**PROGRESJONSPLAN/UTVIKLINGSPLAN**

 **FOR STEMLAND GÅRDSBARNEHAGE**

|  |
| --- |
| **KROPP, BEVEGELSE OG HELSE** |
|  | MÅL: | METODE: |
| TRINN 11-2 | * Fysisk aktivitet i minst 30 min
* Bli kjent med kroppen sin
* Introdusere barna for sunn og allsidig mat
* Delta i sosialt fellesskap rundt matbordet
* Få gode erfaringer med friluftsliv og uteliv
* Sitte på Leffe – ri
* Introdusere barna får potte
* Ha rom for avslapping
* Fokus på håndvask
* Erfare de ulike sansene som smak, lyd, følelser, lukt, hørsel…
* Bli kjent med dyrene på gården
* Vann er tørstedrikk
* Få erfaring med tumlelek
* Kjenne på å være varm og kald
 | * Turer i all slags vær
* Uteliv hver dag
* La barna gjøre mest mulig selv-medvirkning
* Dans og bevegelsesleker
* Bevegelsessanger
* Aktive voksne - rollemodeller
* Tid – la barna få bruke kroppen gjennom å hoppe, krabbe, gå, danse, løpe, rulle…
* Gode sove- og hvilerutiner i samarbeid med foreldrene
* Ha utstyr tilgjengelig og i rett høyde slik at barna kan klare selv
* Voksne som oppholder seg på gulvet sammen med barna
 |
| TRINN 23-4 | * Fysisk aktivitet min 45 min
* Ta imot og kaste ball
* Gang – trav med Leffe
* Være delaktig i matlaging
* Bli introdusert for skileik
* Introduseres for spikking
* Fingergrep på blyant øves
* Erfaring med ulike formingsaktiviteter: naturmaterialer, tegnesaker, klippe, lime, perle…
* Dogåing- slutte med bleier
* Være aktiv i dyreholdet – gi mat og ordne
* Oppfordres til å kle på seg selv
* Introduseres for regellek
* Kjenne til navn på de fleste kroppsdelene våre
 | * Balleker
* Hinderløyper
* Turer i ulendt terreng – lengre turer
* Støttende og motiverende voksne
* Tilgjengelige formingsaktiviteter – voksne som lar barna være kreative
* Sykkeldag
* Skidag
* Voksnes instruksjoner
 |
| TRINN 35-6 | * Fysisk aktivitet min 60min
* Styre og trave med Leffe
* Lage egen mat
* Påkledning på egen hånd – vite hva som trengs av klær
* Barna motiveres og ”presses” til å tørre å utfordre egne fysiske grenser
* Erfaring og kunnskap om egen kropp – egen kropp og andres kropp. Respekt for andre
* Muligheter til å kjenne på ”suget” i magen ved lek og aktivitet
* Det er greit å bli sliten og kjenne på høy puls
* Vaske hender uoppfordret etter do-besøk, når vi kommer inn og før vi spiser
* Oppfordres til å være selvstendig under dogåing – hygiene
* Kan selv ta initiativ til regellek og opprettholde den type lek over tid
 | * Deltagende voksne som er tilstede sammen med barna
* Rutiner for hygiene
* Faste turdager
* Kjøkkenhjelpere
* Lengre og mer fysisk krevende turer
* Sykkelturer langs vei
* Skiturer
 |