

## Framvinduskýrsla

Á síðasta ári sótti leikskólinn Tjarnarsel um 400.000 kr. styrk í Lýðheilsusjóð, í verkefnið *Að efla líkamlegt og andlegt heilbrigði barna í leikskóla* og fékk úthlutað 125.000 kr. í verkefnið. Styrkurinn hefur verið nýttur til að innleiða hugmyndafræði Sabínu Steinunnar Halldórsdóttur, íþrótta- og heilsufræðingur, sem kallast *Færni til framtíðar – að örva hreyfifærni barna úti í nánasta umhverfi*. Hugmyndafræði hennar að líta sér nær og skoða umhverfið til að efla hreyfifærni barna, samræmist stefnu skólans um útinám og vettvangsferðir mjög vel. Sabína var með námskeið fyrir alla kennara Tjarnarsels á síðasta starfsári.

Markmiðið verkefnisins er:

1. Að efla hreyfifærni barnanna í garðinum og í vettvangsferðum.
2. Að bjóða börnum og kennurum upp á kyrrðarstundir og jóga.
3. Að fræða foreldra um mikilvægi hreyfingar og útiveru.

## Fyrirkomulag

Samið var við Sabínu um að veita ráðgjöf til kennara sem miða að því að efla þá til að vinna markvisst að því að útfæra hreyfinám barna í útveru. Á þessu starfsári fundar Sabína með heilsuteyminu og deildarstjórum annan hvern mánuð, alls fimm sinnum yfir skólaárið 2019 – 2020.

### 1. Fundur 5. september 2019

Á fyrsta fundi Sabínu, heilsuteymisins og deildarstjóra skólans var ákveðið hvernig samstarfinu yrði háttað og línurnar lagðar fyrir október mánuð. Farið var yfir mikilvægi þess að bjóða öllum börnum upp á sömu tækifæri og búast við eðlilegri framvindu á hreyfifærni þar til annað kæmi í ljós. Einnig að náttúra og umhverfi spila stórt hlutverk þar sem hægt er að vinna með allan skynþroska barna samtímis.

#### Ákvörðun var tekin um að:

- a) Allir árgangar, 2 – 6 ára, taka þátt í verkefninu.
- b) Námið fari fram í litlum hópum (4-10 börn í hóp).
- c) Æfa jafnvægi í október. Til að barn nái fullum tökum á nýjum hreyfingum þarfnast það margar endurtekningar og þarf af leiðandi mikilvægt að gefa góðan tíma til að æfa þær.
- d) Að skráningar fari fram að mestu leiti með myndbandsupptökum.

## 2. Skipulagsdagur 6. september var nýttur til að:

- a. Kynna samstarfið við Sabínu.

Markmið októbermánaðar var að æfa jafnvægi .

- i. Kennarar fengu það verkefni að velja lágmark fimm leiðir til að æfa jafnvægi með börnunum.
- b. Fara yfir mikilvægi þess að flétta verkefnið inn í áherslur og stefnu leikskólans, eins og grunnþætti menntunar, umhverfis og útnám, heilsueflingu, mál og læsi – Orðaspjall.
- c. Farið yfir skráningar á verkefninu.
  - i. Fara yfir skráningar. Myndbandupptökur nýttar til að skrá æfingar og til að fylgjast með framvinndu verkefnisins.
- d. Foreldrafræðsla og upplýsingar um verkefnið fari fram á árgangasíður á fésbókinni, sem eru lokaðar síður og aðeins ætlaðar foreldrum.

## 3. Starfið í október

- a. Kennarar nýttu hópastarfið til að þjálfa jafnvægisskyn barna í garði leikskólans og vettvangsferðum um nánasta umhverfi hans. Myndbandsupptökur kennara sýna fjölbreyttar leiðir til að æfa jafnvægi á stórgrýti í garði skólans og á grjótgörðum meðfram sjávarsíðunni. Einnig voru gangstéttakantar og steinbekkir lágir og háir notaðir til að æfa sig á.  
Vikulega voru settar myndbandsupptökur/myndaseríur af börnunum við jafnvægisæfingarnar.

## Lokaorð

Ráðsgjöf og samvinna Sabínu Steinunnar og skólans skipti sköpum þegar kom að því að ramma inn markmið og leiðir verkefnisins. Kennurum tókst vel til við að útfæra jafnvægiæfingar fyrir alla aldurshópana og flétta þeim saman við fyrrnefndar áherslur og stefnu leikskólans. Árangur æfinganna má sjá á myndbandsupptökum. Á upptökunum má sjá börnin yfirfæra jafnvægisæfingarnar inn í sjálfsprottinn leik sem endurspeglar það sem þau eru að gera í hópastarfinu.