

Antall, rom og form:	1-2 år	3-4 år	5-6 år
<b>Mål:</b> Barna skal lære seg en god og hensiktsmessig kommunikasjonsform for å kunne ta del i det sosiale fellesskapet			
<p><b>Rammeplanen:</b></p> <p><i>Fagområdet omfatter lekende og undersøkende arbeid med sammenligning, sortering, plassering, orientering, visualisering, former, mønster, tall, telling og måling. Det handler også om å stille spørsmål, resonnere, argumentere og søke løsninger.</i></p>	<p><b>Personale skal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sette ord på handlinger sammen med barna, «bade barna i matematisk-språk»</li> <li>• Sanger, rim og regler med matematisk innhold</li> <li>• Undre seg sammen med barna</li> <li>• Få eksperimentere med ulike materiale med for eksempel vann og maling</li> <li>• Vi teller antall barn og voksne i barnehagen, antall gutter og jenter, damer og menn</li> <li>• Bygger høye tårn</li> <li>• Sorterer klosser</li> <li>• Pusler puslespill</li> </ul>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sette ord på handlinger sammen med barna, «bade barna i matematisk-språk»</li> <li>• Sanger, rim og regler med matematisk innhold</li> <li>• Undre seg sammen med barna</li> <li>• Få eksperimentere med ulike materiale med for eksempel vann og maling</li> <li>• Spille «lotto» og puslespill</li> <li>• Ta i bruk ulike typer klosser og annet konstruksjonsmateriale i leken</li> <li>• Vi teller antall barn og voksne i barnehagen, antall gutter og jenter, damer og menn</li> <li>• Bygger høye tårn</li> <li>• Sorterer klosser</li> <li>• Pusler puslespill</li> <li>• Hjelp å dekke bordet</li> </ul>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Få erfaringer med matematiske begrep i daglige situasjoner, feks matlaging, lek og aktiviteter inne og ute, på tur og gjennom formings- og naturmaterieell</li> <li>• Sanger, rim og regler med matematisk innhold</li> <li>• Spille spill med fokus på farger, telling, sortering, former, likheter og ulikheter, og andre matematiske begreper</li> <li>• Puslespill</li> <li>• Ta i bruk ulike klosser og annet konstruksjonsmateriale i leken</li> <li>• Få eksperimentere med ulikt materiale for eksempel vann, maling (blande farger)</li> </ul>

Etikk, religion og filosofi:	1-2 år	3-4 år	5-6 år
<b>Mål:</b> Få kjennskap til grunnleggende verdier i kristen og humanistisk arv og tradisjon og blir kjent med religioner og livssyn som er representert i barnehagen			
<b>Rammeplanen:</b> <i>Barna skal utforsker og undrer seg over eksistensielle, etiske og filosofiske spørsmål. De skal få kjennskap til, forstå og reflekterer over grunnleggende normer og verdier. De skal få en forståelse for at det finnes mange ulike måter å forstå ting på og leve sammen på. De skal utvikle interesse og respekt for hverandre og forstår verdien av likheter og ulikheter i et fellesskap.</i>	<b>Personale skal:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Introdusere grunnleggende begreper om empati, deling og vennskap.</li> <li>• Utforske begreper om rettferdig, respekt og variasjon i kultur.</li> <li>• Begynne å utforske grunnleggende begreper om religion og spiritualitet</li> </ul>	<b>Personalet skal:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Introdusere begreper som rett og galt, og hjelpe barna med å utvikle en grunnleggende forståelse for etikk.</li> <li>• Oppmuntre barna til å tenke filosofisk og stille spørsmål om verden rundt dem.</li> <li>• Barna skal få kjennskap ulike religioner og trossystemer og fremme respekt for ulike trosretninger</li> </ul>	<b>Personalet skal:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utvikle barnas forståelse for grunnleggende etiske prinsipper som rettferdighet, medfølelse og respekt.</li> <li>• Oppmuntre barn til å stille spørsmål og utforske filosofiske ideer om livet, eksistens og moral.</li> <li>• Introdusere barn for grunnleggende begreper og ideer innenfor forskjellige religioner og fremme respekt for kulturell mangfoldighet</li> </ul>
<b>Voksenrollen:</b> Vi skal ha et inkluderende og utforskende miljø der barn kan utvikle sine egne tanker, verdier og forståelser av disse komplekse temaene. Det handler om å veilede og støtte barnas utvikling, samtidig som man respekterer deres individualitet og kulturelle bakgrunn.			

Kommunikasjon, språk, tekst	1-2 år	3-4 år	5-6 år
<p><b>Mål:</b> Fremme en helhetlig språkutvikling hos barna, som omfatter muntlig kommunikasjon, begrepsforståelse, erfaringer med høytlesning og skrift, samt kritisk tenkning. Dette skal bidra til å styrke barnas evne til å uttrykke seg, forstå verden rundt seg og delta aktivt i sosiale og kognitive prosesser. Barna skal lære seg en god og hensiktsmessig kommunikasjonsform for å kunne ta del i det sosiale fellesskapet.</p>			
<p><b>Rammeplanen:</b></p> <p><i>Barnehagen skal bidra til at barna får utforske og utvikle sin språkforståelse, språkkompetanse og et mangfold av kommunikasjonsformer. Barna skal møte ulike språk, språkformer og dialekter gjennom rim, regler, sanger, litteratur og tekster fra samtid og fortid.</i></p> <p><i>Barnehagen skal bidra til at barn leker med språk, symboler og tekst og stimulere til språklig nysgjerrighet, bevissthet og utvikling.</i></p> <p><i>Barnehagen skal bidra til at barn leker med språk, symboler og tekst og stimulere til språklig nysgjerrighet, bevissthet og utvikling.</i></p>	<p><b>Personale skal:</b></p> <p>Tolke barnas- signaler og kommunikasjon gjennom å observere mimikk, lyder, ord, følelser og kroppsspråk</p> <p>Syng enkle sanger, vise rim og regler for barna. Være veiledende og støttende i møter mellom barna</p> <p>Gi tydelige og enkle beskjeder som barna har forutsetninger til å forstå og utføre</p> <p>Presentere bildebøker, pekebøker og andre bøker med enkel tekst for barna.</p> <p>Bruke konkrete når man formidler nytt innhold som f.eks. eventyr.</p> <p>La barna bli kjent med og leke med enkle språkstimulerende apper og spill, som f.eks. Språkkista og ulike lottospill m.fl.</p> <p>La barna møte ordbilder og skriftspråk på naturlige steder i barnehagen, samt synliggjøre ordbildet av barnets eget navn eller forbokstav</p> <p>Oppmuntre foreldre til å snakke eget morsmål dersom det er aktuelt Oppmuntre til å stille spørsmål og gi utforskende svar</p> <p>Bruke ordlek og morsomme språkøvelser med barna La barna høre historier og musikk fra ulike kulturer</p>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <p>Hjelpe og støtte barna til å gjøre seg forstått ovenfor andre barn og føre en dialog med turtaking i lek- og sosialt samspill med andre barn.</p> <p>Oppmuntre barn med flere morsmål til å dele det i naturlige sammenhenger for å ha stolthet i egen identitet.</p> <p>La barna bli kjent med rim, regler, rytme, sanger og sangleker, bildebøker, eventyr og fortellinger La barna eksperimentere med bokstaver og skrive sitt eget navn.</p> <p>Høytlesning og gjenfortelling. Organisere kulturelle tema-dager med fokus på aktuelle land, knyttet til arbeid med mangfold og pridemarkering.</p> <p>La barna få erfaringer med ord og uttrykk.</p> <p>Veilede barna i å løse konflikter og problemer ved hjelp av språket. La barna fortelle sin opplevelse av hva som har skjedd og være med på å finne løsninger.</p> <p>Sørge for å fange barnas oppmerksomhet slik at de kan lytte og ta imot lengre beskjeder Bruke Snakkepakken, og la barna selv bruke enkelte av konkretene til gjenfortelling eller egen gjenskaping av fortellinger</p> <p>Bruke språkstimulerende apper og spill sammen med barna, som f.eks. Språkkista, Book Creator, memory, lottospill, stigespill m.fl.</p> <p>Legge til rette for frihåndstegning og lekeskriving, samt mulighet til å gjenkjenne ordbildet av eget navn.</p>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <p>La barna utforske bøker på flere språk La barna bli kjent med andre kulturer og språk gjennom litteratur og temaarbeid</p> <p>La barna lage egne sanger og rim Gi barna erfaringer med dramatisering og la barna selv dramatisere Introdusere alfabetet og bokstavlyder</p> <p>La barna utforske ulike skriftlige kilder som aviser og magasiner for å erfare tekstsammenheng Stimulere barna til kritisk tenkning gjennom diskusjoner og undringssamtaler</p> <p>Oppfordre barna til å uttrykke egne meninger og tanker Oppmuntre barna til å bruke verbalspråket for å komme med ideer i lek Støtte barna i å bruke språket til å skape positive relasjoner og løse konflikter Legge til rette for at barna skal kunne ta imot og forstå enkle, kollektive beskjeder Skape trygge situasjoner for hvert enkelt barn, slik at de kan tørre å ta ordet i små og større grupper. Veilede og styre samspillet mellom barna slik at de kan lytte til andre, rekke opp hånda og vente på tur Legge til rette for og oppmuntre til at barna selv kan skape rim, regler og sanger, eller en historie med begynnelse, hoveddel og slutt Gi barna tilgang til lengre historier og fortellinger Bruke språkstimulerende apper sammen med barna, som f.eks. Språkkista, Book Creator m.fl., både i lek, læring og kreative aktiviteter. Etter hvert legge til rette for at barna skal kunne bruke disse verktøyene mer selvstendig Tilby et mangfold av tall, bokstaver, ordbilder og symboler. Oppmuntre til lekeskriving og legge til rette for å øve på å skrive sitt eget navn</p>

Kunst, Kultur og Kreativitet:	1-2 år	3-4 år	5-6 år
<p><b>Mål:</b> Barnehagen skal la barna møte ulike kunstneriske og kulturelle uttrykk som gjenspeiler et mangfoldig samfunn og ulike tidsepoker. I arbeid med fagområdet skal personalet stimulere barnas nysgjerrighet, utvide deres forståelse og bidra til undring, undersøkelser, utprøvinger og eksperimentering. Barnehagen må legge til rette for og videreutvikle barnas kreative prosesser og uttrykk.</p>			
<p><b>Rammeplanen:</b></p> <p><i>Opplevelser med kunst og kultur i barnehagen kan legge grunnlag for tilhørighet, deltakelse og eget skapende arbeid. I barnehagen skal barna få estetiske erfaringer med kunst og kultur i ulike former og organisert på måter som gir barna anledning til utforsking, forydning og progresjon.</i></p> <p><i>Barna skal støttes i å være aktive og skape egne kunstneriske og kulturelle uttrykk. Barnehagen skal legge til rette for samholdighet og kreativitet ved å bidra til at barna får være sammen om å oppleve og skape kunstneriske og kulturelle uttrykk.</i></p>	<p><b>Personale skal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utforske ulike materiell gjennom kunstneriske aktiviteter.</li> <li>• Taktile opplevelser og kreativ lek med gjenstander</li> <li>• Male med fingrene</li> <li>• Tilgang til variert musikk og bevegelsessanger</li> <li>• Kjennskap til grunnleggende former og farger</li> <li>• Sensomotorisk lek</li> </ul> <p>Besøke kunstgallerier og kulturarrangementer</p>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utvikle sine motoriske ferdigheter</li> <li>• Kreativ historiefortelling</li> <li>• Kulturforståelse og samarbeid</li> <li>• Utforske ulike medier</li> <li>• Kulturell dybdekunnskap og mulighet til å utfoldelse seg kreativt</li> <li>• Besøke kunstgallerier og kulturarrangementer</li> </ul> <p>Eksperimentere med materialer</p>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eksperimentering med ulike kunstteknikker (som collage, stempeltrykk og mosaikk)</li> <li>• Bruke naturmaterialer for skapende læring og kunstneriske uttrykk</li> <li>• Skape egne musikalske og estetiske uttrykk</li> </ul> <p>Besøke kunstgallerier og kulturarrangementer</p>
<p><b>Voksenrollen:</b> Det er viktig at de voksne evner å tilpasse aktivitetene til hvert barns individuelle interesser og utviklingsnivå. Det er også viktig å skape en støttende og oppmuntrende atmosfære der barnet føler seg trygg til å utforske og uttrykke seg kreativt. Barnas nysgjerrighet og kreativitet skal støttes og barna skal få muligheten til å utfolde seg kreativt i barnehagen.</p>			

Natur, miljø og teknologi	1-2 år	3-4 år	5-6 år
<p><b>Mål:</b> Målet med denne progresjonsplanen er å skape en sterk grunnleggende forståelse og respekt for naturen, miljøet og teknologien i tidlig barndom, samtidig som man fremmer nysgjerrighet og utforskning blant barna. Det er viktig å tilpasse aktivitetene til barnas alder og utviklingsnivå, samt å legge vekt på en trygg og morsom læringsopplevelse.</p>			
<p><b>Rammeplanen:</b></p> <p><i>Opplevelser og erfaringer i naturen kan fremme forståelse for naturens egenart og barnas vilje til å verne om naturressursene, bevare biologisk mangfold og bidra til bærekraftig utvikling.</i></p> <p><i>Barnehagen skal bidra til at barna blir glade i naturen og får erfaringer med naturen som fremmer evnen til å orientere seg og oppholde seg i naturen til ulike årstider. Barnehagen skal legge til rette for at barna får oppleve naturen som arena for lek og læring.</i></p>	<p><b>Personale skal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gi barna erfaring med naturen hvor man går korte turer i nærområdet for å oppdage planter, trær og småkryp.</li> <li>• La barnet utforske ulike overflater, som gress, sand, steiner og andre arter i naturen.</li> <li>• Oppmuntre barna til at kildesortering er viktig.</li> <li>• Introdusere til og la barna få erfaring med ulike aktiviteter der fokuset rettes mot gjenbruk og kreativitet.</li> <li>• La barna bli kjent med musikkinstrumenter og musikkapper for å utvikle lydforståelsen.</li> </ul>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utforske naturen gjennom turer og samle naturlige materialer som kan undersøkes nøye.</li> <li>• Barna får kjennskap med dyreliv, insekter, fisk og planter</li> <li>• La barna få en forståelse for kildesortering og samtidig vektlegge gjenbruk og lære om hvordan vi kan bevare naturen og miljøet rundt oss.</li> <li>• Ta opp grunnleggende miljøutfordringer, for eksempel forsøpling og avskoging, på en tilrettelagt måte for diskusjon.</li> <li>• La dem utforske enklere teknologiske leker og verktøy som puslespill og byggeklosser.</li> <li>• Bøker og digitale ressurser kan være kilder til inspirasjon for å dyrke nysgjerrighet og utforskning for barna.</li> </ul>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ta med barna til lokale naturområder som parker og skoger for å studere dyrelivet.</li> <li>• Presenter faktainformasjonen om dyr til barna i større grad enn tidligere for å skape mer undring.</li> <li>• La barna delta og få kjennskap til ulike naturfenomener og solsystemet.</li> <li>• Introduser barna for miljøvern og gjenbruk.</li> <li>• Ta i bruk digitale verktøy for å undersøke diverse emner innenfor dette spesifikke fagfeltet for barna.</li> <li>• La barna undre seg over og gjøre seg erfaringer med bruk av teknologi og redskaper.</li> </ul>
<p><b>Voksenrollen:</b> Voksenrollen i progresjonsplanen er å skape et stimulerende læringsmiljø der barna føler seg ivaretatt, inspirert og oppmuntret til å utforske og lære. Vi skal være støttepersoner og gode rollemodeller for barnas oppdagelsesreise, og vårt engasjement og tilstedeværelse spiller en avgjørende rolle i å fremme barnas utvikling innenfor disse områdene.</p>			

Nærmiljø og samfunn	1–2 år	3–4 år	5–6 år
<p><b>Mål:</b> Barna skal bli kjent med nærmiljø og de nære omgivelsene for å få en bedre forståelse rundt samfunnet vi lever i.</p>			
<p><b>Rammeplanen:</b></p> <p><i>Barnas medvirkning i barnehagens hverdagsliv legger grunnlaget for videre innsikt i og erfaring med deltakelse i et demokratisk samfunn.</i></p> <p><i>Gjennom utforsking, opplevelser og erfaringer skal barnehagen bidra til å gjøre barna kjent med eget nærmiljø, samfunnet og verden.</i></p>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Skal ta med barna på korte turer for å bli kjent med nærmiljøet</li> <li>• Sørge for at barna erfarer at deres valg og handlinger kan påvirke situasjonen både for dem selv og for andre</li> <li>• Legg til rette for enkle sanseopplevelser i nærmiljøet, som å la barna kjenne på trær, gress, steiner eller leke med sand.</li> <li>• Bruk bilder og bøker som viser nærmiljøet for å hjelpe barna med å gjenkjenne kjente steder og ting.</li> </ul>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organiser lengre turer i nærmiljøet for å utforske lokale butikker, parker og andre interessante steder. Snakk om hva de ser og opplever underveis.</li> <li>• Inviter gjester fra nærmiljøet, som politibetjenter, brannmenn eller helsearbeidere, til å snakke om sine roller og bidrag til samfunnet.</li> <li>• Introduser enkle miljøbevissthetsaktiviteter som søppelplukking i nærområdet og oppmuntring til resirkulering.</li> <li>• Introdusere barna for personer, steder og samfunnsinstitusjoner i nærmiljøet for å skape tilhørighet og hjelpe barna med å orientere seg og ferdes trygt</li> </ul>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Planlegge turer til lokale historiske steder, organisasjoner og kultur hus for å lære om deres bidrag til samfunnet.</li> <li>• Inviter lokale politikere eller samfunnsledere til barnehagen for å snakke om samfunnsstyring og betydningen av deltakelse.</li> <li>• Utforsk ulike kulturer og tradisjoner i nærmiljøet gjennom aktiviteter som matlaging og feiring av lokale høytider.</li> <li>• Gi barna forståelse av at samfunnet er i endring, og at de inngår i en historisk, nåtidig og fremtidig sammenheng</li> </ul>

Kropp, bevegelse, mat og helse	1–2 år	3–4 år	5–6 år
<b>Mål:</b> Barna skal tilegne seg grunnleggende motoriske ferdigheter, gode helsefremmende vaner og respekt for egen og andres kropp			
<p><b>Rammeplanen:</b></p> <p><i>Gode vaner som tilegnes i barnehagealder, kan vare livet ut. Barnehagen skal legge til rette for at alle barn opplever bevegelsesglede, matglede og matkultur, mentalt og sosialt velvære og fysisk og psykisk helse.</i></p> <p><i>Barnehagen skal bidra til at barna blir kjent med kroppen sin og utvikler bevissthet om egne og andres grenser.</i></p>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <p><b>1. Kropp:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Identifisere og navngi kroppsdelene som hode, nese, øyne, hender og føtter. - Utforske forskjellige teksturer ved å berøre og føle på ting med hendene. - Lære å vaske og tørke hender før og etter måltider og etter toalettbesøk.</p> <p><b>2. Bevegelse:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Utvikle grovmotoriske ferdigheter som å krabbe, gå, løpe og hoppe. - Utforske ulike bevegelser som rulling, klatring og balansering. - Delta i enkle leker og aktiviteter som stimulerer bevegelse og koordinasjon.</p> <p><b>3. Mat:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Utforske forskjellige typer mat ved å se, lukte og smake på dem - Lære om sunne matvarer og hvorfor det er viktig å spise variert. - Delta i enkle matlagingssituasjoner, for eksempel å blande ingredienser eller smøre brødskeer.</p> <p><b>4. Helse:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Lære om viktigheten av å få nok søvn og hvile. - Oppmuntre til god håndhygiene og tannpuss. - Lære om følelser og hvordan uttrykke dem på en positiv måte.</p>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <p><b>1. Kroppsbevissthet:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Lære navn på kroppsdelene - Utforske ulike bevegelser som hopping, løping og klatring</p> <p><b>2. Hygiene:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Lære om viktigheten av håndvask før måltider og etter toalettbesøk - Utforske enkel tannpussrutine</p> <p><b>3. Mat og ernæring:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Identifisere og navngi ulike matvarer - Lære om sunne og usunne matvalg</p> <p><b>4. Matlaging og måltider:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Delta i enkle matlagingssaktiviteter som smøre brødskeer eller lage fruktspyd - Lære om bordmanerer og hvordan man deler mat med andre</p> <p><b>5. Fysisk aktivitet:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Delta i ulike bevegelsesaktiviteter som lek i gymsalen eller utelek i frisk luft - Lære om viktigheten av å være aktiv for kroppen Husk at barn utvikler seg i ulikt tempo, så tilpass aktivitetene etter barnas individuelle behov og ferdighetsnivå.</p>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <p><b>1. Kroppsbevissthet:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Utforske og lære om kroppens ulike systemer som hjerte, lunger og muskler - Lære om kroppens reaksjoner på fysisk aktivitet og hvile</p> <p><b>2. Hygiene:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Videreutvikle gode hygienevaner som regelmessig håndvask og tannpuss - Lære om betydningen av personlig hygiene for helse og velvære</p> <p><b>3. Mat og ernæring:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Utforske ulike matgrupper og lære om deres næringsverdi - Lære om viktigheten av et balansert kosthold og å spise variert</p> <p><b>4. Matlaging og måltider:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Delta i enkle matlagingssaktiviteter som å lage en salat eller bake enkle brød - Lære om sunne matlagingsteknikker og å sette sammen enkle måltider</p> <p><b>5. Fysisk aktivitet:</b> Personalet skal oppmuntre barna til å: - Delta i varierte fysiske aktiviteter som lek, dans eller ballspill - Lære om betydningen av regelmessig fysisk aktivitet for helse og velvære Husk at barn utvikler seg i ulikt tempo, så tilpass aktivitetene etter barnas individuelle behov og ferdighetsnivå.</p>

Kropp, bevegelse, mat og helse	1–2 år	3–4 år	5–6 år
<b>Mål:</b> Barna skal tilegne seg grunnleggende motoriske ferdigheter, gode helsefremmende vaner og respekt for egen og andres kropp			
<p><b>Rammeplanen:</b></p> <p><i>Gode vaner som tilegnes i barnehagealder, kan vare livet ut.</i></p> <p><i>Barnehagen skal legge til rette for at alle barn opplever bevegelsesglede, matglede og matkultur, mentalt og sosialt velvære og fysisk og psykisk helse.</i></p> <p><i>Barnehagen skal bidra til at barna blir kjent med kroppen sin og utvikler bevissthet om egne og andres grenser.</i></p>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <p><b>1. Kropp:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Identifisere og navngi kroppsdelene som hode, nese, øyne, hender og føtter.          - Utforske forskjellige teksturer ved å berøre og føle på ting med hendene.          - Lære å vaske og tørke hender før og etter måltider og etter toalettbesøk.</p> <p><b>2. Bevegelse:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Utvikle grovmotoriske ferdigheter som å krabbe, gå, løpe og hoppe.          - Utforske ulike bevegelser som rulling, klatring og balansering.          - Delta i enkle leker og aktiviteter som stimulerer bevegelse og koordinasjon.</p> <p><b>3. Mat:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Utforske forskjellige typer mat ved å se, lukte og smake på dem          - Lære om sunne matvarer og hvorfor det er viktig å spise variert.          - Delta i enkle matlagingssituasjoner, for eksempel å blande ingredienser eller smøre brødskeer.</p> <p><b>4. Helse:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Lære om viktigheten av å få nok søvn og hvile.          - Oppmuntre til god håndhygiene og tannpuss.          - Lære om følelser og hvordan uttrykke dem på en positiv måte.</p>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <p><b>1. Kroppsbevissthet:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Lære navn på kroppsdelene          - Utforske ulike bevegelser som hopping, løping og klatring</p> <p><b>2. Hygiene:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Lære om viktigheten av håndvask før måltider og etter toalettbesøk          - Utforske enkel tannpussrutine</p> <p><b>3. Mat og ernæring:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Identifisere og navngi ulike matvarer          - Lære om sunne og usunne matvalg</p> <p><b>4. Matlaging og måltider:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Delta i enkle matlagingssaktiviteter som smøre brødskeer eller lage fruktspyd          - Lære om bordmanerer og hvordan man deler mat med andre</p> <p><b>5. Fysisk aktivitet:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Delta i ulike bevegelsesaktiviteter som lek i gymsalen eller utelek i frisk luft          - Lære om viktigheten av å være aktiv for kroppen</p> <p>Husk at barn utvikler seg i ulikt tempo, så tilpass aktivitetene etter barnas individuelle behov og ferdighetsnivå.</p>	<p><b>Personalet skal:</b></p> <p><b>1. Kroppsbevissthet:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Utforske og lære om kroppens ulike systemer som hjerte, lunger og muskler          - Lære om kroppens reaksjoner på fysisk aktivitet og hvile</p> <p><b>2. Hygiene:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Videreutvikle gode hygienevaner som regelmessig håndvask og tannpuss          - Lære om betydningen av personlig hygiene for helse og velvære</p> <p><b>3. Mat og ernæring:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Utforske ulike matgrupper og lære om deres næringsverdi          - Lære om viktigheten av et balansert kosthold og å spise variert</p> <p><b>4. Matlaging og måltider:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Delta i enkle matlagingssaktiviteter som å lage en salat eller bake enkle brød          - Lære om sunne matlagingsteknikker og å sette sammen enkle måltider</p> <p><b>5. Fysisk aktivitet:</b>          Personalet skal oppmuntre barna til å:          - Delta i varierte fysiske aktiviteter som lek, dans eller ballspill          - Lære om betydningen av regelmessig fysisk aktivitet for helse og velvære</p> <p>Husk at barn utvikler seg i ulikt tempo, så tilpass aktivitetene etter barnas individuelle behov og ferdighetsnivå.</p>



