold, fysisk aktivitet og helse, sier hun.

Mens 90 prosent av barnehagene servere-

– DET ER ENORME FORSKJELLER PÅ MÅLTIDET I BARNEHAGENE I NORGE.

Om studien

324 barnehager fra SunnereBarn deltok, der 60 prosent er private og 40 prosent offentlige.

36 prosent av lederne i barnehagene og 40 prosent av øvrige ansatte har i liten eller svært liten grad fått opplæring om kostholdets betydning for fysisk og psykisk helse.

53,7 prosent av lederne og 50 prosent av øvrige ansatte kjenner til retningslinjene for mat og måltider i barnehagen.

35 prosent av barnehagene har i svært høy grad pedagogiske planer som omfatter mat og måltidet.

90 prosent av barnehagene serverer frukt hver dag, mens 56 prosent serverer grønnsaker hver dag.

64 prosent serverer grovt brød hver dag.

20 prosent velger matvarer som er nøkkelhullsmerket.

11 prosent serverer barna et varmt fiskemåltid i uka, men 59 prosent tilbyr fiskepålegg.

Kilde: Mat – og måltidspraksisen i et utvalg norske barnehager av ernæringsfysiolog og doktorgradsstipendiat Kristin Fjæra ved OsloMet

[illegible]

– SENK LISTA, LA BARNA VÆRE MED OG SKRELLE OG DELE OPP GULRØTTER.

rer frukt hver dag, serverer bare 56 prosent grønnsaker hver dag, ifølge studien. 64 prosent svarer at de i svært høy grad serverer grovt brød hver dag.

– Barnehagene bør utelukkende servere grovt brød, sier Fjæra.

Bare 20 prosent velger i høy grad matvarer som er nøkkelhullsmerket, som inneholder mindre salt og mer mettett fett. Bare 11 prosent serverer barna et varmt fiskemåltid i uka, men 59 prosent tilbyr fiskepållegg.

– Det er få barnehager, kun 1 prosent, som serverer søt mat som kaker, kjeks og vafles. Det er bra, og en forbedring, sier Fjæra.

MÅ SENKE LISTA

– Det er enorme forskjeller på måltidet i barnehagene i Norge. Noen barnehager serverer fullkost, mens andre serverer ett måltid tre ganger i uka. Jeg er redd vi kan få «high and low quality»-barnehager som i USA, der pedagoger som er opptatt av mat, søker seg til de beste barnehagene på mat, og noen øker prisen fordi de tror det er nødvendig for et fullverdig og sunt tilbud, sier ernæringsfysiologen. Hun mener barnehagene med enkle grep kan gi barna sunnere måltider.

– Det er flott at noen barnehager lager hjemmelaget mat. Likevel er jeg redd for at andre barnehager mister motet når det fremstilles som at et sunt kosthold kun dreier seg om å lage varmretter, å sløye egen fisk og



ERNÆRINGSFYSIOLOG:

– Jeg redd for at andre barnehager mister motet når det fremstilles som at et sunt kosthold dreier seg om kun å lage varmretter, sløye egen fisk og dyrke egne grønnsaker, sier Kristin Fjæra. Foto: CF-Wesenberg



FØRSTEAMANUENSIS I ERNÆRING:

Tormod Bjørkkjær ved Universitetet i Agder synes det er urovekkende at det er få barnehagelærere som har nok kunnskap om retningslinjer for mat og måltider i barnehagen. Foto: Jacob Buchard

å dyrke grønnsaker. Målet med SunnereBarn er å forenkle måltidet. Start med en gulrot om dagen, sier Fjæra.

– Kokk er kjempefint, men det er ikke sikkert det pedagogiske ved et måltid blir ivare tatt, sier Fjæra.

– Sett oppskårne grønnsaker lett tilgjengelig. Da blir de borte, sier Eng. Det har ingen effekt å bruke tvang eller belønning for å få barna til å spise, som «du får ikke gå fra bordet før du har spist opp gulrøttene».

– Senk lista, la barna være med og skrelle og dele opp gulrøtter. Har du en god plan og rutine, får du det enklere til, sier Fjæra, som selv har jobbet i barnehage.

BØR HA EGEN ERNÆRINGSKOKK

Førstelektor Kari Ryslett ved Høgskulen i Volda sier resultatene i studien til Kristin Fjæra er sammenfallende med hennes egne undersøkelser.

– De ansatte kjenner til retningslinjene, men ikke detaljene, og har det ikke under huden. Ikke alle har forankret måltidet i årsplanen, sier Ryslett. Hun mener alle barnehagene burde hatt en egen ernæringskokk med kunnskap om spesialkost for for eksempel diabetes og melke- og glutenallergi. Hun

SUNNEREBARN

Prosjektet skal bidra til økt kunnskap om mat og måltider i barnehagen og tilby enkle verktøy for å få gode matvaner i barnehagen.

De gir kurs med konkrete tips for å øke inntaket av frukt, grønt og fisk, og forslag til handlelister og menyer.

Det er finansiert av Gjensidigestiftelsen og Sparebankstiftelsen og samarbeider med BI, OsloMet, Matvett, Grønt flagg og opplysningskontorene for frukt og grønt og brød og korn.

I 2022 er 10 200 ansatte og 55 200 barn med på SunnereBarn, som er gratis.

Les mer: www.sunnerebarn.no



Så enkelt kan du gjøre det

1. Start med å gi barna en gulrot om dagen.

Erstatt halvparten av frukten med grønnsaker.

3. Sett oppskårne grønnsaker lett tilgjengelig.

4. Ta med fiskekaker i stedet for pølser på tur.

Velg mat som er nøkkelhullsmerket.

6. Lag havregrøt som barna kan pynte med bær.

7. La barna pynte maten med grønt.

Gjør det ufarlig å smake. Legg grønnsakene tilgjengelig på tallerkenen, det er ikke sikkert de spiser det med en gang, men de blir nysgjerrige. Vær tålmodig og ikke mas.

Bytt ut prim og syltetøy med egg, fiskepållegg eller andre nøkkelhullspållegg.

10. Vis entusiasme: Her har jeg grønnsaker og dipp, vil du smake?

11. La barna smake på sausen mens dere lager mat.

Ha faste handlelister.



Kilde: Kristin Fjæra, ernæringsfysiolog og prosjektkoordinator i GreeNudge AS og doktorgradsstipendiat ved OsloMet

mener de ansatte bør spise samme mat som barna uten å måtte betale for det.

– Noen ansatte i min undersøkelse sier de heller vil spise egen matpakke, fordi maten barna får ikke er bra. Andre sier de er på slanker'n og heller tar en shake eller cola i kaffekoppen. De ansatte bør gå foran som gode eksempler og spise maten barna får, sier Ryslett.

UROVEKKENDE TALL

– Det er urovekkende at det er få som har



FØRSTELEKTOR: Kristin Ryslett ved Høgskulen i Volda mener alle barnehagene burde hatt en egen ernæringskikk. Foto: HiV

nok kunnskap om dette feltet. Hvis de ansatte ikke har kompetanse om mat, kan risikoen være at de baserer seg på egne eller andres erfaringer, og det er ikke kunnskapsbasert, sier førsteamanuensis i ernæring Tormod Bjørckjær ved Universitetet i Agder.

– Fordi barn spiser mellom 3000 og 4000 måltider i barnehagen, kan det ha stor effekt å gjøre det bedre enn i dag, mener Bjørckjær. Han sier mange barnehager har gode fruktordninger, men at det kan være mye å hente på å gjøre det samme med grønnsaker.

Da Første steg ber om en kommentar fra forsknings- og høyere utdanningsminister Ola Borten Moe til studien om barnehageansattes kunnskap om kosthold, får vi til svar at det er utenfor hans ansvarsområde. Eier og styrer bør, ifølge Kunnskapsdepartementet, kjenne til og legge til rette for at de ansatte i barnehagen kan følge helsedirektoratets faglige retningslinjer for mat og måltider i barnehagen.

line@utdanningsnytt.no

Rammeplanen om mat og måltidet

Måltider og matlaging i barnehagen skal gi barna et grunnlag for å utvikle matglede og sunne helsevaner.

Barnehagen skal legge til rette for at barna opplever matglede og matkultur, og motivere barna til å spise sunn mat gjennom medvirkning i mat- og måltidsaktiviteter.

Barn skal få innsikt i matens opprinnelse, produksjon av matvarer og veien fra mat til måltid.

Personalet skal legge til rette for at måltider og matlaging bidrar til måltidsglede, deltagelse, samtaler og fellesskapsfølelse hos barna.

Kilde: www.udir.no/laring-og-trivsel/rammeplan-for-barnehagen/

Slik får du barna til å SMAKE NY MAT

La barna smake samme mat mange ganger.
Spis sammen med barna. Tilsett en kjent smak til en ny, ukjent smak.

TEKST: LINE FREDHEIM STORVIK FOTO: ADOBE STOCK



FØRSTELEKTOR:

– Barnehagen er med på å utjevne sosiale forskjeller ved å tilby barna mer variert mat, sier Kari Ryslett ved Høgskulen i Volda. Foto: Tone Solhaug



FØRSTEAMAUENSIS: Jo høyere grad foreldrene har av motvilje mot å spise ukjent mat, desto sjeldnere spiser barna grønnsaker, viser studien til Sissel H. Helland ved UiA. Foto: UiA

Smakspreferanser handler om fire ting: tilvenning og eksponering, sosial læring, energiberikelse og smaksbroer, forteller førstelektor Kari Ryslett ved Høgskulen i Volda. Hun står bak studien *Korleis blir det arbeidd med utvikling av smakspreferanser i barnehagen?*

FIRE TEORIER

Barnehagelærerne er flinke til å bruke de to første teoriene, tilvenning og eksponering og sosial læring, ifølge studien, som er gjort i seks barnehager. De eksponerer barna for ulike type mat og lar barna smake mange ganger. De jobber også aktivt med å sette kresne og ikke kresne barn sammen.

– Barn hermer etter hverandre. Er det en venn som liker en type mat, vil et annet barn ofte ta etter, forteller Ryslett. Men de ansatte spiste ikke samme mat som barna, og de jobbet heller ikke med energiberikelse eller smaksbroer.

– De voksne i barnehagen må spise samme mat som barna for å være rollemodeller, sier Ryslett.

Energiberikelse er for eksempel å ha

smør på brokkoli hvis barnet like smør fra før.

– Fett på mat er koblet til velvære og gir energi, forklarer Ryslett. *Smaksbroer* betyr å tilsette en kjent smak til en ukjent matvare, for å gjøre det lettere for barna å tørre å smake. Det kan være å ta et nytt pålegg på en type brød barnet liker.

– De fleste barnehageansatte har ikke kunnskap om dette, sier Ryslett. I undersøkelsen sa derimot barnehagelærerne at de lot barna få prøve ulike smaker sammen, som fårepølse med leverpostei, eller banan med majones.

– De ansatte balanserte det i forhold til sløsing, så to pålegg om gangen var greit. De ansatte måtte legge egne smakspreferanser til side, forteller Ryslett. Hun forteller at barnehageansatte har behov for økt kompetanse i det matfaglige arbeidet i barnehagen, ifølge studien.

SKEPTISK TIL MAT

Fra 1,5 til 2 års alder får barna matneofobi, som er en medfødt og naturlig skepsis mot ny mat, slik at de ikke skal spise noe giftig.

– Lærer du deg å spise ulike smaker før du er 2 år, blir du mindre skeptisk, sier Ryslett. Hun mener barnehagen kan hjelpe og støtte foreldre i utviklingen av barnas smakspreferanser, slik at de spiser mer variert mat.

– Får du etablert gode kostholdsvaner tidlig, tar du dem med deg seinere i livet.

**– LÆRER DU DEG Å SPISE
ULIKE SMAKER FØR DU
ER 2 ÅR, BLIR DU MINDRE
SKEPTISK.**

GODE FORBILDER: Spis sammen med barna og sett kresne og ikke kresne barn sammen. Er det en venn som liker en type mat, vil et annet barn ofte ta etter det barnet, forteller forskere.



Da er det større sjanser for at barna spiser grønnsaker, fisk og grovt brød, og ikke bare søt og myk mat, sier Ryslett.

Hun sier mange barn får erfaring med flere ulike smaker, som hvitløk, parmesan, bær og frukt hjemmefra, mens andre ikke får det.

FORELDRE AVGJØR

Jo høyere grad foreldrene har av matneofobi, desto sjeldnere spiser barna grønnsaker, viser studien *Matmot i barnehagen* fra Universitetet i Agder.

– For disse barna er tilgang til grønnsaker i barnehagen utrolig viktig, sier førsteamanuensis Sissel H. Helland, som står bak studien. Hun sier barn med matneofobi sjeldnere spiser fisk, grønnsaker, frukt og bær. Matneofobi er motvilje mot å spise ukjent mat. Det er på topp når barna er mellom 2 og 6 år. Barneha-

Hvordan få barn til å spise ny mat?

- 1. Tilvenn og eksponer barna for ny mat.** La barnet smake samme mat flere ganger, ofte må det smake 15 ganger før det liker maten. Ikke gi opp når du møter motstand.
- 2. Måltidet gir sosial læring.** Sett kresne og ikke kresne barn sammen. Er det en venn som liker en type mat, vil et annet barn ofte ta etter det barnet. Spis sammen med barna, for de voksne er viktige rollemodeller.
- 3. Sørg for energiberikelse,** som for eksempel er å ha smør på brokkoli hvis barnet liker smør fra før. Fett på mat er koblet til velvære og gir energi.
- 4. Lag smaksbroer,** som betyr å tilsette en kjent smak til en ukjent matvare.
- 5. Ha et mattilbud som inviterer til smak.** Varm mat gir barnet flere ulike smaker og lukter enn brødmåltid. Det er lettere for de små barna å spise varme grønnsaker, fordi de er mykere enn kalde.
- 6. Vær en god rollemodell.** Spis samme mat som barna.
- 7. Sett av minimum 30 minutter til måltidet.** Det er en stor og viktig arena for pedagogisk arbeid.
- 8. Ha bra utvalg av smaker og konsistenser.** Du trenger ikke mose all mat til små barn. La dem forsøke å tygge epler, gulrøtter og knekkebrød. La barna smake mat som er sur, salt, bitter og søt.

Kilde: førstelektor Kari Ryslett ved Høgskulen i Volda



RÅD FOR GOD MÅLTIDSPEDAGOGIKK

1. Spis sammen med barnegruppen og bidra til et avslappet og hyggelig måltid.

Barn aksepterer lettere mat når den tilbys i positive sammenhenger.

2. Vær oppmerksom på at du er en rollemodell ved bordet.

Husk at barn kopierer andre, både deg og sine jevnaldrende.

3. Voksne bestemmer hva slags mat som skal serveres.

Det at alle spiser samme mat, virker positivt på å like mat. Ikke tilby barna annen mat til lunsj enn det som står på menyen.

4. Server rettene med en positiv innstilling, om og om igjen.

Ikke gi opp når du møter motstand. Barn liker best det de kjenner igjen, noen må ha tilvenningstid til ny mat.

5. Respekter barns rett til å ha sin egen smak, ingenting er rett eller feil.

6. La barna forsyne seg selv med veiledning, hjelp og støtte.

Noen barn liker ikke at maten blandes på tallerkenen. Da kan de selv velge vekk smak eller konsistens de ikke har lært seg å like ennå.

7. La barna spise mest mulig selv.

8. Barnet bestemmer selv om det vil spise, det er lov å være kresen.

Du kan for eksempel si: «Dette er en kålrabi, prøv å smake, den smaker litt som gulrot.» Hvis barnet ikke vil smake, kan du foreslå at barnet kikker, lukter eller tar på matvaren.

9. Respekter barnets signaler på om det er mett, tørst eller sulten.

10. Bruk aldri mat eller drikke som belønning, straff eller trøst.

Unngå «Hvis du spiser opp skorpen, kan du ...», «Hvis du ikke spiser opp, får du ikke frukt» eller «Slo du deg? Kom skal du få litt saft».

Kilde: boka «Barn, matmot og måltider» av Sissel H. Helland og Nina C. Øverby



- OFTE ER DET VI VOKSNE SOM BEGRENSER HVA BARN LIKER.

og deltakelse ved bordet og praksisen rundt måltidet i barnehagen, sier Helland.

VIKTIG FOR FOLKEHELSEN

Tormod Bjørkkjær sier måltidet i barnehagen er en viktig arena for å bygge god folkehelse.

– Blir barn vant til å smake frukt, grønnsaker, fisk og grove kornprodukter og får utvidet smaksrepertoaret fra tidlig alder, kan det bidra til et mer variert og sunt kosthold senere i livet, sier Bjørkkjær. Han er førsteamanuensis i ernæring ved Universitetet i Agder og er forsker ved forskningssenteret Mat og ernæring i et livsløpsperspektiv.

– Ofte er det vi voksne som begrenser hva barn liker. Familiene har ofte 10–20 retter de velger mellom, som pizza og pasta – og restaurantene har barnemenyer med pølser og pommes frites. Det går an å være mer kreativ, sier Bjørkkjær.

line@utdanningsnytt.no



FØRSTEAMANUENSIS: – Å øke villigheten til å smake ny mat vil bidra til god helse på lang sikt, sier Tormod Bjørkkjær ved UiA. Foto: Jacob Buchard



gene i studien introduserte barn for grønnsaker i samlingsstunden tre ganger i uka. De lagde også varme lunsjretter, og foreldre og ansatte ble oppfordret til å skape en positiv atmosfære rundt måltidet. Likevel hadde ikke tiltakene effekt på barnas fobi mot ukjent mat, slik forskeren forventet.

– En forklaring kan være at tiltaket kanskje ikke varte lenge nok. Det kan ta tid å justere sin praksis, sier Helland. Det som overrasket henne mest, var hvor ulik matkultur barnehagene i studien hadde.

– Noen var pliktoppfyllende, mens andre hadde lite systematisk pedagogisk arbeid rundt mat, og det virket som det var lite samarbeid med foreldrene, bortsett fra å fortelle hva barna har spist, sier Helland. Hun har sammen med professor Nina Øverby lansert begrepet *matmot* i Norge, som betyr å ha mot til å smake på ny mat.

– Matmot handler ikke bare om matinntak, men barnas spiseutvikling, trivsel



– Studentene lærer for lite om mat og måltidet

Førsteamanuensis Sissel H. Helland mener det er problematisk at barnehagelærerstudentene **har så lite om mat og måltidet i utdanningen.**

TEKST: LINE FREDHEIM STORVIK



FØRSTEAMANUENSIS: Sissel H. Helland ved Universitetet i Agder sier det ikke er mulig å nå alle målene om mat og måltidet i rammeplanen ut fra så få timer de har på utdanningen. Foto: UiA

Ved Universitetet i Agder (UiA) har majoriteten av studentene to studiepoeng i mat og måltid. Det er ikke mulig å nå alle mål i rammeplanen for barnehagelærerutdanningen ut fra så få timer, sier Helland.

UTFORDRET AV FORELDRE

– Alle foreldre har et forhold til mat og måltidet, og foreldre kan utfordre barnehagelærernes kunnskap om mat og helse. Det kan være tungt og vanskelig å jobbe med mat i barnehagen, fordi barnehagelærerne ikke har med seg forskningsbasert kunnskap fra utdanningen, påpeker Helland. Hun er barnehagelærer, har fagbrev som kokk og underviser ved barnehagelærerutdanningen ved UiA. Hun er også forsker ved forskningssenteret Mat og ernæring i et livsløpsperspektiv ved UiA.

BARNA PRISGITT BARNEHAGEN

– Dette betyr at barna er prisgitt kunnskapen i barnehagen de kommer til. Det er mange gode eksempler på at det gjøres mye bra, men også eksempler der mat og måltidet blir tenkt på som en rutinesituasjon og ikke en pedagogisk situasjon, sier Helland. Frem til 2019 hadde studentene kun seks timer om mat og helse i løpet av tre års utdanning. Da mat og måltidet ble lagt mer vekt på i den nye rammeplanen for barnehager som kom i 2018, ble det også et viktigere emne i utdanningen.

– Mat og måltidet er generelt lite implementert i utdanningen ennå, fordi det betyr at noe må ut. Når fagområdet er så lite vektlagt i utdanningen, tror studentene at måltidet ikke er så viktig, påpeker Helland. Rundt 10 prosent av studentene ved UiA kan ta fordypning i mat og pedagogisk måltidspraksis. Universitetet tilbyr også videreutdanningen *mat og måltid i barnehagen* for barnehagelærere som allerede er i jobb. Også høyskolelektor Kari Ryslett ved Høgskulen i Volda synes det er for lite om mat og måltidet i utdanningen.

– Mellom 2,5 og 7 av 180 studiepoeng er satt av til tema-

et i utdanningen. Det står ikke i stil med tilberedning av tre fullverdige måltider hver dag i barnehagen. Det matfaglige arbeidet har ikke høy nok status, mener Ryslett.

BØR HA KUNNSKAP OM KOSTHOLD

Førsteamanuensis i ernæring Tormod Bjørkkjær ved UiA mener det å bare få inn litt flere timer om mat og måltid i utdanningen vil ha effekt på matarbeidet i barnehagen.

– Vi vet at har du foreldre med lavere sosialøkonomisk status, er det økt sjanse for at du ikke blir vant til så variert mat hjemme. Da er det viktig at barnehagen er en arena for dette, sier han.

– Rammeplanen er tydelig på at barnehagene skal lære bort betydningen av mat og matsvinn, og da er det underlig at de som skal formidle dette til barna, ikke har noe om det i utdannelsen sin, sier ernæringsfysiolog Kristin Fjæra, som er halvveis i sin doktorgrad ved OsloMet og blant annet undersøker de ansattes kunnskap om mat og måltider.

– Vet du at fisk er viktig for utviklingen av barnas hjerne, så kan du tenke at du kan være med å påvirke det. Nå blir det ofte personavhengig hva barnehagene gjør, sier Fjæra.

UNIVERSITETENE BESTEMMER

Politisk rådgiver Signe Bjortveit i Kunnskapsdepartementet sier det er opp til universitetene å bestemme hvordan de skal vektlegge ulike fag i barnehagelærerutdanningen.

– *Har studentene nok timer til å lære om mat og måltidet i barnehagen i dagens utdanning?*

– Den tverrfaglige innretningen på barnehagelærerutdanningen anses som en styrke for utdanningen. Dette betyr at det er helheten i utdanningen som skal kvalifisere studentene til barnehagelæreryrket. Hvordan utdanningen organiseres, er opp til institusjonene, svarer Bjortveit i en e-post til Første steg.

– NÅR FAGOMRÅDET ER SÅ LITE LAGT VEKT PÅ I UTDANNINGEN, TROR STUDENTENE AT MAT OG MÅLTIDET IKKE ER SÅ VIKTIG.

line@utdanningsnytt.no

**– MED EN EGEN KOKK I
BARNEHAGEN UTJEVNES
FORSKJELLENE BLANT
BARNA.**

MINI-KOKK: Leo Zagorcic-
Daniels synes det er gøy å få
røre i kjelen med risotto.



Ton er barnehagens EGEN KOKK

Han serverer barna tre måltider om dagen i en egen spisesal. **Det gir de ansatte mer tid med barna og utjevner forskjeller.**

TEKST: MERETE SILLESEN FOTO: MARIANNE OTTERDAHL-JENSEN

Espira Grefsen stasjon barnehage i Oslo er en fullkostbarnehage. Det betyr at barna får alle måltidene i barnehagen, og de ansatte slipper å bruke tid på bestillinger, vareleveranser, matlaging, oppvask og rydding. Alt dette ordner kokken Worachat Jarodram, også kalt Ton, mens resten av personalet er sammen med barna.

SPISER SAMME MAT

– Med en egen kokk i barnehagen utjevnes forskjellene blant barna, sier pedagogisk medarbeider Anna Martinsen. Når barna har med seg matpakker, kan noen matbokser være spennende med middagsrester, frukt og grønt, mens andre barn kan komme med loff og sjokoladepålegg, ifølge Anna. Av og til blir matpakken også glemt hjemme.

– Når barna spiser det samme, får de en felles preferanse for maten, og sosiale forskjeller utjevnes, sier barnehagelærer Erland Karlsen. De ansatte trenger ikke være på kjøkkenet, men spiser sammen med barna og får tid til samtaler og gode opplevelser rundt måltidet. De kan også ha en lengre samlingsstund, fordi de ikke trenger forberede maten selv. Personalet spiser den samme gode maten, mot kanti- netrekk på lønnen.

– Det gir oss en unik mulighet til å bidra til gode opplevelser rundt matbordet. Det at vi vasker hender, forlater avdelingen og går inn i spisesalen, gjør måltidene til egne aktiviteter som både små og store setter pris på, mener Anna.

Espira Grefsen stasjon barnehage

Den ligger i bydel Sagene i Oslo.

Den har 152 barn fra 1–6 år og 40 ansatte.

Den ble startet i 2016 og er inspirert av Montessori- og Reggio Emilia-pedagogikken.

– Vi henter inn profesjonelle fagpersoner på alle andre områder som dreier seg om barna, for eksempel støttepedagoger og fysioterapeuter. Det burde ikke være annerledes med maten. Måltidene våre fremmer helse, fordi sunn og næringsrik mat er viktig for barns utvikling, trivsel og læring, sier Anna.

EGNE SPISESALER

Personalet spiser sammen med barna i egne spisesaler. Spisesalen for de minste under tre år har plass til 56 barn, mens spisesalen for barn over tre år har 96 plasser. De minste spiser ved runde bord med plass til sju. Personalet kan trille rundt på en krakk for å hjelpe dem.

– Sammen med barna smaker vi på alt for å finne ut av hva de ulike ingrediensene er, hva de heter, og hvor de kommer fra, forteller Anna. Men barna lærer ikke



VEILEDNING: Kokken Worachat Jarodram, populært kalt Ton, viser Mason Hollup hvordan han skal bruke kniven når han skjærer paprika. Leo Zagorcic-Daniels følger godt med.



bare om maten de spiser. De forsyner seg selv og må prøve seg frem med hvor stor porsjon de vil ha. De utvikler motorikken ved å helle vann fra muggen og opp i sitt eget glass og sende muggen videre, og de bruker vanlig bestikk. De får språktrening gjennom samtalene rundt bordet. De lærer å spørre om hjelp og får trent på sosial kompetanse. Barna venter til alle rundt bordet er ferdige med å spise, før de takker for maten og rydder etter seg. Barna spiser med kniv og gaffel fra de er to år.

PRØVER ULIKE SMAKER

Styrer Tone Mila forteller at barnehagen ble bygget med tanke på storkjøkkendrift, med fullverdig kjøkken, stort kjølelager og

LAKS TIL LUNSJ: Foreldrene betaler 600 kroner måneden for at barna skal få tre måltider i Espira Grefsen stasjon barnehage. Caelys Plaissy (2) (fv.), Mason Hollup (3), Leo Zagoric-Daniels (3), pedagogisk medarbeider Anna Martinsen og Mathilde Vatnøy (3) deler matopplevelsen.

tørrvarelager, spisesaler og kokk i hundre prosent stilling. Foreldrene betaler 600 kroner i måned for tre måltider om dagen.

– Kokken sørger for at barna får variert og næringsrik mat. Han vet hvordan han skal tilberede mat som barna ønsker å smake på, selv om retten kan inneholde ingredienser barna ikke kjenner, sier styreren.

– Skulle personalet stått for maten, ville det vært opp til den enkeltes smak og kunnskap hvor bra maten ville vært, påpeker hun.

VIL IKKE TILBAKE TIL RESTAURANTEN

Kokken Ton jobbet tidligere i Plah thai-restaurant i Oslo. Det hender han savner fagmiljøet i sin gamle jobb, men han vil ikke tilbake.

– Jeg trives med den selvstendige jobben jeg har som kokk i barnehagen, og ikke minst det å være så mye sammen med barna. Det er travle dager her også, men ikke det stresset jeg opplevde i restaurant-

– VI HENTER INN PROFESJONELLE FAGPERSONER PÅ ALLE ANDRE OMRÅDER SOM DREIER SEG OM BARN, SOM STØTTEPEDAGOGER. DET BURDE IKKE VÆRE ANNERLEDES MED MATEN.



ØVELSE GJØR MESTER: Mason konsentrerer seg om å helle vann, mens Caelys og Leo ser at han ikke søler. Skulle det skje, tørker barna det lett opp selv.



KLARER SELV: Caelys (2) har ingen problemer med å flytte maten fra serveringsfatet og over på sin egen tallerken.

STYRER: – Skulle personalet stått for maten, ville det vært opp til den enkeltes smak og kunnskap hvor bra maten ville vært, sier styrer Tone Mila i Espira Grefsen stasjon barnehage.

bransjen. Her har jeg selv ansvaret for menyen og sørger for at barna får fullverdig kost med proteiner, vitaminer, karbohydrater og ulike smaker. Det er viktig at barna får prøve noe nytt.

Ton forteller smilende at han opplever et godt arbeidsmiljø og synes det er inspirerende å se hvor ivrige barna er på kjøkkenet. De lærer blant annet å bruke kniv når de kutter grønnsaker. Førskolebarna har fast turnus på kjøkkenet, men de yngre får også slippe til.

– Jeg synes det er gøy å lage mat, sier Mason Hollup (3) mens han konsentrerer seg om å skjære paprika.

– Det synes jeg også. Ton lager kjempegod mat, og jeg liker veldig godt å røre i kjelene, legger Leo Zagorcic-Daniels (3) til.

Styrer Tone forteller at målet for mat og måltider i Espira er at alle måltider serveres i barnehagen. Barna får også tilbud om frukt, grønnsaker og bær til alle måltider.



DETTE SERVERER DE

Frokost: havregrøt med frukt og rosiner eller korn med yoghurt og melk

Lunsj: varm mat, som søtsuppe, vegetar-wok med ris, laks med byggryn-salat, kjøttboller i brun saus med poteter og grønnsaker eller fiskegrateng med gulrot

Ettermiddag: brødmat og frukt

De ansatte skal være opptatt av å ha god stemning, snakke med barna og være nysgjerrige på maten og de ulike smakene sammen med barna.

KOKKENES UTFORDRINGER

Kokken forteller at han prøver seg frem, spesielt med ulike grønnsaker, for eksempel squash og paprika. Ton opplever at de fleste barna liker det aller meste, men at noen trenger lengre tid for å bli vant til fremmede smaker. Han mener det er viktig at maten ser innbydende ut, slik at barna har lyst til å smake.

– Det mest utfordrende er å ta hensyn til barn med ulike allergier, eller barn som har vansker med mat på andre måter. Med godt samarbeid med personalet og foreldrene løser vi det, sier Ton.

– Alle barna skal få tilbud om god og næringsrik mat, selv om ikke alle ikke kan spise alt, påpeker kokken.

ramesil@hotmail.com



VARME LUNSJ: Bålsteekte grønnsaker med innbydende farger og godt krydder frister både små og store i Trollskogen naturbarnehage.

Dette lager barnehagen

søtpotet-tacos
sjørøver-wraps
grønnsaks wok
med couscous
minestrone-suppe
indisk daal (gryterett)
søtpotetgryte

Barnehagen satser på **VEGANSK BÅLMAT**

De har **seks faste varmretter** som lages over bål, ingen av dem inneholder kjøtt. I Trollskogen naturbarnehage spiser barna stadig mer plantebasert mat.

TEKST: MERETE SILLESEN FOTO: MARIANNE OTTERDAHL-JENSEN

KJØKKENHAGEN: Max Karlsen Risanger (4), Trym Benjamin Mo Bjurstrøm (5) og pedagogisk leder Sarah Johansen sjekker hvordan det har gått med det de har plantet ut. Barna følger plantene fra frø til bord.





– JEG SETTER PRIS PÅ AT
BARNEHAGEN ER OPPTATT AV
PLANTEBASERT KOST.



DELTAKEELSE: Barna er med i alle ledd i matlagingen. Alette Raab-Fjelde (4) er ivrig, men forsiktig, når hun steker grønnsaker på bålet.

Trollskogen naturbarnehage

Den ligger på Jeløya i Moss og er fra 2002.

Den er eid og drevet av foreldre.

Foreldrene betaler 400 kroner per barn per måned i kostpenger.

Barna har ikke med seg egen mat.

Her går 65 barn på 4 avdelinger, 2 avdelinger med barn 0–3 år, og 2 avdelinger med barn 3–6 år.

Her jobber 17 ansatte på full tid.

De tre siste årene har Trollskogen naturbarnehage på Jeløya utenfor Moss hatt stadig mer plantebasert kost, av og til supplert med fisk. Barna spiser vanligvis alle måltidene utendørs.

– Barnehagens tre satsingsområder er natur, kosthold og miljø. Det at barna er med på hele prosessen, fra jord til bord, gir oss en unik mulighet til å jobbe med satsingsområdene samtidig, sier Eirin Huse Tobiassen, daglig leder i Trollskogen naturbarnehage. Hun har vært med fra oppstarten i 2002. Når barna får spise det samme mange ganger, venner de seg til smakene, ifølge Eirin.

GRØNNSAKER TIL ALLE MÅLTIDER

– Hver dag er en turdag, sier Eirin.

Barnehagen har tre leirplasser med lavvo og utedo i nærmiljøet i skogen, i tillegg til bål plass på barnehagens uteområde. Barna er også med når det kuttet grønnsaker på

kjøkkenet inne. De får frukt, bær og grønnsaker til alle måltider.

Barn og voksne er mye ute uansett vær. De ansatte er opptatt av at barna skal få utfolde seg fritt, klatre i trær, spikke og sage i skogen og delta i matlaging. De ansatte er opptatt av å gi barna et kreativt og sunt kosthold.

Ida Charlotte Skjoldager har tre barn, den yngste på fire år går i Trollskogen naturbarnehage.

– Einar har innholdsrike dager i naturen med masse inspirerende sansestimuli, lek, venner og trygge voksne. Jeg setter pris på at barnehagen er opptatt av plantebasert kost. Da får Einar i seg enda litt mer grønt enn det han spiser hjemme, sier Ida.

STARTER I GRØNNSAKSHAGEN

– Når tilberedning av mat blir dagens tilrette-lagte pedagogiske aktivitet, stjeler vi ikke tid fra andre aktiviteter og frilek, sier pedagogisk leder Sarah Johansen.



MESTRING: Trym Benjamin Mo Bjurstrøm (5) viser stolt frem grønnsakene som er klare til steking.

Alette Raab-Fjelde (4) forteller at det morsomste hun vet, er å klatre i trær, og at den beste frukten er mango.

– Jeg synes eple er best, men det er mest gøy å skjære minimais, sier Max Karlsen Risanger (4).

Hans favorittgrønnsaker er gulrøtter og paprika. Sarah har jobbet i barnehagen i ti år, og er selv vegetarianer og svært opptatt av kosthold. Hun poengterer at voksne med sine holdninger og talemåter har mye makt, og derfor mye ansvar for å være gode forbilder. Hun forteller at alt begynner i grønnsakhagen. Når barna oppdager at en cherrytomat delt i to kan bli til en ny tomatplante, eller at frø fra paprika kan gi nye paprikaer, er det mye mer spennende å smake på disse grønnsakene enn de som kommer plastinnpakket fra butikken. Avskjær fra grønnsaker og eventuelle rester havner i komposten, som barna er med og vender med høygafler. Dette gir jord som senere kan brukes i kjøkkenhagen.

MATLAGING SOM PEDAGOGIKK

– I 2017 kom ordet *bærekraft* inn i rammeplanen, noe som speiler samfunnsutviklingen. Vår jobb er å vise den nye generasjonen hvordan vi best kan ta vare på planeten, sier Sarah.

Ved å lage sunn, plantebasert mat fra bunnen stimuleres barnas finmotorikk når de skjærer og hakker grønnsaker. Barna



REDSKAP: I Trollskogen naturbarnehage får barna kjennskap til ulike redskap og verktøy, og de øver på å bruke dem. Her trener Alette Raab-Fjelde (4) på å håndtere en øks, mens daglig leder Eirin Huse Tobiassen og pedagogisk leder Cathrine Skaug følger godt med.



BÅLPLASSER: På stam-plassene i skogen er det godkjente bål-plasser.

må bruke sin evne til å forstå matematiske begreper som størrelser og mer eller mindre når de lager mat. De lærer å være tålmodige, vente på tur og å samarbeide. Når dette i tillegg gir helsebringende mat som smaker godt og utjevner sosiale forskjeller, og måltidet blir et samlingspunkt med vekt på språkutvikling (hva smakte du på nå, hvilken farge har brokkoli) og fellesskap (åh, dette smakte godt), mener Sarah mye er oppnådd.

– Det er viktig å få inn gode holdninger og vaner så tidlig som mulig, og mens barna synes det er gøy, sier hun.

GRØNNSAKER UT FRA SESONG

Sarah lager ukemenyer, men alle kan bestille

– DET ER VIKTIG Å PRESENTERE GODE SMAKSOPPLEVELSER, OG BARNA DIGGER KRYDDER.

KUTTER GULRØTTER: Max Karlsen Risanger (4) og Mathea Teiseth Molund (5) håndterer kniven godt etter mange år med matlagning i barnehagen.



FORNØYD: –Jeg setter pris på at barnehagen er opptatt av plantebasert kost. Da får Einar i seg enda litt mer grønt enn det han spiser hjemme, sier mamma Ida Charlotte Skjoldager. Foto: privat



MATLYST: Alette, Marte og Ingrid synes det smaker ekstra godt med egenlaget mat i skogen.

Tema



TOMATPLANTER: Tidlig på våren fikk barna være med og plante skiver av tomater. Disse har nå vokst og er klare til å plantes ut.

varer og lage maten. Hun finner inspirasjon i kokebøker og på nettet, og har prøvd seg frem med ulike retter i barnehagen.

– Etter at en ernæringsfysiolog gikk gjennom menyen vår, fikk vi beskjed om at totalen inneholdt for lite fett. Vi valgte da å legge salami og majones til ved brødmåltidene våre, forklarer Sarah.

Sarah har funnet frem til seks retter som de lager over bål. Rettene har ulike smaker, og det kan ta litt tid før barna venner seg til det som er nytt.

– Vi har erfart at det er enklere for barn å spise sammen med andre barn, at de blir forbilder for hverandre. Det virker lettere å takke nei til grønnsaker ved middagsbordet hjemme, sier Sarah.

– Alle pleier å smake, og etter hvert liker de rettene som vi ruller mellom, forteller Sarah. Alle rettene er laget med sesongbaserte grønnsaker.

– Det er viktig å presentere gode smaksopplevelser, og barna digger krydder. Salt og

Vegansk mat

Veganere velger mat og produkter fra planteriket fremfor dyreriket.

Veganere spiser et plantebasert kosthold, og unngår all mat av animalsk opprinnelse. Det vil si at de ikke spiser kjøtt, fisk, skalldyr, egg, meieriprodukter og honning, og andre ingredienser som stammer fra dyr.

Et vegansk kosthold er basert på belgfrukter som bønner, linser og erter, korn, grønnsaker, sopp, frukt, bær, nøtter, frø og kjerner, planteoljer, urter og krydder.

Kilde: vegansamfunnet.no

sukker er redusert til et minimum. Vi er ikke styrt av klokka, ting tar den tiden det tar, sier Sarah. Dagens tre måltider serveres likevel til noenlunde samme tid hver dag, da er både barn og voksne sultne.

ramesil@hotmail.com

ANNONSE

Polylino

Barnas flerspråklige bibliotek

- Jobb med språkutvikling i barnehagen
- Les og lytt til billedbøker på over 60 språk
- Gratis ut året ved inngåelse av avtale for 2023
- Prøv gratis på www.ilteducation.no



Skann for
gratis
prøveperiode



Jenter og gutter stimuleres ulikt i uteleken

Barnehagelærerne ønsker å bidra til at gutter og jenter får like muligheter til fysisk lek ute, men i praksis blir det ikke slik.

TEKST: KJERSTI SALVESEN FOTO: PRIVAT OG JEANETTE LARSEN

1. Hva har du skrevet doktorgrad om?

– Forskningen handler om fysisk aktivitet på barnehagens uteområde – og mer spesifikt om hvordan kvinnelige og mannlige ansatte stimulerer tre til fem år gamle jenter og gutter til fysisk aktivitet på uteområdet. Jeg har observert praksisen og intervjuet ansatte på to avdelinger. På den ene avdelingen jobbet det fem kvinner, mens det på den andre jobbet to menn og tre kvinner. Barna hadde på seg aktivitetsmåler i perioden jeg var der.

2. Hva har du funnet ut?

– Jeg ser en del ubevisst praksis. Inntrykket er at de har en intensjon om å stimulere jenter og gutter likt, men at det ikke er sånn i praksis. Mannlige ansatte var ofte mer spontane og tok oftere initiativ til fysisk aktivitetslek, «herjelek», som tilsynelatende appellerer mest til gutter. Jentene ble inkludert om de ville, og da var leken litt «mildere». Kvinnelige ansatte satte oftere i gang regelstyrte fysiske aktiviteter og var selv ikke like spontant aktive som mannlige ansatte. Kvinnene tok også oftere «inneområdet» med ut (pledd, radio og duplo, for eksempel), noe som har motsatt effekt av å stimulere til fysisk aktivitet. Disse aktivitetene var ofte mer tiltrekkende for jentene. Jeg observerte at kvinner som jobber på samme avdeling som menn, trolig

stimulerer til mer fysisk aktivitet sammenlignet med der det bare jobber kvinner.

3. Hva tror du forskningen din vil bety for barnehagene i Norge?

– Fordi det er en kvalitativ studie, kan ikke funnene automatisk generaliseres til resten av samfunnet. Funnene bekrefter likevel flere studier som peker i samme retning: nemlig at jenter og gutter blir møtt forskjellig av de voksne i barnehagen. Studien setter søkelys på et viktig tema i en tid med mye stillesitting. Det mangler fremdeles forskning på hvordan barn stimuleres til fysisk aktivitet av de ansatte. Er det sånn at menn og kvinner stimulerer jenter og gutter forskjellig når det kommer til fysisk aktivitet? Forskning viser at fysisk aktivitet er grunnleggende for barns motoriske utvikling, trivsel og læring. Min forskning kan bidra til økt bevissthet og kunnskapsutvikling, samtidig som den vil kunne fremme fysisk aktivitet.

4. Hva overrasket deg mest i forskningen?

– Det overrasket meg litt at det var en del ubevisst praksis. Jeg oppfatter det som at ansatte har til hensikt å behandle barna likt, men jeg så likevel en del stereotypiske handlinger, som bekrefter at temaet bør belyses bedre.

godkommunikasjon@gmail.com

Min doktorgrad



BENTE GURINE KVITVÆR
NORDMO (39)

Stipendiat ved Universitetet i Stavanger. Dersom alt går etter planen, vil disputas bli høsten 2023.

Doktorgrad: Arbeidstittel «3–5 år gamle jenters og gutters fysiske aktivitet i barnehagens uteområde. En analyse av kvinnelige og mannlige ansattes perspektiv.»

Mål med forskningen: Å finne ut om det er forskjell på hvordan mannlige og kvinnelige ansatte stimulerer jenter og gutter til fysisk aktivitet på barnehagens uteområde. Målet er å forbedre praksisen ved å bidra til kunnskapsutvikling, samtidig som det vil kunne fremme fysisk aktivitet hos barna. Intensjonen er at prosjektet skal gi ny kunnskap innen fagområdet «Natur, helse og bevegelse» (NHB) i barnehagelærerutdanningen, samtidig som det skal styrke en forskningsbasert tilnærming til fagområdet i barnehagen.

DERFOR ER DENNE DOKTORGRADEN VIKTIG

– Det mangler kunnskap om hvordan kvinnelige og mannlige ansatte stimulerer jenter og gutter til fysisk aktivitet i barnehagens uteområde, og hvordan dette gjenspeiles i barnas aktivitetsnivå. Nordmo bidrar til å synliggjøre hvordan personalet legger til rette for fysisk aktivitet, og hvilke betingelser som gjør det mulig. Forskningen vil gi ny kunnskap nasjonalt og internasjonalt.

Aud Torill Meland

førsteamanuensis i pedagogikk ved Universitetet i Stavanger



**- SPISEMILJØET
SKAL FREMME
MATGLEDE OG
HELSE, OG
PERSONALE BØR
DELTA AKTIVT I
MÅLTIDET.**





KLIPP UT
OG HENG
OPP!

Helsedirektoratets anbefalinger for mat og måltider i barnehagen

1. Ha minst tre faste måltider om dagen (frokost, lunsj og ettermiddagsmat) med medbrakt eller servert mat. Det bør ikke gå mer enn tre timer mellom måltidene. Noen barn kan ha behov for å spise oftere for å få i seg nok mat. Frukt eller grønnsaker er passende mellommåltider.

3

Server hovedmåltidene med mat fra tre grupper slik at de skal være fullverdige.

GRUPPE 1: grovt brød, grove gryn og kornprodukter, havregrøt, poteter, fullkornris og fullkornpasta.

GRUPPE 2: grønnsaker, frukt og bær.

GRUPPE 3: belgfrukter (linser, bønner og erter), fisk og annen sjømat, ost og andre meieriprodukter, egg og kjøtt. Spis magert kjøtt, magre meieriprodukter og matoljer og myk margarin. Begrens rødt kjøtt, bearbeidet kjøtt, salt og sukker.

Velg matvarer som er merket *nøkkelhull*. Det betyr at maten har mindre mettet fett, mindre sukker og salt og mer kostfiber og fullkorn. Det skal gjøre det enkelt å velge sunnere matvarer.

Bruk brødskalaen til valg av grovt brød. Det finnes grove varianter uten hele frø.

7. Spisemiljøet skal fremme matglede og helse, og personale bør delta aktivt i måltidet. Del gjerne barna i mindre grupper, delta i samspillet og spis gjerne sammen med barna. Det fremmer appetitt og trivsel.

9. Ha god håndhygiene og la barna vaske hendene før måltidene. Ha engangspapirhåndklær og såpedispenser ved vaskene.

Ta hensyn til barn med særlige behov knyttet til mat og måltider. Det kan være matallergi, matintoleranse, sykdom eller spisevaner, eller barn med nedsatt funksjonsevne. De fleste allergier skyldes proteiner i melk, egg, fisk, nøtter, soya og hvete. Noen har laktoseintoleranse eller cøliaki. Sørg for å ha allergier, symptomer og behandling for hvert barn skriftlig.

2. Barna bør få god tid til å spise, minst 30 minutter. Mange barn trenger tid for å venne seg til nye smaker og konsistenser.

4. Barnehagen bør servere grønnsaker og frukt eller bær hver dag. Minst tre av «fem om dagen». Halvparten bør være grønnsaker (eksempler: cherrytomater, gulrot, blomkål og agurk).

5. Barna bør få lettmelk eller skummet melk og vann til alle måltider. Ha alltid vann tilgjengelig.

6

Begrens servering av kaker, kjeks, is og saft. Unngå godteri, snacks og brus.

Be foreldre ta med frukt eller bær, som fruktspyd, oppskårede grønnsaker med dipp eller smoothie på barnets bursdag.

8. Måltidet skal være en pedagogisk arena der barna får medvirke i mat- og måltidsaktiviteter. Barn lærer språk og samspill ved å smøre sin egen brødskeive, dekke på og ta av bordet, og lage, smake og lukte ny mat. De får kunnskap om matvarenes navn og bruk og om mattradisjoner.

Maten skal være lagret, tilberedt, servert og merket etter regler og råd fra Mattilsynet. Det bør ikke gå for lang tid mellom tilberedning og servering av mat. Legg medbrakt matpakke i kjøleskapet.

11

12. Barnehagen bør ha en miljøvennlig praksis med lite matsvinn, plantebasert mat og fisk. Bruk mer plantebaserte matvarer og fisk, og mindre rødt kjøtt. Matsvinn reduseres gjennom god kunnskap om oppbevaring, holdbarhet og utnyttelse av matvarer, og god planlegging av innkjøp.

10



KNASKERØTTER: Litt jord
er ingen hindring når Are
smaker på gulrøttene.

– Å TA OPP GULROTA GIKEN
HELT ANNEN FØLELSE ENN Å
PAKKE DEN UT AV PLASTEN.

Barnehagen har eget planteverksted

Barnehagen lærer barna hvordan de kan bli
selvforsynt med grønnsaker.

TEKST OG FOTO: INGUN A. MÆHLUM

Vi har opplevd barn som ikke spiser grønnsaker inne i barnehagen, og som går ut i åkeren og spiser dem med jord på i stedet, fordi de har vært med på hele prosessen selv, forteller pedagogisk leder Monica Lillegård i barnehagen Hundre i Tromsø. Barnehagen har en egen planteparsell som ligger midt i byhagen Holt økopark. Parsellen består av fem store plantekasser og et lite potetland.

UTFORDRER SANSENE

– Det er ikke bare ett svar på hvorfor vi gjør dette, forteller Lillegård.

– I den tida barna har gått her, har verden endret seg. Vårt mandat endrer seg med storpolitikken. Krigen i Ukraina har vist oss viktigheten av selvforsyning. Vi gjør ikke dette primært på grunn av kosthold. Vi er en pedagogisk institusjon, og vi skal ikke *drive* med selvforsyning, vi skal *formidle* kunnskap om selvforsyning, utdyper hun.

– Først og fremst skal barna vite hvor maten kommer fra, og at den ikke kommer fra butikken, fortsetter Monica.

Pedagogisk medarbeider Lisa Olivestad sier de ønsker å gi barna erfaring og kompetanse.

– Vi begynner når de er ett år gamle. Allerede da er de veldig mottakelige. Selv om de ikke husker det, henger det igjen i kroppen, sier Lisa.

Monica forteller at de også er opptatt av den estetiske dimensjonen.

– Det vil si hvordan maten utfordrer sansene våre. Bare det å stappe hendene i jorda gir noe helt annet enn om vi går en

Barnehagen Hundre

Det er en foreldreid barnehage i Tromsø.

Den har 43 barn fordelt på to småbarnsavdelinger og en utvidet storbarns-avdeling som er inndelt i mindre grupper.

Den har tolv ansatte.

Barnehagen er inspirert av Reggio Emilias pedagogiske filosofi, der barns medvirkning er viktig.

Barnehagen er medstifter av Holt økopark, som driver parsellhagen.

tur til byen. Å ta opp gulrota gir en helt annen følelse enn å pakke den ut av plasten. Selv forråtnelsen pirrer sansene, utdyper hun.

PLANTER HELE ÅRET

– Dette er en prosess, og det er like viktig å studere frøene som å spise gulrøtter, mener Monica. Hun sier alle fasene er viktige. De jobber tverrfaglig, og barna fikk begynnende skriveopplæring da de laget skilt til blomstene. Barna har brukt digitale verktøy, og de har brukt skarpe kniver og redskaper i hagen.

– Barn lærer også om omsorg og empati når de tar vare på vekstene, for plantene knekker om man er for voldsom, forteller Monica. I september har barnehagen høstfest, og da er barna med og lager grønnsaksuppe som de serverer til foreld-

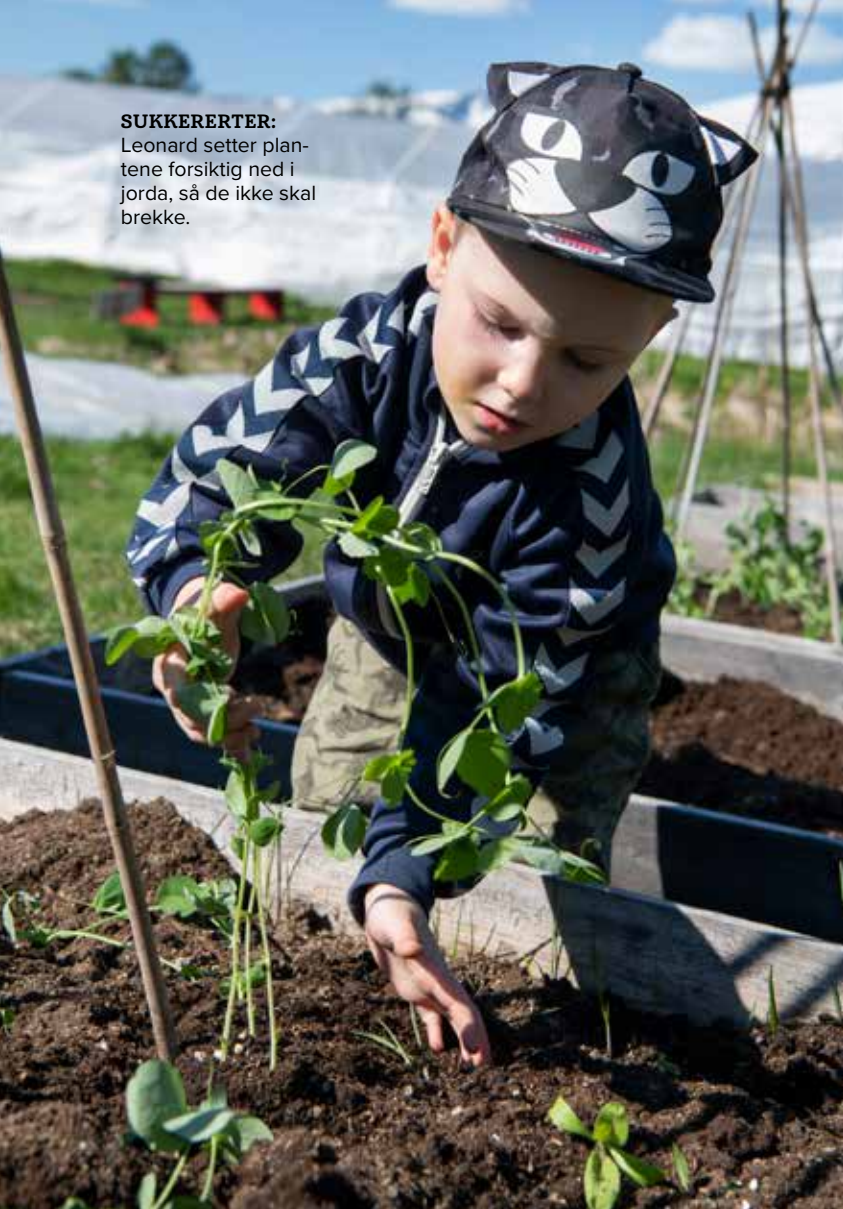


HJELPSOMME:

Leonard og Celin bærer ei kasse med grønnsaker tilbake til barnehagen.

SUKKERERTER:

Leonard setter plantene forsiktig ned i jorda, så de ikke skal brette.



MEDHJELPER: – Emily og de andre barna liker godt å hjelpe til, forteller pedagogisk leder Monica Lillegård i barnehagen Hundre i Tromsø.



ERTER: Barna bruker en dibber (såpinne) til å lage hull i jorda og stikker de store, grønne ertene ned i jorda.

rene. Barnehagen driver med plantingen gjennom alle de fire årstidene.

FRØ OG MEITEMARK

Første steg har vært med barnehagen fra frøene ble sådd i mai, til grønnsakene ble høstet i høst. Barna har allerede forberedt seg lenge til sådagen. På veggene henger det tegninger av blomstene og grønnsakene de skal så, og de har bilder av frø med QR-koder der de kan lese mer om de forskjellige plantene. I dag får de besøk av gartner Rune Pettersen. Fordi barnehagen er medstiftere i Holt økopark, har de tilgang på gartner om de trenger det. Han er innom et par ganger i året.

– Når vi skal så, er det veldig fint å få hjelp av hans kunnskap om jord og frø, sier Monica.

– Jeg har en meitemarkkompost som



DIGITALE: Sammen med de ansatte kan barna skanne QR-koder som henger på veggen, og lese mer om frø og planter.

jeg tror vil være midt i blinken for dere, sier Rune. Da hopper Amalie (5) begeistret opp og ned.

– Æ vil ha meitemark, æ elske meitemark, sier hun. Ungene setter seg rundt ei balje og rører fingrene rundt i jorda for å blande den sammen. I jorda som skal brukes til gulrøttene, blander de inn små hvite steiner.

– Det heter perlete, forklarer Rune.

– Det er vulkanstein fra Island som skal gjøre jorda luftig. Frøene puttes forsiktig i jorda, og etter en time står det melkekartonger og små pottar på rekke og rad inne på avdelingen.

HARDT ARBEID

I Tromsø er det snøstorm til langt uti mai, og plantene må få vokse noen uker innendørs før de kan plantes ut i åkeren.



GULROT I MELKEKARTONGER: Isak (4), Are (5), Leonard (5) og Amalie (5) klapper forsiktig på jorda over gulrotfrøene.



BESØK: Gartner Rune Pettersen er på besøk for å hjelpe barna med å så sukkererter, gulrøtter og ringblomster.



GULRØTTER: Emily setter gulrotplantene ned i jorda.

seks meitemarker, sier Leonard. Monica forteller at det er lurt å gjøre plantearbeidet enkelt.

– Dyrk potet, gulrot og sukkererter, for det er noe personalet har kunnskap om, og som barna kan ta opp og smake på, påpeker hun før hun avslutter:

– Det skal være barnas eget prosjekt, og vi ansatte er her som støttespillere.

fotodama@gmail.com

I begynnelsen av juni rusler barna 200 meter bort til åkeren med hver sin spisse spade. Parsellen består av fem store plantekasser og et lite potetland.

– Æ elske å plante, sier Are (5) mens han forsiktig setter gulrøtter, sukkererter og ringblomster ned i jorda. Potetene skal også settes, og Leonard (5) fordeler konsentrert jorda utover.

– Dette var hardt arbeid, mener han.

KLAR FOR HØSTING

Når sommerferien er over, bugner parsellen av grønnsaker. Ungene fyller opp kasser med gulrøtter, gressløk, sukkererter og ringblomster som de skal ta med tilbake til barnehagen. Isak smaker fornøyd på de rå potetene.

– Det morsomste er å finne potet og gulrot. Og sukkererter, og så har jeg funnet

– BARN LÆKER OGSÅ OM OMSORG OG EMPATI NÅR DE TAR VARE PÅ VEKSTENE, FOR PLANTENE KNEKKER OM MAN ER FOR VOLDSSOM.



MER RO: En ekstra ansatt på avdelingen gjør at de pedagogiske lederne Karoline Myhra Hillås og Trond Ottestad i Knapløkka barnehage kan delta aktivt i leken sammen med Hedda og Arya (foran), mens de tidligere hadde en inspektørrolle.

Suksess med ØKT BEMANNING

Tre barnehager har fått to ekstra ansatte. Det har ført til **bedre relasjoner med barna, mer tid til foreldrene og større arbeidsglede.**

TEKST OG FOTO: **LINE FREDHEIM STORVIK**

Tre barnehager i Tønsberg har hatt to ekstra ansatte – en fagarbeider og en pedagog – i et prøveprosjekt i et år. Prosjektet er så vellykket at politikerne har bestemt å forlenge det til sommeren 2023.

– Det er lettere å ta med barnas innspill, og de får en sterkere medbestemmelse. Når man er flere øyne som oppfatter barns uttrykk og ønsker, er det lettere å se hva de trenger, sier styrer Marie Bru i Knapløkka barnehage, som er med i prosjektet.

LETTERE Å MØTE BARNAS BEHOV

Barna er mer med på å bestemme over sin egen hverdag. Noen kan være inne, mens andre går på tur. Tidligere måtte alle ofte gjøre det samme. Barn som trenger det, kan bruke lengre tid på å kle på seg, og det

«Stressnivået blant de ansatte har sunket betraktelig fordi vi opplever at vi strekker til i jobben.»

er lettere å følge opp barnas språkutvikling.

– Det er lettere å se hvert enkelt barn og møte barnets ulike behov. Tidligere måtte alle ettåringene sove og spise på samme tid, sier Margaret Johansen, som også er styrer i Knapløkka barnehage, som har 121 barn. Nå kan de sove på tider som passer barnet, fordi flere ansatte gir større fleksibilitet. Prosjektet har vist så gode resultater det første året at politikerne allerede har bevilget penger til 12 nye barnehagestillinger. De er fordelt på kommunens 27 barnehager ut fra levekårsundersøkelser. For Knapløkka barnehage betyr det at de har fått 2 ekstra ansatte i tillegg til de 2 stillingene i prosjektet. 5 av 9 avdelinger har nå økt grunnbemanning.

MINDRE STRESS

– Stressnivået blant de ansatte har sunket betraktelig fordi vi opplever at vi strekker til i jobben. Nå kan vi sitte med barnet på fanget til det er ferdig trøstet, mens vi tidligere måtte gjøre quick-fix for å få det til å slutte å gråte, sier pedagogisk leder Karoline Myhra Hillås. Hun sier ansatte tidligere hadde dårlig samvittighet hvis de var syke, men nå vet de at det er nok ansatte på jobb.

– Vi tåler også noen dager uten vikar, fordi vi har fulle batterier, sier Hillås. Hun sier de har mer tid til å bruke faget i hverdagen, som å reflektere over det de gjør, og diskutere praksis med kollegaer. Det betyr mye for deres personlige utvikling. Pausene tar også kortere tid, fordi to og to kan ha pause samtidig. Hillås sier de også klarer å hjelpe flere barn som strever innenfor allmennpedagogikken, mens de tidligere raskere sendte en henvendelse

HER ER DE FØRSTE RESULTATENE AV ØKT GRUNNBEMANNING I BARNEHAGEN

FOR BARN:

- Barna blir raskere trygge og ser ut til å trives fortere når de starter i barnehagen og bytter avdeling.
- Barna opplever tryggere og takler bedre endringer i hverdagen.
- Det vil være flere kjente ansatte igjen sammen med barna når noen er syke.
- De ansatte opplever at det er mer tid og rom for å dele barna i mindre grupper, kunne følge opp barns innspill og initiativ og tilpasse aktiviteter. Det kan styrke barns medvirkning.
- Barna får mer mulighet til å være i lek over tid og å fullføre leken.
- De ansatte har mer tid til å delta i lek og å følge opp barnas relasjoner.
- Det er mer ro og tid på avdelingene, og personalet har mer tid til å lytte og å ha gode samtaler med barna.

FOR DE ANSATTE:

- De ansatte opplever mindre stress og økt arbeidsglede.
- Det er mer rom for å avlaste og hjelpe hverandre i og på tvers av avdelinger.
- Det er lettere å være spontan, og å være i lek og aktiviteter med barn over tid.
- Det er mer tid til å jobbe i prosjekter og med barn i mindre grupper større deler av dagen.
- Ansatte har større muligheter til å følge opp barnas relasjoner og lek, ha gode samtaler og møte barns følelser.
- De ansatte opplever mindre sårbarhet ved sykdom i personalet, der det alltid vil være flere kjente ansatte igjen sammen med barna når noen er syke.
- De ansatte erfarer at det er større rom for å diskutere med personalet.
- De ansattes styrker kommer bedre frem.

FOR FORELDRENE:

- De ansatte opplever å være mer tilgjengelige for foreldrene og har tid og ro til samtaler daglig.
- De ansatte kan i større grad møte og følge opp foreldrenes henvendelser.
- Pedagogisk leder har mer tid til samtaler med foreldrene, både planlagt og spontant.
- Ansatte blir bedre kjent med foreldrene og med familiens bakgrunn.
- Det er rom for tettere oppfølging av barn som trenger særlig oppfølging.
- Barnehagelærerne opplever bedre og raskere muligheter for samarbeid med eksterne instanser.
- Ansatte får til mer helhetlige observasjoner over tid. Det gjør dem tryggere i kontakt med eksterne instanser.

Kilde: foreløpige resultater av studien «Bemanning og kvalitet i barnehagen – våren 2022», en rapport fra Universitetet i Sørøst-Norge



FLERE ANSATTE: – Flere ansatte er bra for språk, sosiale relasjoner, lek og kompetanse, forteller styrerne Marie Bru (t.v.) og Margaret Johansen i Knapløkka barnehage, som har fått to nye stillinger i et prøveprosjekt for økt bemanning.



FORSKER: – Vi ser at de ansatte er tettere på og nærere barna, sier leder av følgeforskningen ved USN Karin Hognestad. Foto: USN

til PPT. Barna blir også raskere trygge i tilvenningsperioden.

– Tidligere var oppstarten en tung periode med barn med høyt stressnivå og som ikke hadde det bra. Nå er barna rolige, alt går på skinner, det er nesten ikke gråt, og du ser barna har det bra, forteller pedagogisk leder Trond Ottestad. Med ekstra ansatte er det lettere å dele barna i grupper.

– Det er også lettere for oss å improvisere, ta ting på sparket og være spontane, sier Ottestad. Han sier de minste kommer tidligere inn i sosiale prosesser fordi de kan støtte dem i leken.

– Nå kan vi være i øyeblikket og være deltakere i leken. Tidligere har vi mer hatt en inspektørrolle, tilføyer Hillås.

ENKLERE VED SYKDOM

Styrerne forteller at organisasjonen også er mer robust enn før. På småbarnsavdelingen setter de ikke inn vikarer ved korte fravær, fordi de opplevde at barna ble stresset.

– Vi opplever stabile grupper med færre vikarer. Vi klarer å være færre noen dager ved sykdom fordi vi ikke er så sårbare som før, forteller Johansen. En ansatt som har

forstuet foten, kan nå komme på jobb, fordi hun kan sitte inne med noen barn mens en annen ansatt går på tur. Det ville ikke vært mulig før, ifølge Johansen. Nå klarer barnehagen å gjennomføre flere aktiviteter enn før, fordi de er flere ansatte på jobb gjennom hele dagen. De kan bruke mer tid på foreldrene, og de pedagogiske lederne har tid til å veilede ansatte.

– En ansatt ekstra utgjør en stor forskjell, sier Bru.

BEDRE SAMVITTIGHET

– Er det konflikter mellom to barn, mens en trenger bleie, slipper barna å vente fordi det er flere på jobb. Er du alene på jobb, kan barnet med bleie måtte vente i ti minutter fordi du må prioritere det som er viktigst, sier Bru. Styrerne sier det også er lettere å få til utvikling i barnehagen, og å ha arbeidsgrupper og prosjekter. Styrerne er ikke overrasket over resultatet av økt grunnbemanning.

– Dette er noe vi vet. Å få inn ekstra personell gjør noe med kvaliteten, sier Johansen. Nå kan de lettere sette inn tiltak for barn de ser har utfordringer eller er i risikosonen.

– Flere ansatte er bra for språk, sosiale relasjoner, lek og kompetanse, påpeker Johansen.

STØRRE ARBEIDSGLEDE OG MESTRING

Barnehagelærerne sier de har mer tid og bedre kvalitet i relasjoner. Det får spesielt flerspråklige barn og barn som trenger noe ekstra, nytte av, viser følgeforskning fra Universitetet i Sørøst-Norge (USN). Personalet opplever også større grad av mestring. Det fører til større arbeidsglede og kan på sikt føre til mindre fravær, ifølge følgeforskningen.

– De ansatte på avdelingen forteller at de har bedre mulighet til å være tettere på og nærere barna. Styrerne sier de opplever større mulighet for faglige møter og kompetanseutvikling. Det styrker det pedagogiske arbeidet. Samlet bidrar dette til at vi kan si det er spor av økt kvalitet i barnehagen, sier leder av følgeforskningen ved Senter for barnehageforskning ved USN Karin Hognestad. Hun sier forskningen til nå viser det samme som tidligere forskning fra blant annet GoBaN:

«Nå kan vi være i øyeblikket og være deltakere i leken. Tidligere har vi mer hatt en inspektørrolle.»



VIL NÅ STORTINGET:

– Drømmen har vært at andre kommuner skal kunne bruke vår dokumentasjon for å øke bemanningen hos seg, sier hovedtillitsvalgt Monika Aafos i Utdanningsforbundet Tønsberg.

Foto: privat

at kvalitet i relasjoner har sammenheng med pedagogtethet.

– Det er et samstemt fagfelt som har kjempet for høyere bemanning, og vi ser klare indikasjoner på hva det betyr i vår forskning, sier Hognestad. Hun understreker at de er tidlig i forskningsprosjektet, og at seks forskere skal følge barn, ansatte og styreere ett år til.

– Vi ser at styrerne har vært aktive i ledelsen av gruppene med økt bemanning, og det også kan være med å forklare de positive tendensene, sier Hognestad.

SPLEISELAG

Foreldreutvalget for barnehager (FUB) og Utdanningsforbundet i Tønsberg har i flere år vært pådrivere for at politikerne skal teste ut økt grunnbemanning.

– Drømmen har vært at andre kommuner skal kunne bruke vår dokumentasjon for å øke bemanningen hos seg. Økt bemanning koster penger, noe ikke alle kommuner har. Ønsket er å nå helt frem til Stortinget, der pengene befinner seg. Prosjektet er større enn bare Tønsberg. Det kan bli viktig for alle kommuner i Norge, sier hovedtillitsvalgt Monika Aafos i Utdanningsforbundet Tønsberg. Prosjektet er et spleiselag mellom kommunen, Universitetet i Sørøst-Norge (USN) og Utdanningsforbundet. Aafos er ikke overrasket over resultatene i studien.



BARE POSITIVT: – Økt bemanning vil føre til økt stabilitet og mindre fravær, som igjen er positivt for barna, sier Royne Berget, bransjeleder for ideelle barnehager i Virke ideell og frivillighet. Foto: Andris Søndrol Visdal

Han er ikke overrasket over resultatene

Royne Berget mener prosjektet i Tønsberg bare bekrefter det barnehagefolk og andre studier har påpekt: Flere ansatte gir bedre barnehagekvalitet.

Bedre bemanningstetthet, egnede og tilstedeværende ansatte og mindre barnegrupper er det som skal til for å få et ordentlig kvalitetsløft for barnehagene, sier Royne Berget. Han er bransjeleder for ideelle barnehager i Virke ideell og frivillighet. Berget sier den samme konklusjonen kommer frem i GoBaN og *Blikk for barn*, som er de største barnehagestudiene som er gjort i Norge.

MINDRE STRESS

– Resultatene i Tønsberg er ikke overraskende. Bedre tid til barn og foreldre gir mindre stress og mindre sykefravær. Vi vet fra før at graden av kvalitet i relasjonen mellom barn og ansatte er det som avgjør kvaliteten i hver barnehage. Da må det være god bemanningstetthet i bunnen, sier Berget. Han sier det er bra at Tønsberg kommune er villig til å teste hva en forsterket grunnbemanning betyr.

MINDRE SYKEFRAVÆR

– Økt bemanning vil føre til at ansatte er mer til stede både fysisk og mentalt, og at de får mer overskudd til å gjøre en god jobb. Det vil føre til økt stabilitet og mindre fravær, som igjen er positivt for barna, påpeker Berget. Han sier at barnehagene er en av sektorene med høyest sykefravær, og at sykefraværet i barnehagesektoren koster rundt 2,7 milliarder i året, ifølge KS og NAV.

– Det er en «nobrainer» å bemanne opp barnehagene. Det vil bidra til å få ned sykefraværet. Selv om det vil koste å bemanne opp, så vil det i det lange løp frigjøre milliarder, fordi det vil fungere som et forebyggede helsemessig tiltak for både barn og ansatte, sier Berget.



SE TIL TØNSBERG: – Vi håper at departementet og regjeringen ser at barnehagen trenger høyere grunnbemanning enn i dag, sier Bjørn-Erik Hammer, virksomhetsleder for de kommunale barnehagene i Tønsberg. Foto: Anders Tyvand/Tønsberg kommune

– Økt bemanning gjør at ansatte kan følge enkeltbarnet uten avbrudd. Det er bra for både barn og ansatte. Flere ansatte gir også mer tid til veiledning og refleksjon i hverdagen, sier Aafos.

7,7 MILLIONER I ÅRET

Tønsberg kommune har brukt 3,8 millioner i året på prosjektet. Resultatene etter et halvt år var så positive at politikerne ga penger til 12 nye stillinger fordelt på 6 kommunale barnehager. Prislappen er 7,7 millioner i året.

– Politikerne i Tønsberg har sett viktigheten av økt grunnbemanning i barnehagen, og vi er heldige som har politikere som velger å gjøre dette, sier Bjørn-Erik Hammer, virksomhetsleder for de kommunale barnehagene i Tønsberg. Selv om han ikke er overrasket over resultatene, sier han det er viktig å få dem dokumentert.

– Flere ansatte tilgjengelig gjennom



TRØST: En ekstra ansatt på avdelingen gjør at pedagogisk leder Karoline Myhra Hillå (t.v.) raskt kan trøste Arshman så lenge han trenger det, mens pedagogisk leder Trond Ottestad kan fortsette leken med Vilde (t.v.), Sander, Arya og Hedda.

lengre deler av dagen er bra. Da har ansatte tid til være til stede for barn, foreldrene og kollegaer, og de blir ikke så sårbare ved fravær. Vi håper departementet og regjeringen ser at barnehagen trenger høyere grunnbemanning enn i dag, sier Hammer.

line@utdanningsnytt.no

ANNONSE

Første steg

ønsker alle lesere og bidragsytere



*God jul
og
godt nytt år*

Her er kravene til grunnbemanning i barnehagen

Grunnbemanningen skal omfatte årsverk som er avsatt til det ordinære og direkte arbeidet med barna i barnehagen.

Barnehagens bemanning og samlede kompetanse har stor betydning for hvor godt barnehagetilbudet er. Tilstrekkelig antall voksne i barnehagen er viktig for å ivareta barnas behov for trygghet, omsorg, lek og læring. Dette er bakgrunnen for barnehagelovens krav til minimumsnorm for grunnbemanning i barnehagen.

KRAV TIL GRUNNBEMANNING:

Barnehageloven § 26 første avsnitt stiller krav til at bemanningen må være «tilstrekkelig til at personalet kan drive en tilfredsstillende pedagogisk virksomhet». Kravet gjelder overordnet og uavhengig av den lovregulerte minimumsnormen til grunnbemanning. Hva som er «tilstrekkelig» for å drive en tilfredsstillende pedagogisk virksomhet må vurderes ut fra barnegruppens størrelse og barnas behov.

Minimumsnormen for grunnbemanning er regulert i barnehageloven § 26 andre avsnitt:

Barnehagen skal minst ha en ansatt per tre barn når barna er under tre år og en ansatt per seks barn når barna er over tre år. Barn skal regnes for å være over tre år fra og med august det året de fyller tre år.

HVILKE ANSATTE SKAL TELLES MED?

Grunnbemanningen skal omfatte årsverk som er avsatt til det ordinære og direkte arbeidet med barna i barnehagen. Dette innebærer at pedagogisk leder, barne- og ungdomsarbeidere og assistenter som utfører oppgaver innenfor det ordinære

barnehagetilbudet, skal regnes med i grunnbemanningen. Den tiden styrer arbeider direkte med barna, kan også tas med i beregningen. Det er en rekke personer som skal holdes utenfor beregningen. Det gjelder personer som er i barnehagen i praksis eller på arbeidstiltak, lærlinger, spesialpedagoger og andre som er å anse som ekstra personale i barnehagen.

PROSENTVISE STILLINGER

Bemanningsnormen gjelder for barnehagen som helhet. Det tallfestede kravet til grunnbemanningen er det antallet årsverk som må tilsettes når det er klart hvor mange barn det skal være i barnehagen. Barnehagen skal ikke runde oppover til nærmeste hele årsverk i beregningen av om bemanningsnormen er oppfylt. I stedet skal barnehagen beregne prosentvise stillinger for å oppfylle bemanningsnormen. Barnehagen kan søke om dispensasjon fra loven.

Barnehageloven § 26 fjerde avsnitt regulerer at kommunen kan gi dispensasjon fra kravet til minimumsnorm for inntil ett år av gangen når særlige hensyn tilsier det. Barnehageeier skal legge uttalelse fra barnehagens samarbeidsutvalg ved søknaden. Kommunens vedtak kan påklages til statsforvalteren.

Det er en rekke personer som skal holdes utenfor beregningen, som personer i praksis, lærlinger og spesialpedagoger.

Hanna-Cecilie G. Jemtegaard,
advokat i Utdanningsforbundet
hanna-ceciliegram.jemtegaard@utdanningsforbundet.no



Mitt barnehageminne

Nicolay Ramm (33)

journalist, artist,
programleder, komiker
og skuespiller

Fra: Bærum

Bor i: Oslo

Familie: snart gift med
Josephine Leine Granlie
og pappa til Aksel

Aktuell med:
Maskorama på NRK



TIDLIG KRØKES: Nicolay Ramm elsket barnehagens «racerbiler», der du måtte sparke for å komme deg fremover. Her i onkelens mopedhjelm.

LEKEN: Nicolay mener at en god barnehage må legge til rette for lek og variasjon, og ettbarnsfaren er også opptatt av foreldrenes behov for fleksible åpningstider.

KONKURRANSE- INSTINKTET

ble vekket i barnehagen

Da Nicolay Ramm og vennene hadde bilrace i barnehagen, **våknet konkurranseinstinktet.**

TEKST: KJERSTI SALVESEN FOTO: KHOA DANG DO OG PRIVAT

Jeg stortrivdes i barnehagen! Både moren og faren min jobbet, så jeg var der mye, sier programleder og komiker Nicolay Ramm, som synes fulle dager i Ruglandveien barnehage på Jar i Bærum var helt supert. Nicolay minnes at det var mye lek og sang, og det elsket han.

KOS OG KJÆRLIGHET

Nicolay opplevde at barnehagen var et sosialt og trygt sted. Han ble vant til å være rundt mennesker, noe som har kommet godt med senere i livet.

– Det var noen små biler som vi satt i og sparket oss selv frem i. Rundt, og rundt, i barnehagen. Vi kjørte race – den erfaringen vekket konkurranseinstinktet mitt, sier Nicolay.

33-åringen kan ikke huske noen av dem som jobbet i barnehagen, men sier han opplevde at det var trygge rammer og tydelige grenser for hva som var lov og ikke lov. For ikke å snakke om mye kos og kjærlighet.

– Husker du noen av barna du gikk i barnehagen sammen med?

– Jeg gikk sammen med en som het Herman. Han var litt

**«Jeg stortrivdes i barnehagen!
Både moren og faren min jobbet,
så jeg var der mye.»**

større enn meg, og jeg så veldig opp til ham. Jeg møtte han igjen i tenårene en gang. Vi husket hverandre. Men utover det har vi ikke kontakt i dag, svarer Nicolay.

VAR HEKTA PÅ «HAIEN KOMMER»

Innendørs i barnehagen var det «baserommet» som var Nicolays favorittarena.

– Det var et rom fullt av store puter der vi lekte «haien kommer». Det likte jeg veldig godt, sier han.

Nicolay kan fortsatt se for seg hvordan det så ut i Ruglandveien barnehage, den dag i dag. Det var umalte trevegger og et langbord med mange små stoler. En til hver av oss. Og så hang det barnetegninger på alle veggene, sier han.

LÆR BARN Å VÆRE SNILLE

Nicolay, som er relativt nybakt pappa til lille Aksel, mener det viktigste vi kan lære barna våre, er å være snille mot hverandre.

– Dette bør vi lære dem tidlig. Det er viktig å være snill og å respektere hverandre. Jeg tror dette er to sentrale nøkler for fremtidig god oppførsel. Dessuten mener jeg at vi må lære barna at rausket og ydmykhet i møte med andre mennesker er en selvfølge. Dette er helt elementært og bør være «pensum» i barnehagen, fastslår ettbarnsfaren.

I Nicolays øyne er en god barnehage også et sted med masse lek og variasjon i aktiviteter, samt fleksible åpningstider med tanke på at foreldre har ulike behov.

godkommunikasjon@gmail.com



UTELIV: Barna liker å sitte på spikkebenken og spikke rundt bålpanna: Jacob Egge Sørli (t.v.), Magnus Helmen Heggen, Natalie Dynna og Jonas Johansen.

LA OM DRIFTEN etter pandemien

I Røysum barnehage fungerte endringene de måtte innføre under pandemien, så bra **at de ikke vil tilbake til slik det var før.**

TEKST: MERETE SILLESEN FOTO: MARIANNE OTTERDAHL-JENSEN

Røysum barnehage på Hadeland måtte som alle andre barnehager i Norge endre driften under pandemien. De hadde mindre grupper, barna ble levert ute, og de var mye mer ute enn vanlig. Det førte til tryggere barn og mindre slitne voksne, og var så vellykket at barnehagen valgte å legge om den tidligere driften.

GLADERE BARN

Under pandemien ble barna delt i kohorter og måtte starte dagen utendørs fordi det ikke var plass til alle inne. Barnehagens bålhytte inne på barnehageområdet ble brukt som varmestue. Barnehagen har også grillhytte i skogen og hagehytte på området til diakonstiftelsen Røysumtunet, som den er en del av. De har også skiløyper og akebakke i nærheten.

– Vi opplevde at flere barn som tidligere

hadde vært usikre og tilbakeholdne, slo ut i full blomst og viste en annen side av seg selv. De virket gladere, ble mer utadvendte og boltret seg mer i barnehagen da de fikk være ute hele dagen. Det er ikke alle som liker å være tett innpå andre hele tiden, heller ikke barn, forteller styrer Monica Nysveen. De har også

Dette førte endringene til

Det er mindre støy og mindre logistikk med rydding, matservering og påkledning.

Ansatte har mye bedre tid, har blitt roligere og tar flere ting på sparket. Det har blitt færre overganger og logistikk.

De ansatte avbryter barna mye mindre i lek.

De ansatte opplever å ta flere valg i løpet av en arbeidsdag, fordi de ikke er bundet til et fast opplegg.

De ansatte styrer barna i mindre grad enn før. Barn får ta mer plass i egen hverdag. Leken har fått enda større rom.

De har mer frihet til å la barna leke og utfolde seg uten noen begrensninger i rom og støy.

De minste har fått en tryggere og roligere base inne og slipper å dele rom med hele barnegruppa. Det gir bedre vilkår for trygg tilknytning og utvikling på barnas premisser.

Det er blitt et større fellesskap i personalgruppa fordi de jobber felles med alle barna og ikke på avdelinger.

Kilde: styrer Monica Nysveen

EGEN GRILLHYTTE: I Røysum barnehage på Hadeland har de fortsatt å lage mat ute også etter pandemien. Natalie Dynrå (5) bærer på en nystekt pizza til Magnus Helmen Heggen (5) Jacob Egge Sørli (5) og Jonas Johansen (5).

«Personalet er blitt blidere på jobb. Den sjenerende støyen er redusert, og den fysiske belastningen med for eksempel påkledning er borte.»



FORNØYDE: Foreldrene Linda Olsen (t.v.) og Siri Langbo forteller at utebarnehagen har vært veldig bra for sønnene Peder (5) og Gustav Olsen (3,5) og Emre Bratlie (4).

en minibuss de bruke hver uke for litt lengre utflukter med en liten gruppe barn.

FROKOST I BÅLHYTTA

Pedagogisk leder Siw Merethe Skovly forteller at 2–6-åringene nå alltid begynner dagen ute, med frokost i bålhytta. For de aller minste ser de ansatte an vær og temperatur. Tidligere delte alle aldersgrupper de samme arealene inne i barnehagen. Nå har ettåringene fått bedre plass og fungerer som en småbarnsavdeling.

– Vi hadde en veldig tradisjonell hverdag før pandemien. Alle barna startet inne med frokost. Det var en morgen fylt med mye bråk, lett kaos, og hvor vi så at enkelte barn ikke trivdes. Men i det systemet vi hadde da, var det vanskelig å gjøre noe med det, forteller styrer Monica Nysveen.

Det var innetid frem til etter lunsj, før alle barna skulle kles på og være ute resten av dagen. De minste skulle sove. I ettertid har personalet snakket mye om hvor mye tid de brukte på blant annet påkledning og logistikk. Det var ikke mye rom for den gode samtalen, enkeltindividet og barns medvirkning i det gamle systemet. I dag har personalet tid til å bare være med barna, snakke med dem, trøste, veilede og hjelpe dem.

MINDRE STØY OG BLIDERE ANSATTE

– Personalet er blitt blidere på jobb. Den sjenerende støyen er redusert, og den fysiske belastningen med for eksempel påkledning er borte, forteller styreren.

– Jeg ante ikke at jeg var et utemenneske



UTELEK: Da barnehagen satset på å være mer ute etter pandemien, ga det mer frihet til å la Magnus (t.v.) Jonas, Natalie og Jacob leke og utfolde seg uten noen begrensninger i rom og støy.

Røysum barnehage

Den er privat og eies og drives av Diakonstiftelsen Røysumtunet i Gran på Hadeland.

Den startet som bedriftsbarnehage i 1987.

Den har 28 barn på en avdeling og 9 ansatte.

Det er ingen bussforbindelse til barnehagen.

før pandemien kom, innrømmer pedagogisk leder Siw Merethe Skovly, som forteller at hun nå går hjem fra jobb og er sliten på en god måte, ikke av mye lyder og stress.

Styreren presiserer at de ikke er en ren utebarnehage. De har tilgang på arealer innendørs i andre bygninger på Røysumtunet, som de bruker ukentlig. I festsalen har de mini-røris, og de har organiserte lekegrupper gjennom uka hvor det går på rundgang hvem som har litt innetid.

TRYGGERE BARN

Gustav Olsen (3,5) forteller at han liker å klatre, gå på tur til grillhytta og lage mat.

«Jeg ante ikke at jeg var et utemenneske før pandemien kom.»

STYRER: – Vi opplevde at flere barn som tidligere hadde vært usikre og tilbakeholdne, slo ut i full blomst da vi hadde mindre grupper under pandemien, forteller styrer Monica Nysveen.



HAGEHYTTE: Gustav Olsen og de andre barnehagebarna kan bruke hagehytta til Diakonstiftelsen Røysumtunet når de er ute hele dagen.

– Det er utedo der, men jeg kan tisse hjemme, sier Gustav.

Pedagogisk leder Siw Merethe forteller om en viss skepsis til utedoen i starten, men at de aller fleste barna nå synes det er helt greit å bruke den. Linda Olsen er mor til Peder (5) og Gustav (3,5), pluss tre eldre barn. Hun forteller at de som foreldre har merket en positiv utvikling, spesielt hos Peder, som er beskjeden og trenger lang tid på å bli trygg.

– Etter at uteprofilen ble innført, har Peder blitt mye mer utadvendt og trygg. Han tør å prøve nye ting og prater mer enn før. Det synes vi er veldig bra, spesielt før skolestart, sier Linda, som opplever det positivt at sønnen nå også gjerne vil være ute i helgene.

LAGER MATEN UTE

Siri Langbo har Emre Langbo (4) i barnehagen, og hun er ikke i tvil om at lillesøster Saga (8 måneder) også skal begynne her.

– Vi har fått nyttig informasjon om hva slags uteklær som er nødvendig i ulikt vær, og det er veldig greit å levere Emre ferdig påkledd. At vi må vaske utetøyet litt oftere, er ikke noe problem, sier hun.

Styreren forteller at noen foreldre har kommet med ønsker om mer innetid, og at de tar alle innspill på alvor. Det har vært en overgang, spesielt for foreldre som var vant til den gamle måten å drive barnehagen på. Nå ser det ut til at alle trives med den nye barnehagedagen, der også maten lages ute, enten i bålhytta eller i grillhytta.

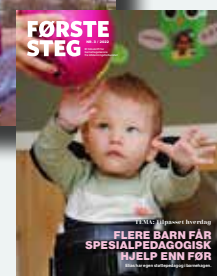
ramesil@hotmail.com



BÅLHYTTE: Barnehagen har også en egen bålhytte inne på barnehagens område. Der spiser de alltid frokost: Lukas Lundhaug (4) (t.v.), Laurits Sagengen (3,5) på fanget til pedagogiske leder Siw Merethe Skovly og Elise Knutsen (3,5).

ANNONSE

Bestill annonser for 2023



Utgivelsesplan
annonsefrist/utgivelsesdato

- 1 8. februar / 10. mars
- 2 26. april / 26. mai
- 3 6. september / 6. oktober
- 4 1. november / 1. desember

Visste du at annonser hos oss sees av 74 000 lesere?

Annonseinformasjon:



Kontakt: Mona Jørgensrud i HS Media, mj@hsmedia.no

Lekelyst ute

Bygg hytter ute

På lekeplassen er det godt med armslag til å bygge stort. La barna skape sin egen verden med tepper, planker og kasser.

Hyttebygging er en del av barndommen. Når barna får bygge noe selv, kjenner de samtidig selvstendighet og mestring. De bærer, frakter og plasserer tingene der de selv synes det passer. De blir langt stoltere av det de skaper selv, enn det som blir laget til dem. Kanskje blir byggverket et slott, ei sykestue eller et helikopter som tar oss helt inn i jungelen?



Trude Anette Brendeland

trubrende@hotmail.com

Barnehagelærer, forfatter og foredragsholder som står bak fantasifantasten.no. Hun jobber i Eventyrhuset lekeverksted i samarbeid med Fantoft gård Sammen-barnehage, Bergen. Hun gir deg ideer som tryller om uteplassen til et yrende sted for kreativitet, fantasi og lek.

Fruktkasser, bruskasser og murerbaljer kan fungere som store byggeklosser. Barna bruker dem til alt fra vegger til hyller og møbler. Sammen med vaskbare stoffer og klesklyper kan det bli tre rom og kjøkken på en, to, tre.

For å kunne bygge hytter og kjøretøy trenger barna rikelig med åpent byggemateriell. Det kan være stoffer, planker, sykkel felger og store rør. Materiellet kan oppbevares i et skur, eller i en egnet låsbar kasse. Enkle bukker fra byggevarehandelen kan bli stødige reisverk som andre materialer kan hvile på.



Å konstruere ei hytte eller et kjøretøy av stoffer, kasser og planker er moro i seg selv, men byggverkene kan lede videre inn i en verden av rollelek. Å få bygge stort kan bli lange prosesser som får vare helt til halv fem og bortenfor.



Har dere en parasoll i barnehagen? Ta den ned på nederste hakk og heng stoffer oppå den med klesklyper. Det kan bli et spennende krypinn som har plass til mange barn. Kanskje trenger man ikke gå inn for å spise frukten i dag – bare bli i leken og få frukten servert i den lune hulen?



La oss ta naturen tilbake til barnehagen

Å være ute med barna i naturen trenger ikke være i skogen eller fjæra. Området innenfor barnehagens gjerder er ofte nok for å gå på oppdagelsesferd.

ILLUSTRASJONSFOTO: ADOBE STOCK

Hva kan barn vinne på å få bevege seg over røtter, hoppe fra stein til stein over bekken og få ligge på magen i en søledam og slurpe i seg sølevann? Å få muligheten til å plukke opp en liten stein og gi den til den som de akkurat da har lyst til å fortelle «Jeg liker deg»? Det skal jeg svare på i denne artikkelen.

UTFORDRER HELE BARNET

Treets greiner svaier under vekten av det klatrende barnet. Lover ikke at de holder. Barnet føler seg fram, kan kjenne barkens overflate, noen steder glatt, andre steder ru, tynne greiner som er for svake til å holde fast i, tykke greiner som er for tykke til å få tak rundt, der – endelig, en grein til å holde godt rundt. Barnet beveger seg oppover, utover og nedover ut fra sine evner. Når foten settes prøvende på en grein, og greinen ikke gir foten støtte, da vurderer barnet naturlig risikoen – om greinen er til å stole på eller ikke.

I møte med fallende løv og krokete røtter blir hele barnet utfordret. Føtter, knær, armer, fingre, hode – hele kroppen tenker, sanser, beveger seg og opplever (Bagøien, 2003). Naturen er et sted som spiller på alle barnets sanser. Fyller barnet med undring over hvordan mauren kan bære så mye når den er så liten, stillheten når snøen daler ned, den sitrende følelsen etter å ha landet med begge beina på andre siden av bekken, kalde tær i støvlene en grå høstdag. Hender som sakte kjennes som deres egne igjen etter å ha varmet seg ved bålet.

FINNER LØSNINGER OG RO

I naturen blir barnet fylt med ulike opplevelseskvaliteter, og gjennom sin måte å oppleve natur på, gjennom å tillegge

planter og dyreliv, forbindes barnet med verden. Og gjennom sin tenkende kropp og sin kroppslighet forstår barnet sine omgivelser og finner løsninger (Bagøien, 2003). For treet som det ene barnet med letthet beveger seg rundt i, vil for et annet barn representere det uoverkommelige. For det barnet vil det kanskje være utfordring nok å bevege seg over røtter og ujevnheter på bakken, og kanskje fanges det mer av trangten til å undersøke hvordan det ser ut under barken? Eller av stubben, som kan omformes til en trone, eller kanskje en scene? Kanskje kan stubben graves løs og veltes? Barn fanges av det de kan gjøre om på, og det de kan bygge med og lage noe av. For ikke å glemme det de kan gjemme seg under. Naturen kan tilby barna rikelig med lekematerialer, og naturen kan også være et godt sted for å finne ro og skjerming.

HØRER DU GRESSET GRO?

«Hysj, kan du høre gresset gro?» sang Jarl i Portveien 2. Barns naturmøter kan romme uendelig mye mer enn lek i natur. Haukeland og Lund-Kristensen (2019) framhever betydningen av å legge til rette for en organisk og forutsigbar hverdagsrytme hvor barn kan bli til seg selv. Gjennom undring, nysgjerrighet og bevegelse i deres naturmøter, skriver Sanderud og Gurholt (2014) at barna søker å vinne erfaringer og innsikt i grunnleggende spørsmål om seg selv: Hvem er jeg, hva kan jeg (klare), og hva er det jeg er omgitt av?

MEITEMARK UNDER STUBBEN

Barn er ikke så opptatt av å gå langt, eller å nå toppen og få se den storslagne utsikten. For de yngste barna er området innenfor gjerdet ofte nok for å gå på oppdagelsesferd. Barn liker å komme tilbake til samme sted, å fortsette der de slapp sist. Å studere småkryp kan være natur nok. Med

UTELEK: Barn kan også være nær naturen innenfor barnehagens gjerder, hvis de får lov å ta med stokker og kongler fra skogen eller leke i en søledam, mener barnehagelærer Siri Berner.



nysgjerrighet ser de på, kjenner de på, kanskje smaker, kanskje spytter ut eller kanskje de svelger noe. Barn prater med det som er nær dem. Som den grå steinen med lyse flekker, eller sommerfuglen som flyr fra blomst til blomst. Eller meitemarken som akkurat kom til syne under stubben. Stubben som de klarte å velte når de arbeidet sammen. Denne nære kontakten mellom barn og natur beskriver Lindholm (2018) som vennskap. Vennskap med meitemark, sølevann og vakre sommerfugler. Og gjennom disse vennskapene knytter barna bånd.

NATUR INNENFOR GJERDET

Barnehagene har gode muligheter til å bringe barna til naturen, og naturen til barna. Erfaringer fra barnehagelivet tilsier at natur ofte er betegnelsen for noe som befinner seg utenfor barnehagens gjerde (Bartnæs & Bergan, 2018),

” For de yngste barna er området innenfor gjerdet ofte nok for å gå på oppdagelsesferd.

som fjæra, skogen og marka som barnehagene besøker. Men natur kan forstås som mye mer enn det. Natur kan også forstås som de delene av barnehagens uteområde som består av sand, jord, gress, planter, kongler, trær, bekker og blomster. Og samtidig så er naturen også mer enn blomster, trær og insekter. Naturen er nemlig også stor, hemmelighetsfull, dyp og komplisert. Et sted for sterke sansemessige opplevelser (Maanum, 2010).

EN STUE AV PILETRÆR

Naturen må være nær og tilgjengelig. Har ikke barnehagen



et naturlig uteområde? Ja, så ta naturen tilbake til barnehagen. For ønsker barn seg fast dekke ute i barnehagen? Neppe. Studier viser derimot at barn liker steder i naturen eller steder med naturelementer spesielt godt (Fasting & Løndal, 2016). Barn vil være der hvor gresset gror, hvor terrenget er ujevnt nok til at det kan dannes søledammer. Hvor piletrærne flettes sammen i toppen og danner en skog, hvor de kan sitte sammen og undre seg over maurens ferd. For barn sanser og er i bevegelse i naturen, men det er først når de retter oppmerksomheten mot bestemte detaljer og bestemte sanseintrykk, at de opplever. Og ved å være oppmerksom og nysgjerrig strekker barn noe av seg selv ut i omgivelsene, og trekker fenomenet tilbake inn i seg, og ut fra det dannes opplevelser (Bagøien, 2003). Og piletrærne, de forvandles til ei lun og koselig stue hvor barn kan sette seg godt til rette i sofaen, sofaen som har ryggstøtte av tette trær, og der kan de sitte sammen og se på Peppa Gris.

FÅ STUBBER FRA NABOEN

Å være nær natur handler om å få etablere vennskap med naturen, også innenfor barnehagens gjerde. Det handler om den direkte kontakten med elementer fra naturen (Hallås & Karlsen, 2015). At noen har plukket kongler og kastanjer som har fått bli med til barnehagen. Å få stubber fra naboen som har felt trær. Å få lov til å bære med seg

UTFORSKER: For noen barn vil det være utfordring nok å bevege seg over røtter og ujevnheter på bakken, eller å undersøke hvordan det ser ut under barken, mener barnehagelærer Siri Berner.

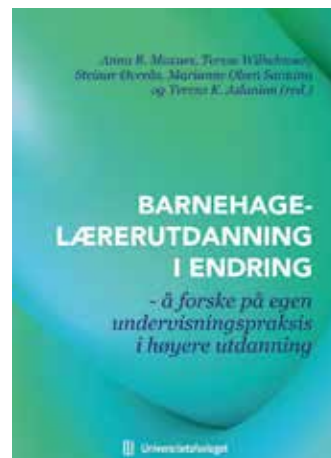
” Barn er ikke så opptatt av å gå langt, eller å nå toppen og få se den storslagne utsikten.

stokker fra skogen. Å være sammen om å strø blomsterfrø langs barnehagens gjerde. Å sette plantekasser opp på det faste dekket og fylle dem med jord, bærbusker eller tomatplanter og kanskje noen blomsterfrø. Å lage en kompostbinge sammen med barna eller på dugnad, og la barna fylle de små trillebårene med gress og kvister, trille det til bingen og lempe det oppi. Å få muligheten til å kjenne hvordan det føles når sølevannet trekker gjennom votten. Å se solsikkene spire og senere vokse seg høyere enn barnet selv. Og bak hytta som nå bygges av stokker fra skogen, der vil sikkert noen spirer bli dratt opp fra jorda. Kanskje vil spirene også smakes litt på, før spirene havner i suppa, sammen med de grønne ripskartene. Suppa blir med bort til den gamle trebåten. Noe søles ut på veien oppi båten. Over ripa ser vi over til høyden bak epletreet, hvor vi kan skimte spor av noen som har akt seg nedover, og kanskje kravlet oppover igjen, lenge etter at snøen var smeltet vekk. Gjennom naturen innfor barnehagens gjerde kan barnet oppdage, sanse, knytte vennskap og finne ro.

Litteratur

- BAGØIEN, T. E. (2003). *Barn og natur i samspill*. I: T. E. Bagøien (red.), *Barn i friluft: om verdifullt friluftsliv*. Oslo: SEBU forlag.
- FASTING, M. L. & LØNDAL, K. (2016). *Magien i utetiden*. I: M. Øksnes & E. Sundsdal (red.), *Læring: Barndom i barnehagen* (s. 95–116). Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- HALLÅS, O. & KARLSEN, G. (2015). *Natur og dannelse: profesjonsutøvelse, barnehage og skole*. Bergen: Fagbokforlaget.
- HAUKELAND, P. I. & LUND-KRISTENSEN H. (2019). *Den livskraftige barnehagen: En økofilosofisk-pedagogisk tilnærming*. Studier i Pædagogisk Filosofi, Årgang 8 (1), 69–89. Hentet fra <https://doi.org/10.7146/spf.v8i1.113923>
- LINDHOLM, M. (2018, 21.10.18). *Gi ikke barna vernebriller*. Hentet fra <https://www.aftenposten.no/mening/kronikk/i/bKx8Av/gi-ikke-barnehagebarna-vernebriller-markus-lindholm>
- MAANUM, L. (2010). *Mangfoldig naturglede i barnehagen. Lek med natur, miljø og teknikk*. Oslo: Kommuneforlaget.
- SANDERUD, J. R. & GURHOLT, K. P. (2014). *Barns nysgjerrige lek i natur: Utforskende dannelse*. Nordic studies in education, 34, 3–20.

Nyheter fra Universitetsforlaget!





Barnehagen serverte barna spennende retter og smaker

Da styrerne lot barnehageansatte bruke sin matkompetanse for å servere barna nye smaker som pilau, mango, chili og ingefær, ble matkulturen i barnehagen endret.

FOTO: BUSHRA FATIMA SYED OG ADOBE STOCK

O slo er en mangfoldig by og tilbyr mange spennende retter og smaker fra verden. Dette kan også gjenspeiles i Oslo-barnehager, der barnehagepersonalet vil møte barn og foreldre som spiser ulik mat, og kjenner til ulike matkulturer hjemmefra.

«Kultur er den ballast av ideer og normer som en person bærer med seg ut fra hva personen har lært og erfart: hans/hennes kunnskaper, konvensjoner, meninger, holdninger og verdier» (Barth, 1994, s. 297). Matkultur kan være hva vi forbinder med mat, enten fra landet vi bor i, eller fra matopplevelser og matlaging vi har vokst opp med. Matkultur, som annen kultur, er hele tiden i endring. Det finnes ulike matkulturer i barnehager, og barnehagepersonalet har ulike matfaglige praksiser (Eriksen & Sajjad, 2019).

Den pedagogiske ledelsen i barnehagen har hovedansvar for å lede personalets praktiske, matfaglige arbeid med barn. I barnehagesammenheng er det begrenset forskning på *pedagogisk ledelse av matarbeid i et mangfoldsperspektiv* (Lindboe, 2010; Lindhardt, 2017; Syed & Tuset, 2021). For å undersøke det nærmere besøkte jeg tre private barnehager som hadde mat og kosthold som forankret satsingsområdet i sine årsplaner, og gjennomførte ni kvalitative dybdeintervjuer med styrere, pedagogisk ledere og ressurspersoner.¹

MATFAGLIG KOMPETANSE SOM RESSURS

I alle barnehagene jeg besøkte, så ledelsen på personalets matfaglige kompetanse som en ressurs (Gjervan, Andersen & Bleka, 2012; Hauge, 2016). Det er ingen selvfølge at personalets matfaglige kompetanse aktivt brukes som ressurs for å styrke et variert mattilbud, som en del av barneha-

¹ Barnehagene og informantene er anonymisert og har fått tildelt fiktive navn i artikkelen.



gens pedagogiske arbeid. Barnehagene hadde flerkulturelt personale med både interesse og praktisk kompetanse om matlaging. Styreren Trine i en av barnehagene fortalte at 50 prosent av personalgruppen hadde flerkulturell bakgrunn fra land som Tyrkia, Russland, Island, Somalia, USA og Norge. Personalet fikk lov til å lage mat på kjøkkenet og servere barna ulike matretter, som for eksempel linsesuppe og kjøttboller med ulike ingredienser. Kjøkkenet var en viktig del av barnehagens fysiske miljø og et møtested for både barna og personalet. Styreren fortalte at de i hovedsak serverte barna økologisk mat og vegetarmat, og at barnehagen var Debio-sertifisert. Det betyr at barnehagen serverte sunn, naturlig, økologisk mat, produsert uten sprøytemidler og kunstgjødsel. Saima og Knut ble løftet frem av ledelsen som viktige «ildsjeler» og ressurspersoner i barnehagens matfaglige arbeid.

LAGDE PILAU OG VEGETARLASAGNE

Saima var ansatt som kjøkkenassistent tre ganger i uken, og som pedagogisk medarbeider to ganger i uken på en avdeling. Hun hadde pakistansk bakgrunn, hadde bodd 32 år i Norge og jobbet 16 år i denne barnehagen. I samtale med Saima fortalte hun at hun lagde lunsj tre ganger i uken for alle avdelinger. Styrer og styrerassistent organiserte og kjøpte inn basismatvarene. Saima syntes det var morsomt å lage mat for alle seks avdelingene. Hun fortalte at hun hadde frihet i matlagingen og varierte mellom matrettene. «Jeg styrer kjøkkenet hovedsakelig selv og planlegger menyen, men personalet kan også komme med forslag».

” Vi har urtene tilgjengelig på bordet i ulike boller, og etter en stund så merket vi at barn blir mer nysgjerrige på dem.

Hun brukte forskjellige typer grønnsaker som blomkål, brokkoli, gulrøtter, poteter, aubergine og squash i de ulike matrettene. Vegetarlasagnen ble laget av poteter, aubergine og squash. Barna og personalet fikk også servert brødmat, dal og mango-salat. En populær matrett Saima serverte i barnehagen, var en pakistansk risrett, vegetar pilau², en gang i måneden. Saima beskrev det som «festmat». Retten besto av hvit basmatiris, olje, salt, løk, krydder, grønnsaker og poteter eller kikerter. Pilau er en rett som lages på ulike måter blant pakistanere. Barna ga risretten navnet Saima-ris, og den ble servert en gang i måneden. Barn fikk også servert naturell yoghurt og salat til retten. Saima påpekte under samtalen at hun opplevde at alle i barnehagen respekterte henne. Hun ble også møtt med anerkjennelse for arbeidet sitt.

ANSATT EGEN KOKK

I en av barnehagene jeg besøkte hadde de ansatt en kokk. Kokken Knut lagde frokost, varm lunsj og ettermiddagsmat fem dager i uka. Knut satte opp menyer med en vegetardag og to fiskedager i uka. Han brukte mye frukt og krydder. Knut lagde alt fra norsk husmannskost til thailandske og

² Retten blir tilberedt av langkornet ris, løk og buljong i en gryte, tradisjonelt sammen med kjøtt eller kylling. Etter at risen og buljongen er kokt opp uten lokk, settes lokket på slik at retten blir dampet videre. Det er ulike oppskrifter og ingredienser som brukes i ulike land og kulturer.



Fag og forskning



HJEMMELAGET: Knuts fiskeburger med hjemmelaget burgerbrød og salat ble en populær rett i barnehagen.



OPPDELT: Barna får servert laksen sammen med oppskårne grønnsaker som agurk, gulrot og purreløk.

KNUTS LAKSETACO: Det ble en populær rett i barnehagen. Barna kan forsyne seg selv med tortillalefse, mais, grønnsalat, agurk, mango, hvitost, rømme, salsa og tortilla chips.



RETTE PILAU: Den pakistanske retten pilau er laget av kikerter og serveres med naturell yoghurt og salat (salatblader, paprika og mais).

NYE SMAKER: Barna fikk servert bao buns med laks. Bao bun er dampede, runde brød eller boller med fyll. Den kommer fra det kinesiske kjøkkenet, og lages i ulike varianter i flere land.



indiske retter. Kokken fortalte at det var viktig å beholde litt av den tradisjonelle norske matkulturen. Han serverte derfor kjøtt og fisk med ulike kulturelle uttrykk, for eksempel laksetaco med mango.

Knut påpekte: «Det er litt forskjellig fokus og tilbud i ulike barnehager. Mitt fokus har vært at jeg vil beholde litt av den tradisjonelle norske matkulturen, sånn at den ikke skal bli borte». Barnehagepersonalet og styreren fortalte at Knut var en av de mest populære voksne blant barna. Barna og enkeltbarn fikk lov til å besøke Knut på kjøkkenet, lage mat eller se på. Knut gikk rundt på avdelingene og snakket om mat med personalet og barna.

ULIKE KRYDDER OG URTER

De to styrerne jeg intervjuet, Sara og Trine, påpekte verdien av å servere mat fra andre kulturer enn tradisjonell norsk mat. Trine fortalte at når personalet lagde mat, ble det brukt ingredienser som kokosmelk, bulgur, søtpotet, linser og bønner. Ulike krydder og urter, som chili, ingefær og koriander, ble brukt for å lage milde, men spennende smaker for barna. Trine påpekte at det kunne ta litt tid å gjøre barna vant til nye smaker som ulike urter. Men når barna først fikk utforske og ble trygge på nye smaker, så ble de mer vant til dem. «Vi har for eksempel urtene tilgjengelig på bordet i ulike boller, og etter en stund så merket vi at barn blir mer nysgjerrige på dem.» Barns medvirkning er viktig i arbeid med mat, og smakstallerkenen er et pedagogisk og didaktisk verktøy som kan brukes for å gjøre barna tidlig kjente med og trygge på variert mat og smaker gjennom sanseopplevelser. En smakstallerken kan bestå av

ulike matprøver av fristende mat som ulike grønnsaker, frukt, ost eller annen mat (Langholm & Tuset, 2021, s. 99–101). Personalet kan lage matprøvene på forhånd, eller barna kan delta i forberedelsene. Styrerne påpekte at når barna tidlig får erfare ulike matretter og smaker i barnehagen, vil de ha gode forutsetninger for å prøve det senere i livet.

ENDRET MATKULTUREN

Ledelsen i de tre barnehagene hadde en ressursorientert tilnærming til hele barnehagepersonalets matfaglige kompetanse. Dette påvirket og endret matkulturen positivt i barnehagene. De ansatte var villige til å jobbe aktivt med mat som tema og var åpne for å servere barna nye «ekso-tiske» matretter. Selv om barnehagene består av personale med minoritetsbakgrunn og flerkulturell bakgrunn, så er det ikke nødvendigvis slik at ledelsen tar konsekvensen av mangfoldet i praksis (Gjervan, Andersen & Bleka, 2012; Hauge, 2016). Det er barnehageledelsen som har ansvar for å sette det matfaglige arbeidet på dagsorden og å implementere det både i årsplanene og i praksis. Det må være et vedvarende prosjekt, og barnehagepersonalets «ildsjeler» og ressurspersoner må få lov til å dele sin matkompetanse. Barnehager bør se verdien av å servere mangfoldig mat fra verden med spennende retter og smaker til barna. Samtidig er det viktig å tilby barna et variert og sunt mattilbud i tråd med rammeplan, årsplan og faglige retningslinjer (Helsedirektoratet, 2018; Kunnskapsdepartementet, 2017). Det er lite forskning på ledelse av matarbeid i barnehagen. Gjennom intervjuer med ledelsen og barnehagepersonalet i tre barnehager har jeg forsøkt å komme med gode eksem-

” Når barna tidlig får erfare ulike matretter og smaker i barnehagen, vil de ha gode forutsetninger for å prøve det senere i livet.

pler på noen som både satser og mestrer dette arbeidet i praksis (Syed & Tuset, 2021).

Litteratur

BARTH, F. (1994). *Manifestasjon og prosess. Det blå bibliotek*. Universitetsforlaget.
ERIKSEN, T.H. & SAJJAD, T.A. (2019). *Kulturforskjeller i praksis. Perspektiver på det flerkulturelle Norge*. Gyldendal Akademisk Forlag.
GJERVAN, M., ANDERSEN, C.E. & BLEKA, M. (2012). *Se mangfold! Perspektiver på flerkulturelt arbeid i barnehagen*. Cappelen Akademisk Forlag.
HELSEDIREKTORATET. (2018). *Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i barnehagen. Anbefalinger for mat og måltider i barnehagen*. Hentet fra <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/mat-og-maltider-i-barnehagen>
HAUGE, A.M. (2016). *Den felleskulturelle skolen*. Universitetsforlaget.
KUNNSKAPSDEPARTEMENTET. (2017). *Rammeplan for barnehagen: Forskrift om rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver*. Hentet fra <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/rammeplan/>
LANGHOLM, G. & TUSET, E.H. (2021). *Matglede i barnehagen* (2. utg.). Fagbokforlaget.
LINDBOE, I.M. (2010). Kropp, tro og moral: Mat og måltider i barnehagens praksis. I: B.U. Wilhelmsen & A. Holthe (red.), *Måltider og fysisk aktivitet i barnehagen – barnehagen som arena for folkehelsearbeid*. Universitetsforlaget.
LINDHARDT, E.M. (2017). Mat og måltider i fremtidens barnehage – et mangfoldsperspektiv. I: B.U. Wilhelmsen (red.), *Mat og måltidsaktiviteter i barnehagen*. Universitetsforlaget.
SYED, B.F. & TUSET, E.H. (2021). Engasjement for matfaglig arbeid hos pedagogisk ledelse i mangfoldige bybarnehager. I: K-A. Jørgensen-Vittersø og U. Vik (red.) *Barn i by. Natur, helse og bevegelse i byer og bynære strøk*. Universitetsforlaget.



ANNONSE



PAKKETILBUD TIL BARNEHAGER

Våre mest populære produkter!

YOGA FOR BARN
MINDFULNESS
FORTELLERKORT
AKTIV MORO



SHOPELEKELYKKE.NO/BUTIKK/PAKKETILBUD

Lekelykke

Vår drøm er at leken blir ivaretatt, at aktivitet som gir glede får stor plass i hverdagen og at gode relasjoner blomstrer.

LES MER OM OSS PÅ LEKELYKKE.NO



Læring i barnehagen – er det så nytt?

Når vi diskuterer lek og læring i barnehagen, er ikkje diskusjonen så ny som vi trur.

Barn sin rett til lek finn vi innskriven i FN sin barnekonvensjon, artikkel nr. 31. Det er i dag aukande satsing på læring og tidleg innsats i sentrale styringsdokument (Utdanningsdirektoratet, 2017) for barnehagen. Fleire uttrykker bekymring for at læringstrykket i barnehagen aukar. Det kan vera lett å tenkja at debatten kring lek og læring er av nyare tid, men historisk er ikkje det å sjå barnehagen som ein læringsarena så nytt (Jansen, 2014, s. 29). Artikkelen syner korleis forholdet mellom lek og læring har vore aktuelt sidan barnehagen si byrjing, med referanse til Friedrich Frøbel og Maria Montessori.

FRØBEL OG DEN FRIE LEKEN

Friedrich Frøbel (1782–1852) er for mange kjent som grunnleggjaren av den moderne barnehagen på midten av 1800-talet og var den første som bringa leiken inn som ein sentral del av pedagogikken, ved å kopla han til arbeid (Greve et al., 2014, s. 19–21). Frøbel ønskte å gje barn eit godt grunnlag til dei begynte på skulen. Vaksne skulle vera aktive i samspel med barna, utfordra dei gjennom samtale og instruksjon i samband med det han kalla for «lekegaver» (Jansen, 2014, s. 29; Johansson, 2004), eller pedagogisk materiell, som vi kan kalla det i dag.

Dagens debatt kring lek og læring handlar òg mykje om kor stor innblandinga til den vaksne skal vera. Om barnehagelæraren ikkje er medviten på dette spørsmålet og korleis vi møter barn som leikar, er det fare for at leiken vert redusert til eit middel for læring. Det er likevel for enkelt å hevda at lek og læring ikkje kan sjåast i samanheng. Då

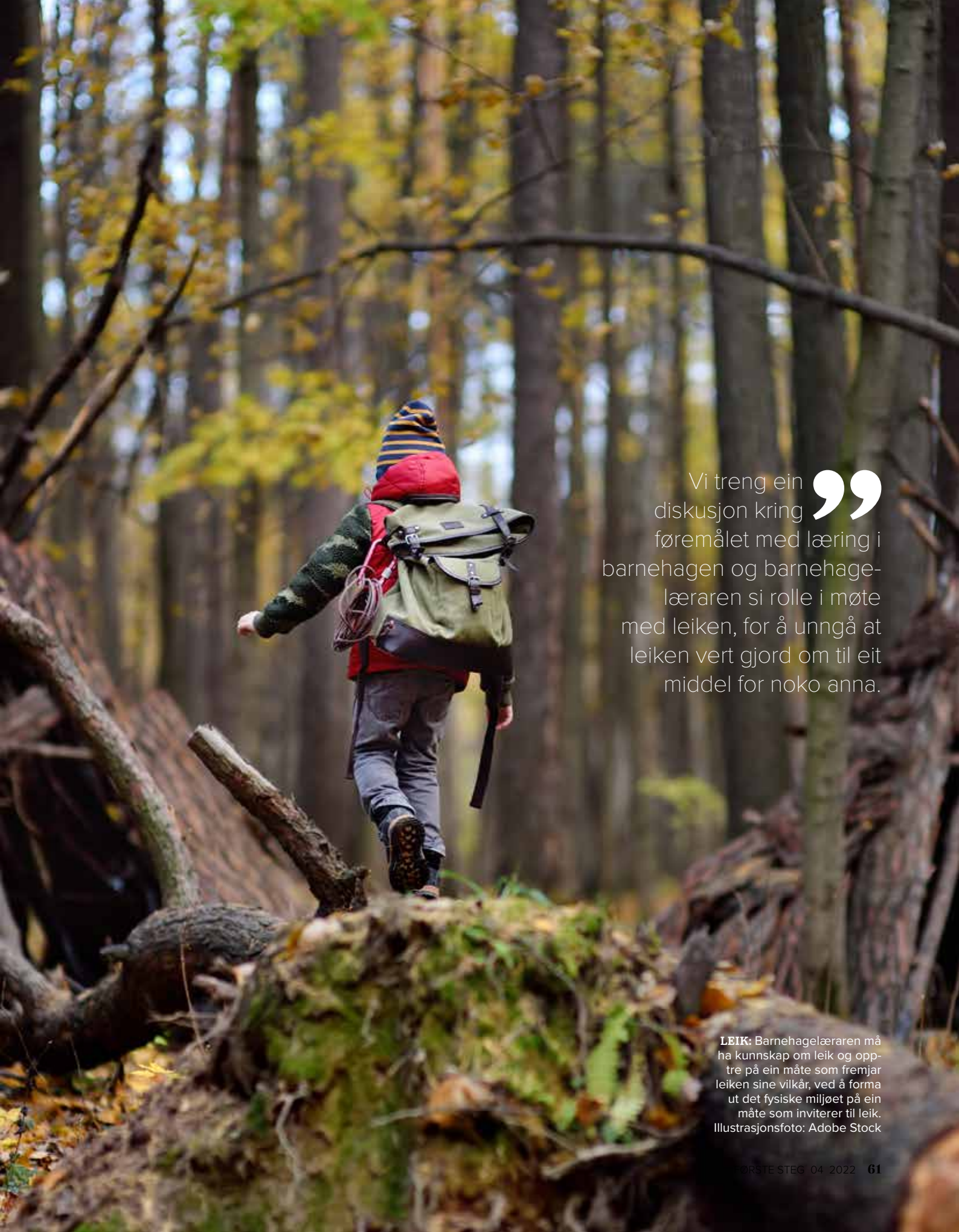
viser vi ikkje omsyn til at det faktisk skjer mykje verdifull og spontan læring når barn leikar (sjå bl.a. Veslemyr, 2014; Olofsson, 1993; Utdanningsdirektoratet 2017, s. 20–21; Øhman, 2012). Dette er læring vi som vaksne på sidelinja kan erkjenne at skjer, sjølv om barna berre leikar for å leika.

Ved å ikkje sjå lek og læring i samanheng viser vi ikkje omsyn til den viktige rolla barnehagelæraren spelar. Barnehagelæraren må stelle seg aktiv til barn sin lek, som er ein grunnleggjande og viktig del av barn sine liv. Vi skal ikkje alltid delta aktivt i leiken, men barnehagelæraren må vere tilgjengeleg for barna ved å støtte, inspirere og oppmuntre dei i leiken (Utdanningsdirektoratet, 2017, s. 20–21). Barnehagelæraren må ha kunnskap om lek og opptre på ein måte som fremjar leiken sine vilkår, ved å forma ut det fysiske miljøet på ein måte som inviterer til lek.

Frøbel såg òg føre seg ei aktiv vaksenrolle. Barnet skulle ikkje overlatast til ein «la-det-skure»-pedagogikk, eller til ein pedagogikk der vaksne «fyller» barna med kunnskap (Johansson 2004, s. 261). Den vaksne skulle samspela saman med barna, veksle mellom sjølv å visa veg og la barna visa vegen (Greve et al., 2014, s. 18–20).

FRØBEL SIN STRENGE STRUKTUR

Den norske barnehagetradisjonen har i stor grad vore bygd på tolkingar og praktisering av Frøbel-tradisjonen. Den frie leiken har vore i fokus, men det er verdt å merka at sjølv om Frøbel var oppteken av den frie leiken, så var leiken under ein streng struktur. Barnehagen sitt utemiljø skulle vera prega av bestemte bed til blomar og plantar, tileigna det enkelte barnet og med nøyte tilviste plassar der lek kunne føregå, for å læra omsorg for naturen og heile skapingspro-

A child wearing a red and blue striped hat, a red jacket, and a green backpack is walking on a fallen log in a forest. The forest has many tall, thin trees and some yellow leaves on the ground and branches.

Vi treng ein ”
diskusjon kring
føremålet med læring i
barnehagen og barnehage-
læraren si rolle i møte
med leiken, for å unngå at
leiken vert gjord om til eit
middel for noko anna.

LEIK: Barnehagelæraren må ha kunnskap om leik og opp-
tre på ein måte som fremjar
leiken sine vilkår, ved å forma
ut det fysiske miljøet på ein
måte som inviterer til leik.
Illustrasjonsfoto: Adobe Stock



sessen. Og dei erfaringane og den læringa barn tileignar seg gjennom interaksjon med omgjevnadane, var viktig for Frøbel (Greve et al., 2014, s. 21, 139). Tanken om å leggja til rette for læring gjennom lek har med andre ord vore aktuell sidan Frøbel si tid.

Barnehagelæraren har ei viktig rolle i møte med barn sin lek. Vi skal ikkje invadere leiken, men skapa rom for at han kan oppstå og utvikla seg. I tillegg må vi støtta barna når leiken stoggar opp. Refleksjon over barnehagelæraren si rolle som vaksen i møte med barn sin lek er naudsynt for å kunna balansera direkte innblanding og støtte på ein god måte.

MONTESORI OM BARNES BEHOV

Maria Montessori (1870–1952) fekk interesse for småbarnspedagogikk gjennom arbeidet med psykisk utviklingshemma barn. Ho var lege og baserte arbeidet sitt på observasjon av det enkelte barnet. Som Frøbel hadde også ho stor respekt for barnet, men ho stod for ei anna retning innan pedagogikken og var ikkje i like stor grad oppteken av den frie leiken (Greve et al., 2014, s. 24–26).

Det pedagogiske materialet skulle tilpassast det enkelte barnet sine behov, og vi ser eit større spenningsmoment til leiken sin plass i barnehagen og pedagogen si rolle. Medan Frøbel var oppteken av barn sin eigen lek, la Montessori vekt på barn si læring gjennom arbeid (Greve et al., 2014, s. 26; Pramling Samuelsson og Carlsson, 2009, s. 31–34). Med arbeid meiner ho *leiken* som er den forma for aktivitet barn lærer gjennom (Signert, 2004, s. 427). Koplinga mellom lek og læring var sentral.

Barna skulle ifølgje Montessori ha eigenaktivitet i form av konsentrert arbeid med utgangspunkt i spesialkonstruert, didaktisk materiell, i eit godt tilrettelagt miljø. Pedagogen skulle vera ein del av det pedagogiske landskapet,

” Om barnehagelæraren ikkje er medviten om korleis vi møter barn som leikar, er det fare for at leiken vert redusert til eit middel for læring.

veksla mellom å vera ein aktiv deltakar når barna trong det, og meir passiv observatør når barna arbeidde med det tilrettelagde og sjølvinstruerande materialet. Pedagogen skulle skapa interesse hjå barna, gje dei tid til å arbeida (leika), og dessutan prata med barna om det dei hadde gjort, for å gjera dei medvitne på det dei har kunnskap om (Pramling Samuelsson og Carlsson, 2009, s. 31–32; Signert, 2004, s. 427). Ei aktiv vaksenrolle var med andre ord sentral – som hjå Frøbel.

Som Frøbel ønskte ikkje Montessori ein «la-det-sku-re»-pedagogikk der barna vert overlatne til seg sjølv, eller ein praksis der vaksne «fyller» barna med kunnskap, noko som er i tråd med rammeplanen sine føringar:

I barnehagen skal barna oppleve eit stimulerande miljø som støttar opp om lysta til å leike, utforske, lære og meistre. Barna skal få bruke heile kroppen og alle sansar i læringsprosessane sine. Barnehagen skal bidra til læringsfelleskap der barna skal få bidra i eiga og andre si læring. (Utdanningsdirektoratet 2017, s. 22).

I rammeplanen vert det lagt til grunn at barnehagelæraren skal ha ei aktiv vaksenrolle i møte med barn sin lek og deira læreprosessar, utan å vera styrande. Dagens debatt kring lek og læring kan difor koplast til både Montessori og Frøbel sine tankar.

NY KURS FOR BARNEHAGEN

Lov om barnehagar av 1975 innleia ein ny fase for barnehagen. I 1996 fekk barnehagen sin første rammeplan, med tydelege føringar. Ti år seinare skjedde det nok ei kursendring med ny barnehagelov og ny rammeplan. Barnehagen skulle nå vera «en pedagogisk verksemd» (Jansen, 2014, s. 27), ei endring som har vorte ført vidare i rammeplanen av 2017.

Kursendringa er interessant. Barnehagelæraren skal ikkje lenger berre leggja til rette for at noko *kan* skje mellom barn når dei leikar, vi *skal* òg vera ein sentral aktør *saman* med barna i leiken (Jansen, 2014, s. 27). Endringane i norsk barnehagepolitikk er i tråd med eit nyare syn på barn og barndom, som ser barnet som subjekt og sjølvstendig deltakar i eige liv.

Parallelt med kursendringa er det mange som uttrykker bekymring for at læringstrykket i barnehagen aukar. Det vert åtvåra mot internasjonale tendensar i land som ønskjer å gjera barnehagen til eit tiltak for å styrkja sin posisjon i det globale kunnskaps- og konkurransesamfunnet (Tveter Thoresen i Jansen, 2014, s. 28). Debatten er viktig i ei tid der presset om produksjon og presisjon – helst dokumentert – er gjeldande (Jansen, 2014, s. 28).

KVA ER MÅLET MED LÆRING?

Vi treng ein diskusjon kring føremålet med læring i barnehagen og barnehagelæraren si rolle i møte med leiken, for å ikkje køyra over han og unngå at leiken vert gjort om til eit middel for noko anna. For *er* tankar om læring i barnehagen noko som først kom med den endra kursen i den politiske debatten, eller har det alltid vore rom for læring i diskusjonar kring kva barnehagen skal vera? Historisk stod både Frøbel og Montessori for ein pedagogikk der læring var i sentrum, der forholdet mellom leik og læring var diskutert, og der rolla til den vaksne var sentral.

Kan hende handlar læring i barnehagen om *noko anna* enn i skulen? Barnehagelæraren må reflektera over kva som er målet med barn sine læringsprosessar. Barnehagen har tradisjonelt vore ein omsorgsinstitusjon, og systema-

tisk arbeid med læringsaktivitetar er relativt nytt. Barnehagelæraren må møte det *anteke nye* fokuset på læring med openheit, utan at barnehagen nødvendigvis skal vera som skulen.

Litteratur

- GREVE, A., JANSEN, T.T. OG SOLHEIM, M. (2014). *Kritisk og begeistret. Barnehagelærernes fagpolitiske historie*. Bergen, Fagbokforlaget.
- JANSEN, T.T. (2014). *Barnehagen – ved et veiskille*. I: M. og T. Pålerud (red.). *Barnehagelærer – fag og politikk*. Bergen, Fagbokforlaget, revidert utgave.
- JOHANSSON, J.A. (2004). Friedrich Wilhelm August Fröbel: Fritt tänkande och samhandlande barn. I: K. og L. Løvlie. (red.). *Pedagogikkens mange ansikter. Pedagogisk idéhistorie frå antikken til det postmoderne*. Oslo, Universitetsforlaget.
- VESLEMYR, O.F. (2014). Lek som mangfold. I: T.H. (red.). *På spor etter lek. Lek under moderne vilkår*. Bergen. Fagbokforlaget.
- OLOFSSON, B.K. (1993). *Lek for livet. Observasjoner og forskning om barns lek*. Oslo, Andersen & Butenschön.
- PRAMLING SAMUELSSON OG CARLSSON, M.J. (2009). *Det lekende, lærende barnet i en utviklingspedagogisk teori*. Oslo, Universitetsforlaget.
- SIGNERT, K. (2004). Maria Montessori: Läkaren som blev pedagog. I: K. og L. Løvlie. (red.). *Pedagogikkens mange ansikter. Pedagogisk idéhistorie frå antikken til det postmoderne*. Oslo, Universitetsforlaget.
- UTDANNINGSDIREKTORATET (2017). *Rammeplan for barnehagen. Innhold og oppgaver*.
- ØHMAN M. (2012). *Det viktigste er å få leke*. Oslo, Pedagog.

ANNONSE



Les e-bladene i appen **UDF Medlem**

Nå kan du enkelt og raskt finne siste utgave av e-bladene dine i appen **UDF Medlem**.

I appen får du i tillegg tilgang til ditt medlemskort, ditt reisekort og alle dine medlemsfordeler.

Du kan enkelt logge på appen med medlemsnummer eller BankID.



Last ned her:





Bushra Fatima Syed
universitetslektor i pedagogikk ved
barnehagelærerutdanningen på OsloMet
bushra-fatima.syed@oslomet.no



Rebekka Haugen
barnehagelærer og masterstudent i barnehage-
pedagogikk ved barnehagelærerutdanningen på OsloMet
rebeekahaugen@hotmail.com

Her gir fysisk miljø og materialer rom for barnas lek

De engelske barnehagene har et stort utvalg av materialer, flere åpne rom og lekehjørner som er lett tilgjengelig for barna. Men barna har få muligheter for kroppslig lek.

FOTO: BUSHRA FATIMA SYED OG REBEKKA HAUGEN

Denne artikkelen er basert på våre erfaringer fra praksisopphold i England, der vi observerte det fysiske miljøet med fokus på materialer og barns lek i barnehager i Woolwich som ligger i bydel Greenwich i det sørøstlige London i 2005 og i Manchester i 2020.

Syed samlet sine erfaringer da hun var student i 2005 og Haugen da hun var student i 2020. Syed var Haugens veileder da Haugen var i Manchester.

ÅPNE ROM

I de engelske barnehagene vi besøkte, var det fysiske miljøet organisert etter «open room»-prinsippet. Det vil si at alle rom er direkte tilgjengelig for barna (Nordin-Hultman, 2004). Avdelingen besto av et stort rom med et tilhørende, men avgrenset uteområde. Inneområdet besto av play corners og ulike stasjoner der barna gjorde aktiviteter. Tidligere forskning om engelske barnehager viser mangfoldige pedagogiske miljøer med mer synlig variert materiell for barns utforskning og lek (Nordin-Hultman, 2004; Evenstad & Becher, 2018; Syed & Haugen, 2021). Lekehjørnene og stasjonene hadde ulike temaer, for eksempel kjøkkenkrok, vann- og sandstasjon og formings- og musikkhjørner. Vi erfarte at det var stor variasjon og fri tilgang til både leker

og materiell med teknisk, naturvitenskapelig og eksperimentell orientering (Nordin-Hultman, 2004).

MINDRE ROLLELEK

Vi opplevde det fysiske miljøet i England som frodig, preget av åpenhet og tilgjengelighet.

Materialer for barn er ikke bare tilfeldige «ting» de leker med. Barn, rom og materialer er i samspill med hverandre, og legger grunnlaget for muligheter for barnas lek. Tingene får en aktiv, subjektiv betydning for barna. Forskningen rundt det fysiske miljøet i engelske barnehager viser hvilke muligheter dette gir for barns medvirkning og utforskning. Det fysiske miljøet og materialer kan påvirke barnas lek og læring. Alle aktører, både menneskelige og ikke-menneskelige, er en del av det fysiske rommet (Becher & Evenstad, 2018; Nordin-Hultman, 2004).

I de engelske barnehagene var rolleleken mindre synlig, mens de fokuserte mer på utforskning, læring og stimulering av diverse ferdigheter (Department for education, 2017). Det var få muligheter for kroppslig lek og boltrelek både inne og ute. Evenstad og Brennhovd (2020) skriver om symbolsk lek¹, og hvordan barnehagens innredning og materialer både kan hemme og fremme den symbolske leken. Barn må ha mulighet til å skape avgrensninger for leken ved å transformere det fysiske miljøet og bevare sin

¹ Evenstad og Brennhovd (2020, s. 48) bruker begrepet *symbolsk lek* om leken der barna ved hjelp av stemme, kropp, gjenstander, figurer og rekvisitter transformerer og sprenger virkelighetens grenser. Begrepet symbolsk lek omfatter rollelek, dramatisk lek, late-som-lek, liksomlek, sosial fantasilek og mer.

INNEMILJØ: Her er en småbarnsavdeling med garderobe og ulike lekehjørner i den engelske barnehagen.



LESEKROK: Barna har tilgang til bøker for å lese alene eller sammen med voksne i den engelske barnehagen.

LEKEHUS: Barna mellom 0 og 2 år kan boltre seg her.



” I de engelske barnehagene var rolleleken mindre synlig, mens de fokuserte mer på utforskning, læring og stimulering av diverse ferdigheter.

Fag og forskning



LEKEMATERIALER: Dinosaurer, dyr og naturmaterialer er noe de engelske barna liker å leke med.



LEKEHJØRNE: Barn kan sitte på tepper, puter eller stoler og leke eller se på smartboard.

” Det var få muligheter for kroppslig lek og boltrelek både inne og ute.



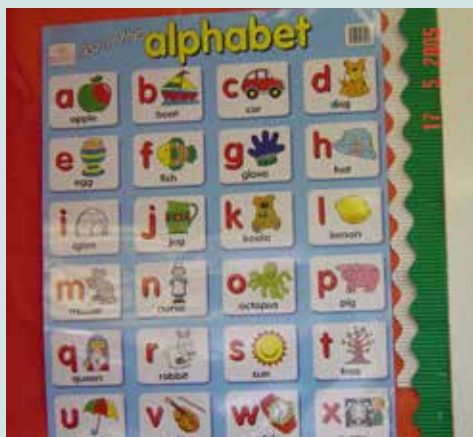
KNYTTET SAMMEN: Barnehagens uteområde er knyttet til inneområdet. Barna kunne være inne eller gå ut og bevege seg fritt.



SITTEKROK: Samlingsstunden foregår her.



TALL-LEK: Barnehagen har satt frem plastflasker med synlige tall og farger. Barna får leke og sortere tallene i stigende rekkefølge.



ALFABET: I barnehagen henger det en plakat med alfabetet for at barna skal kunne lære seg det.



LEKEHUS: Barna kan ha sin egen lille hule med puter og bamser.

egen symbollek. Vi opplevde at til tross for stor tilgang på materiell hadde barna få muligheter til å transformere miljøet og bruke lekestasjonene til å skape noe nytt i engelske barnehager. Det var mange barn i ett rom, og dette førte til få muligheter for å leke skjermet. I tillegg var støynivå høyt.

MINDRE TILGANG PÅ MATERIALER

Tidligere forskning på fysisk barnehagemiljø har sett på hvilke mangler som finnes rundt tilgang til materialer. Dagsprogrammet i nordiske tradisjonelle avdelingsbarnehager består av faste aktiviteter som er stramt og sterkt regulerende (Becher & Evenstad, 2018; Nordin-Hultman, 2004). Vi erfarer også at det i norske barnehager er mindre tilgang på materialer, men derimot har barna større muligheter for å skjerme leken på egne rom og å bruke inventaret i barnehagen. Det var også strengere orden og koder for oppførsel i engelske barnehager.

FRILEK I NORGE

Norske barn tilbringer store deler av tiden i all slags vær utendørs, og barnehagepersonalet skaper både rom og steder i bynære strøk, i naturområder og i naturen (Syed & Helander, 2021). Barna har frilek, og fantaserer og utforsker med ulike naturmaterialer i naturen som blir omdefinert på nytt i barns fiktive lekeverdener og rollelek. Solveig

Nordtømmes (2016) doktorgradsavhandling viser hvordan barn erfarer ulike muligheter for lek innenfor barnehagens rom og materialitet. Hun presenterer sine funn i lys av begrepet «å gjøre rom», *doing space*, i *hovedrom*, *mellomrom* og *bakrom*. *Doing space* uttrykker barns bevegelige, kroppslige lek der rom og materialitet brukes, utforskes og utfordres.

HOVEDROM, MELLOMROM OG BAKROM

Hovedrommet er der barn opplever at de hører til, og omtales som et konkret rom, ofte «avdelingen» med ansatte til stede. Det er en *møteplass* og hjemlig sone for barna, og utgangspunkt for deres lekeerfaringer. De eldste barna har gode lekemuligheter i hovedrommet, fordi rommet er rettet mot bordaktiviteter som å skrive, tegne og arbeide med tall og spill. Det er dermed mindre plass til lek og fleksibilitet ved bruk av materialitet på gulvet, og det begrenser de yngste barnas lekemuligheter. *Mellomrom* og *bakrom* representerer de rommene barna selv skaper, og leken pågår på deres premisser. *Mellomrommet* er betegnelsen på abstrakte, sanselige og opplevde rom som omslutter de som deler en lek. *Bakrommet* er rommet der barn leker uten de voksnes innblanding. Et sted for barns pauser og hemmeligheter, der andre normer gjelder (Nordtømme, 2016, s. 164–165).

Når barna har tilgang til flere rom, gir dette andre muligheter for lek og samspill enn i engelske barnehager

Fag og forskning



KJØKKENKROK: Den finnes også i engelske barnehager.

som kun består av ett åpent rom. Der finnes ikke de samme mulighetene for å «gjøre» rommet og bruke selve rommet som deltaker i leken.

LÆRING MER ENN LEK

Hvilke syn på lek kommer frem gjennom det fysiske miljøet? Hvilken innvirkning har barnehagens fysiske inne- og utemiljø på barns lek? Hvordan kan barnehagelærerne



MUSIKKSONE: Barna har tilgang til ulike instrumenter og piano.

sammen med personalet og barna utforme et utforskende og inspirerende fysisk inne- og utemiljø? Dette er spørsmål barnehagelærere bør stille seg.

Når vi skal oppsummere, kan vi si at innemiljøet i engelske barnehager kjennetegnes av åpne rom med stor tilgang til et bredt utvalg av materialer. Funnene i 2020 er omtrent like som i 2005: Engelske barnehager har et stort utvalg av lekematerialer, og større enn i Norge.

Lekehjørnene inviterte til å stimulere sanser og ferdigheter. I lekehjørnet får barna mulighet til å utforske matematikk ved å leke med tall, mål, mønster og former gjennom utforskning. Det er positivt at barna har tilgang til materialer som kan utforskes og stimulere til læring. På den andre siden erfarte vi at rommene var innredet ut fra et instrumentelt syn på lek, hvor lek skulle brukes som middel for å oppnå læring. Den frie spontane rolleleken var mindre synlig. Så hva kan vi ta med oss fra de engelske barnehagene? Som barnehagelærer er det viktig å stille seg kritiske spørsmål om hvordan det fysiske miljøet er utformet. Vi mener det er viktig å ha et nyansert blikk på både engelske og norske barnehager. Det er viktig at barna har nok relevante og inspirerende materialer som bidrar til å styrke barns lek og læring, men de må også ha muligheten til å gjøre det om til sitt eget. Vi må ikke glemme lekens egenverdi i hverdagen.

ANNONSE



Foto: AdobeStock

Følg oss på

 @facebook.com/forstesteg

Vi har over 8 500 følgere

Litteratur:

- BECHER, A. A. OG EVENSTAD, R. (2018). Materialitet? kropp og pedagogikk. Samspillende aktører i barnehagens rom. I: S. Seim og O. Sæther (red.): *Barn og unge. By, sted og sosiomaterialitet*. Kap. 10 s. 177–198. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- DEPARTMENT FOR EDUCATION (2017). Statutory framework for the early years foundation stage. Hentet fra https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/596629/EYFS_STATUTORY_FRAMEWORK_2017.pdf
- EVENSTAD, R. OG BRENNHOVD, M. (2020). «Vi må finn på ka vi ska gjør!» Hvilke transformative muligheter og invitasjoner til symbolsk lek finner barna i barnehagens innemiljø? I: E.B.H. Sandseter og R. Storli (red.): *Barnehagens fysiske inne- og utemiljø*. Kapittel 3 s. 47–63. Oslo: Universitetsforlaget.
- NORDIN-HULTMAN, E. (2004). *Pedagogiske miljøer og barns subjektskaping*. Oslo: Pedagogisk Forum.
- NORDTØMME, S. (2016). *På vei mot en rom(s)lig pedagogikk. En fortolkende studie av barns lekeerfaringer med rom og materialitet*. (Doktoravhandling). Kongsberg: Høgskolen i Sørøst-Norge.
- SYED, B.F. & HAUGEN, R. (2021). Tid for å «gjøre» en zoomdialog? – et tilbakeblikk på praksisopphold i England. I *Barnehagefolk*, 2021 (1) 106–112.
- SYED, B.F. & HELANDER, M. (2021). Cizás bybarnehage – rom og steder i bynære strøk og naturområder. I: K.A. Jørgensen-Vittersø og U. Vik (red.): *Barn i by. Natur, helse og bevegelse i byer og bynære strøk*. Oslo: Universitetsforlaget.



Anmeldt av

Kirsten Flaten, dosen i spesialpedagogikk ved
Høgskulen på Vestlandet
kirsten.helen.flaten@hvl.no



Lars Smith

En introduksjon til spedbarnspsykologi

Fagbokforlaget (2022)
152 sider

Her får du eit utvida syn på barn si utvikling

Boka átvarar mot eit syn på utvikling der kjensler, tankar og handlingar vert grunnlagde tidleg i livet og ikkje har endringspotensial.

Spedbarnsalder er eit omgrep som dekkjer 0–2 år, men kan òg omfatta dei fyrste 1000 dagane i eit barns liv, ifølgje forfattaren. Det blir vist til at barns utvikling ikkje alltid følgjer dei fastsette normene, men i utviklingsspurtar som gjer at barnet endar opp med aldersadekvate ferdigheiter.

FASTLÅST SYN

Smith átvarar mot eit deterministisk syn på utvikling, som meiner at alle kjensler, tankar og handlingar vert grunnlagde tidleg i livet, og at dei då er fastlåste. Barn evnar å hente seg inn att og komme inn i gode utviklingsløp, sjølv om omsorgsavgangspunktet ikkje var godt nok. Mykje kan rettast opp gjennom god omsorg. Omgrepet plastisitet, som er eit bidrag frå evolusjonsteorien, vert omtala som kjernen i individ si evne til å tilpasse seg. Hjernen har potensial til å kompensere, og utviklinga kan komme inn i gode spor om det vert endringar i omsorgssi-

tuasjonen, slik at barna får dekt behova sine på gode måtar.

SPRÅKUTVIKLING

Det blir vist til to ulike måtar å tileigne seg språk på. *Refererende* stil, der barnet set saman fleire eittordsytringar uttalt som eitt ord. *Ekspressiv* stil viser til at barn tidleg lærer faste frasar, til dømes «du-gjere-det», som vert uttalt som ei eining, men orda er tydeleg avskilte. Smith seier det ikkje er grunnlag for å trekkje slutning om barns evner ut frå tidleg språkutvikling. Eit anna tema i boka er kommunikasjon, der samhandling ikkje alltid involverer bruk av ord. Her er fokus retta mot ei felles oppleving, og forfattaren tar for seg gleda ved å dele opplevingar. Kvart kapittel startar med innføring i innhald og sluttar med konklusjon. Fagtunge omgrep, som evolusjonsmessig plastisitet, blir forklarte i ordlista. Smith viser eit utvida syn på barn si utvikling, som er nyttig for fagfeltet.

Nye bøker



Margrethe Jernes og Marit Alvestad (red.)
Barnehageutvikling
Universitetsforlaget (2022)
144 sider

Det stilles høye krav til leserne i barnehagene. I boka får du ulike perspektiver på barnehageutvikling og teorier om ledelse. Tema er hvordan man leder utviklingsprosesser i barnehagen, planarbeid og partnerskap mellom utdanningssted og barnehage. Boka er basert på forskning, og den er fagfelleurdert.



Joe Todd-Stanton
En mus ved navn Julian
Mangschou (2022)
Bildebok 3–6 år
34 sider

En herlig bildebok om musen Julian som liker seg best alene. Men når en uventet gjest dukker opp til middag, vil Julian kanskje innse at det kan være fint å ha en venn? Boka har detaljerte og fargerike illustrasjoner som innbyr til gode samtaler om vennskap og ensomhet.



Anne Ellingsen og Akin Duzakin
Tom – verdens konge
Wow bok (2021)
Bildebok 3–6 år
41 sider

En dag begynner en ny gutt i barnehagen. Tom er best i alt, flyr på et magisk teppe og skal bli konge når han blir stor. Snakker han virkelig sant? Og hvordan går det når han vil bestemme over alle andre? En bok om vennskap og sannhet. Voksne lesere vil kanskje se paralleller mellom Tom og en tidligere amerikansk president både i utseende og væremåte?

Nye bøker



Guri Langholm og Elly Herikstad Tuset
Matglede i barnehagen
Fagbokforlaget (2021)
2. utgave
168 sider

En bok som gir deg et innblikk i barns spise- og smaksutvikling og teori om ernæring og kosthold. Boka er knyttet opp mot praksis og har konkrete tips til oppskrifter, smaksleker og mataktiviteter. Du får innsikt i tallerkenmodellen, foreldresamarbeid og spiseglede. Du får tips til pedagogisk ledelse av matarbeid og hvordan dere kan dyrke mat i barnehagen.



Björg Korsnes og Camilla Sandvik
Mat og helse
Cappelen Damm Akademisk (2020) 3. utgave
368 sider

Boka gir en bred innføring i kosthold, ernæring og matvarekunnskap og sammenhengen mellom mat og helse. Tema er folkehelsen, kostrådene, global og nasjonal ernæringspolitikk, mattrygghet, matkultur, smaksutvikling, fordøyelsen, næringsstoffer og bærekraftig mat. Boka er oppdatert med ny forskning.



J.R. Navarro Fica
Den indre sommerfuglen – nærhet mellom barnehage og utdanning
Universitetsforlaget (2022)
152 sider

Målet med boka er å sette barnas medvirkning på dagsordenen og vise hvordan barns medvirkning kan trekke de ansatte med i jakten på småkryp og fantasifulle oppdagelsesreiser. Boka oppfordrer til å ta barnas opplevelsesverden på alvor og sammen med barna skape fagfornyelse i både praksis og utdanning.



Anmeldt av

Kathrine Mathilde Fagereng
barnehagelærer med master i barnehagepedagogikk, pedagogisk leder i Slagen barnehage i Tønsberg, forfatter og blogger som barnehagehjertet.blogspot.com
kathrinefagereng@hotmail.com



Sissel H. Helland og Nina C. Øverbø

Barn, matmot og måltider – helsefremmende og pedagogisk praksis

Cappelen Damm Akademisk (2021)
164 sider

En god bok om å utvikle barns matglede

Denne boka viser hva barnehageansatte kan gjøre for å skape en god praksis rundt måltidene i barnehagen og gi barna gode spisevaner.

Boka gir både foreldre og barnehageansatte grunnleggende kunnskap om hvordan de kan gi barna gode matvaner. Den gir også barnehageansatte det de trenger for å legge gode rammer for en helsefremmende pedagogisk praksis rundt måltidet. Det kan ansatte blant annet gjøre ved å utvikle en visjon for måltidene, slik at personalet får en felles forståelse og retning å jobbe mot.

GODE ROLLEMODELLER

Grunnlaget for våre matvaner blir lagt tidlig i livet, og det gir barnehagen et stort ansvar. Forfatterne beskriver den optimale måltidssituasjonen i barnehagen som varm og støttende med gode rollemodeller som spiser sammen med barna. De ansatte gir også barna positive opplevelser gjennom å tilby et variert og næringsrikt kosthold.

LA BARN DELTA

Et av hovedbudskapene er å la barna

være mer involvert i måltidene, og ikke bare vente til bordet er ferdig dekket av de voksne. Barna kan hjelpe til med «matlaging, dekke bordet, dekorere bordet, si vær så god, presentere maten, forsyne seg selv, spise selv, pakke ut matpakken, helle i glass, tørke opp, sende boller og fat, hjelpe andre, kilde-sortere og hjelpe med feiing og opprydding», ifølge boka. Nyere forskning etterlyser at barn får større muligheter til å uttrykke seg under måltidene. «Når du bidrar til et avslappet og hyggelig måltid, vil barnet lettere akseptere ny mat. Spontanitet, lek og humor mellom voksne og barn, vil også bidra til at barnet forbinder måltidet som lystbetonte følelser», skriver forfatterne.

Boken florerer av gode tips til måltidene, som å skape matglede, hvordan vi kan plassere barn og voksne rundt bordene, hvordan vi kan snakke med barn under måltidet, og hvordan vi kan bruke samlingsstunden til å bli kjent med maten vi spiser.



Anmeldt av

Monica Bjerklund
 forskningsgruppeleder i helse, utdanning og
 velferd og dosent i spesialpedagogikk ved
 Telemarkforskning
monica.bjerklund@tmforsk.no



Kjetil Børhaug og Marit Bø
Barnehagelærerprofesjonen
 Universitetsforlaget (2022)
 264 sider

Barnehagelærerprofesjonen mellom to permer

Boka tar grundig for seg utfordringene barnehagelærerne møter på mange ulike nivå.

Boka beskriver hvordan barnehagelærerprofesjonen arbeider i et krysspenn mellom påvirkning fra forskere, myndigheter, barnehageeiere, foreldre og barn i sitt pedagogiske arbeid. Profesjonen møtes med høye og mangfoldige kvalitetskrav. Boka tar opp temaer som ledelse, foreldresamarbeid, profesjonens faglige grunnlag og ulike profesjonslogikker, profesjonsteoretiske perspektiver, barnehagelærerens oppgaveforståelse og pedagogisk arbeid med barn.

BARNEPERSPEKTIV

Boka har et klart barneperspektiv. Barn i barnehagen har rettigheter som profesjonen skal oppfylle, og i dag virker barnehagelærerne i en hypermangfoldig barnegruppe. Steinnes og Fimreite minner i boka om at «profesjonelle vurderinger innebærer informasjon om målgruppen (barna), et kunnskapsgrunnlag» og at de bruker «kunnskapsgrunnlaget i skjønnsmessige vurderinger» (s. 107).

Børhaug og Bø (s. 42) beskriver hvordan profesjonen arbeider i mange pedagogiske spenningsfelt, som alle vil kreve skjønnsutøvelse:

- i barns liv her og nå og i fremtiden
- for enkeltbarn og barnegruppe
- i fagdelt og integrert arbeid
- både planlagt og spontant
- mellom lek som egenverdi og lek som grunnlag for læring

UTFYLLENDE OM UTFORDRINGER

Bokas styrke er at den drar de lange og krevende linjene mellom samfunnsnivå, institusjonsnivå, profesjonsnivå og barnas hverdagsliv i barnehagen. Utfordringene profesjonen møter, er utfyllende beskrevet.

Jeg håper noen tar utfordringen og skriver en antologi om hvordan de ulike aktørene som påvirker barnehagen, kan bli med i innovativt og nyskapende samarbeid om videre utvikling av barnehagelærerprofesjonen.



Kari Gjøre
Den magiske barnehagedagen
 Gjøre forlag (2022)
 Bildebok 2–6 år
 24 sider

I boka følger vi bamsene Tim og Tiril i barnehagen. Gjennom fargerike foto og små vers blir vi kjent med de sju fagområdene i rammeplanen. Hvert fagområde har en farge fra regnbuen. Du kan bruke boka som pekebok eller som utgangspunkt for samtaler. Forfatteren har over 25 års erfaring fra barnehagen.



Anita Merethe Ribe Sollid
Bli med på filosofi i barnehagen
 Fagbokforlaget (2022)
 72 sider

En lettlest bok om hvordan du kan undre deg og filosofere sammen med barn. Hva er filosofi? Hva sier rammeplanen om temaet? Hva er de ansattes rolle i samtalen? Det svarer boka på. Du får også tips til filosofiske samtaletemaer og hvordan du kan gjøre det i praksis.



Jørn H. Hurum og Esther Van Hulsen
Slik levde T. rex
 Ena Vigmostad & Bjørke (2021)
 Bildebok 3–6 år
 48 sider

Mange barn kjenner til T. rex. Den digre og fryktingyngende dinosauren har også vært liten en gang, og i bildeboka følger vi den fra egget klekker, og til den er voksen. Barna får bli med 67 millioner år tilbake i tid og lære om nye sider ved en av de skumleste og mest fascinerende dinosaurer som har levd.

Den normale hverdagen i barnehagen ble borte på et blunk

Pandemien har ført til skjulte konsekvenser for flere barn, som barnehagevegring.

Her er historien om koronapandemien og dens konsekvenser, sett gjennom et barnehgebarns øyne.

NORMAL HVERDAG BORTE

Året er 2020. Et rykte om et virus sprer seg. Ryktet blir til virkelighet. Barnehagene får beskjed om å stenge dørene. Barnet er tre år på denne tiden og har to års barnehagepraksis. Hun er kjent med basebarnehagens organisering. Hun kjenner de ansatte, barna på basen, ute- og innemiljøet og de faste rutinene. På en ettermiddag er alt hun kjenner til av barnehageliv, borte på et blunk. Hun får verken lov til å treffe omsorgspersonene i barnehagen eller venner, rutinene endres, og hun er hjemme med mor, far og søsken.

Barnehagene åpner opp igjen. Denne gangen med strenge restriksjoner. Basebarnehagen, med åpen garderobe og åpne rom, der barn kan bevege seg fra sted til sted ut fra egne interesser, blir ikke lenger barnets virkelighet. Åpne rom og barn som bestemmer selv, byttes ut med lukkede rom og smågrupper. Fleksible ansatte blir byttet ut med faste ansatte på faste lokasjoner. Og rutinene endres til total forutsigbarhet. Barnehagebarnet er nå blitt 3,5 år.

MÅ LEKE PÅ KJØKKENET

I stedet for å tre inn i en åpen garderobe til barn i alle aldre og ansatte fra ulike baser, med muligheten til å selv velge hvem, hva og hvor, skal hun nå møte opp på baksiden av barnehagen. Hun skal leke på kjøkkenområdet, bli møtt av den samme voksne, være en del av den samme kohorten og



Monica E. Barken

universitetslektor ved Institutt for pedagogikk ved Universitetet i Agder
monica.barken@uia.no

”Selv om pandemien ser ut til å være historie, kan de inngripende tiltakene fortsatt prege det enkelte barn.

leke med de samme barna som hun vet er plassert på samme sted. Hver dag.

Den nye hverdagen blir den normale hverdagen, og plutselig er barnet 5 år. Vaksinene gir effekt og tabloid-overskriftene florerer: «Tilbake til en mer normal hverdag i barnehage». Samfunnet åpner opp, og det samme gjør grensene inne i barnehagen. Foreldre jubler. Enhetsledere jubler. Pedagogisk leder og de øvrige ansatte jubler. Tenk å kunne treffes på tvers av avdelingene som vanlig. Bruke ute- og innemiljøet som vanlig. Men for det 5 år gamle barnet er det vanlige, og den normale hverdagen, døren på baksiden. Kjøkkenlek. De trygge ansatte og den lille kohorten hun har vært en del av. De faste



rutinene og forutsigbarhet. Hun kjenner ikke til noe annet.

Hun synes det er mange mennesker. Barn hun ikke kjenner. Voksne hun ikke kjenner. Trapper som leder til rom hun ikke husker. Og mange lyder. Hun ser seg rundt og holder seg for ørene. Hva skjedde nå? Plutselig ble alt så annerledes.

VIL IKKE I BARNEHAGEN

Barnehagevegring. Barnet vil ikke lenger i barnehagen. Heller ikke i bursdagsselskaper. Hun vil ikke på aktiviteter der det er store folkemengder, eller på aktiviteter med forventning om å prestere. Klumpen i magen vokser. Matlysten forsvinner. Humøret svinger. Sinne. Sorg. Store følelser.

UTRYGG: Selv om mange setter pris på at samfunnet fortsetter som før pandemien, blir flere barnehagebarn utrygge av stadige endringer i hverdagen, påpeker Monica E. Barken. Illustrasjonsfoto: Adobe Stock

Til slutt legges det lokk på personligheten, og det utadvendte, sosiale barnet trekker seg mer og mer tilbake.

Fortsatt jubles det i gangene for at normalen er tilbake. Men for barnet er ikke dette normalen. Det er en ny normal som barnet ikke kjenner til. Barnet må plutselig ta mange valg og beslutninger på egen hånd. Hvor ønsker jeg å være, hva vil jeg gjøre, hvem kan jeg leke med, hvilke voksne er der for å ta vare på meg? Tryggheten er dratt bort under barnets føtter, og barnet må bli kjent med barnehagen på nytt.

I BARNETS EGET TEMPO

Artikler har blitt skrevet om tilvenning av koronabarna som kun er kjent med husets fire vegger. Men hva med de barna som allerede var barnehagebarn? De som opplevde endring på endring med nedstengning, åpning med restriksjoner og deretter gjenåpning. De som vegret seg, og fortsatt kan vegre seg for å begynne på nytt.

Gjenåpning av samfunnet kan ha skapt ulike følelser hos barn og voksne. Voksne som setter pris på at samfunnet fortsetter som før pandemien, og barn som føler seg utrygge med stadig nye endringer i hverdagen. Selv om pandemien ser ut til å være historie, kan de inngripende tiltakene fortsatt prege det enkelte barn. Barn med pandemi i ryggsekken, som vegrer seg. Barn som forsøker å tilpasse seg det sosiale fellesskapet igjen – med økt behov for forutsigbarhet, trygge rammer og varme, anerkjennende voksne. Så er du i samspill med barn hver dag, møt barnet der det er, gi barnet rett til egne følelser. La barnet tilvennes den nye normalen på sin måte og i sitt tempo.

Barnehager verden rundt

TEKST: LINE FREDHEIM STORVIK
FOTO: AFP/NTB OG ADOBE STOCK

1 INDONESIA

Vil gi bedre tilbud til barn med spesielle behov

REGJERINGEN I INDONESIA OPPFORDRER OFFENTLIGE BARNEHAGER og skoler til å gi barn med funksjonsnedsettelse eller spesielle behov et bedre tilbud. Det gjelder både å tilrettelegge for barna i barnehagens fysiske miljø og aktiviteter og å sørge for at ansatte har nok kompetanse. Her fra en barnehage med barn med spesielle behov i Aceh. (NTB)



2 USA

Barna lærer kantonesisk i barnehagen

Førsteklasselærer Suzy Tom lærer barn ved Alice Fong Yu-skolen i San Francisco kantonesisk. Skolen er den første kinesiske offentlige skolen i USA og lærer barna kantonesisk fra barnehagen til 8. klasse. Kantonesisk er det offisielle språket i Hongkong og Macao og har mye likt ordforråd som mandarin, men disse to språkene har ikke gjensidig forståelse. Stadig færre snakker kantonesisk, så uavhengige kinesiske skoler og kantonesiske samfunn i og utenfor Chinatown jobber for å bringe det videre til fremtidige generasjoner. (NTB)



3 TYSKLAND

Stiller ut leker fra Øst-Tyskland

På bymuseet i Oschatz i Tyskland er det samlet leker fra tidligere Øst-Tyskland fra over 4000 ulike utstillinger. Utstillingen har fått navnet «Hverdagslivet i barnehagene i Øst-Tyskland». Den viser frem figurer fra barne-tv-programmene om Sandman, fru Elster, Pittiplatsch og Mr. Fox fra 70–80-tallet og frem til i dag. Det er Andreas og Ramona Reißmann som står bak samlingen, som inneholder leker fra de siste 45 årene. (NTB)



3 TYSKLAND

Bamsesykehus skal forebygge frykt

Tre dager i året kan barnehagebarn ta med sine kosedyr til Leipzig universitetssykehus for å ta røntgen og bli undersøkt av en lege. Sykehuset får besøk av rundt 500 barnehagebarn, og de blir tatt imot av 100 medisinske og farmasistudenter som jobber som frivillige. Ønsket er å lære de små interessante fakta om menneskekroppen og å forebygge frykt for medisinske undersøkelser. Her får et barn se røntgenbilde av bamsen sin. (NTB)



4 UKRAINA

Sikkerhetsopplæring i barnehagen

Barnehagebarn i Odessa får opplæring av den ukrainske nødetaten i hva de skal gjøre hvis flyalarmen går. Her er de i bomberommet under barnehagen. (NTB)

Hvorfor trenger barnehagelærere master?

Barnehagelærere med master kan gjennomføre selvstendig utviklingsarbeid, og bidra til nytenkning og innovasjon i det pedagogiske arbeidet i barnehagen.

Barnehagelærerprofesjonen har det alltid vært engasjerte fagfolk som ønsker å ta relevant videreutdanning. En ny NOU-rapport¹ om kompetanseutvikling i barnehage og skole gir oss anledning til å se masterutdanningen i et nytt lys – som både handler om barnehageutvikling og profesjonalisering.

FORLATER BARNEHAGEN

Videreutdanningene styrker fagmiljøet i barnehagene, men er sjelden meritterende for barnehagelærerne og bidrar ikke alltid til høyere lønn. Ofte forlater barnehagelærerne barnehagen etter en masterutdanning. Denne trenden må vi snu. Barnehagelærernes masterkompetanse må i større grad brukes i det faglige fellesskapet om arbeidet med barna.

Noen ønsker nok å kvalifisere seg til en ny jobb med andre utfordringer, men det er også mange som vil styrke egen kompetanse i jobben de allerede har. Begge deler må være mulig. I dag er det ingen formelle karriereveier for barnehagelærere. Den nye NOU-rapporten viser noen mulige karriereveier ved å foreslå et nasjonalt system for ansatte i barnehagen innenfor fire områder: fagområde- og barnehageutvikling, forskning og partnerskap, inkluderende praksis og ledelse.

Utdanningsforbundet mener masterutdanning må gi uttelling også i barnehagen ved

at utdanningsnivå reflekteres i arbeidsoppgaver og lønn.

NYTENKNING OG UTVIKLINGSARBEID

Barnehagelærere med master har inngående kunnskap innen barnehagepedagogikk. At de kan forstå, tolke og bruke forskningsresultater i yrket sitt, vil være en styrke. I et stadig mer mangfoldig samfunn vil de fleste barnehagelærere møte familier og barnegrupper med svært ulike bakgrunn. Dette krever ansatte med høyere utdanning som kan analysere faglige problemstillinger og utøve kritisk refleksjon og etisk dømmekraft. Barnehagelærere med master kan gjennomføre selvstendig utviklingsarbeid og dermed bidra til nytenkning og innovativt pedagogisk arbeid. Noen av masterne vil gå videre i et doktorgradsløp, og dermed bidra til ny kunnskap basert på praktisk, forskningsbasert og teoretisk kunnskap.

Utdanningsforbundet mener det bør være flere gode masterløp for barnehagelærere, og på sikt bør barnehagelæreres grunnutdanning opp på masternivå. Vi bør ta en ny diskusjon om barnehagelæreres videreutdanning og karriereveier.

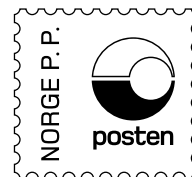
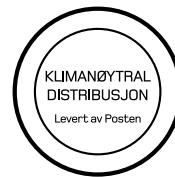
Barnehagelærernes masterkompetanse må i større grad brukes i det faglige fellesskapet om arbeidet med barna.

Ann Mari Milo Lorentzen

leder for Kontaktforum barnehage i Utdanningsforbundet
annmarimilo.lorentzen@utdanningsforbundet.no



¹NOU 2022: 13 Med videre betydning – Et helhetlig system for kompetanse- og karriereutvikling i barnehage og skole.



Returadresse:
Første steg
Utdanningsforbundet
Postboks 9191 Grønland
N-0134 Oslo

Medlemspris for ett år:
Kun kr 600,-

Nå 26 kurs tilgjengelig! DIGITAL KURSBASE

Et medlemskap på www.barnehageforum.no gir hele personalgruppen tilgang til mengder med fagstoff, inspirasjon og ideer, grundige verktøy for fagutvikling og mye mer. Nå kan du også få tilgang til vår digitale kursbase, med blant annet disse kursene:



MARGARETA ÖHMAN

Innenfor og utenfor (112 min)



KRISTIN AASE

Ledelse i krise og stress (38 min)



NYTT KURS



ANNE GREVE

Vennskap i barnehagen (40 min)



I tillegg til selve kurset får personalgruppen noen enkle oppgaver under overskriftene: TENK, DISKUTER og GJØR. Kursene kan personalgruppen se sammen - eller hver for seg - når det måtte passe. Slik kan man bruke vår DIGITALE KURSBASE som et viktig verktøy i kompetanseutviklingen i personalgruppen. Meld barnehagen inn i dag på:



BARNEHAGEFORUM.NO