



TØNSBERG  
KOMMUNE



RAMMEVERK FOR 3. OG 4. TRINN

# Lek og lærelyst

TØNSBERG KOMMUNE

## Innhold

Innledning.....	3
<b>Hvorfor lek på 3. og 4. trinn? .....</b>	<b>3</b>
<b>Hva er læring og hvordan skjer læring? .....</b>	<b>4</b>
<b>Leken og overordnet del i læreplanen .....</b>	<b>5</b>
<b>Leken i skolen .....</b>	<b>6</b>
Voksenrollen .....	7
Rammeverket for skole og SFO .....	8
<b>Organisering av leken på 3. og 4. trinn.....</b>	<b>8</b>
<b>Voksenstyrt aktivitet.....</b>	<b>9</b>
<b>Faglig innhold .....</b>	<b>9</b>
<b>Det fysiske miljøet og lekemateriell .....</b>	<b>10</b>
<b>Skolefritidsordningen (SFO).....</b>	<b>11</b>
Grunnleggende ferdigheter og kompetansemål .....	12
<b>Grunnleggende ferdigheter .....</b>	<b>12</b>
Muntlige ferdigheter: .....	12
Å kunne skrive: .....	12
Å kunne regne: .....	12
Å kunne lese: .....	12
<b>Kompetansemål i fagene.....</b>	<b>13</b>
Norsk: .....	14
Engelsk:.....	15
Matematikk (etter 3.trinn): .....	15
Matematikk (etter 4.trinn): .....	16
Samfunnsfag:.....	16
Naturfag: .....	17
Kunst og håndverk:.....	18
Kroppsøving:.....	19
Musikk: .....	19
Mat og helse: .....	20
KRLE: .....	20
Referanseliste .....	22
Om rammeverket.....	25

# Innledning

Rammeverket for lek og lærelyst sikrer lekens plass på 3. og 4. trinn, og er en videreføring av «Lekende lett skolestart – rammeverk for 1. trinn» og «Lek og lærelyst – rammeverk for 2. trinn.» Rammeverket fremhever viktigheten av lek også på høyere trinn, og viser at det både er rom for og behov for lek.

I rammeverkene for 1. og 2. trinn er det en gjennomgang av bakgrunnen for prosjektet, gjennomgang av hva lek er, voksenrollen og tilrettelegging for sårbare barn i leken. For at dette rammeverket ikke skal bli for omfattende, gjentas ikke alt her. Det anbefales derfor at du leser rammeverket for 1. eller 2. trinn dersom du ikke har lest det tidligere.

## Hvorfor lek på 3. og 4. trinn?

I lek lærer barn ferdigheter de trenger for å tilpasse seg skolehverdagen, arbeidslivet og fungere sammen med andre (Olsen, 2025). I leken opplever barn glede og engasjement, og dette bidrar til at de er villige til å strekke seg langt for å holde leken gående. De er villige til å inngå kompromiss, sette egne behov til side, og de står i konflikt og uenighet for å finne løsninger som kan holde leken i gang. Å være i lek sammen med andre krever god selvkontroll (Vygotsky, 2016). Gjennom lek får barn venner, de lærer seg å håndtere problemer, ta avgjørelser, følge regler, regulere følelser, og de utvikler egne interesser og kompetanser (Gray, 2011).

I den vestlige verden har det vært en utvikling de siste tiårene der barn har mindre tid til frilek, spesielt utendørs (Hjorthol & Nordbakke, 2015; Hofferth, 2009; Valentine & McKendrick, 1997). Denne tendensen sees også i Norge, og det vises også til at barn i dag er mer overvåket av foreldrene og tilbringer mer tid i stillesittende aktiviteter innendørs (Skår & Krogh, 2009). Forskning viser at for mye styring av barns tid kan ha både kortsiktige og langsiktige negative konsekvenser, som dårligere oppførsel, økt behov for instruksjoner (lite selvdrevne), utfordringer med å tolke lekesignaler, og større risiko for utenforskap i voksen alder (bl.a. Barker et al., 2014; Brown, 2009, referert i Eide-Midsand, 2015, s.55; Weikart, 1998). Motsatt viser forskning at barn som får bestemme mer over egen tid, utvikler bedre selvstyringsferdigheter (eksekutive funksjoner) og får en økt indre motivasjon for aktiviteter (Barker et al., 2014).

Resultatene på elevundersøkelsen og Ungdata de siste årene viser at andelen barn og ungdom som kjeder seg på skolen er økende, motivasjon for læring synker og det er færre og færre elever som gleder seg til skolen (Mejlbo, 2024, 22. januar; Ungdata, 2024, 12. august). Barnebarometeret (Barneombudet, 2025) viser at barn etterlyser mer aktivitet, lek og praktisk undervisning på skolen. De ønsker også mer tid som ikke er organisert på fritiden, og mulighet til å slappe av og sove mer. Selvbestemmelsesteori argumenterer for, og viser til forskning som viser at mennesker har tre behov som ser ut til å være sentrale for å fremme optimal fungering, sosial utvikling og livskvalitet (Ryan & Deci, 2000). De tre behovene er 1) behovet for autonomi - følelsen av å være aktør i egen hverdag, 2) behovet for mestring - å oppleve seg som kompetent, og 3) behovet for

tilhørighet - å føle seg inkludert i et fellesskap. Ryan og Deci (2000) viser til forskning som viser at når barn og voksne opplever autonomi, mestring og tilhørighet, så øker den indre motivasjonen, engasjement i oppgaven øker og prestasjoner øker. Når lærere støtter elevers autonomi, øker elevenes nysgjerrighet, motivasjon og ønske om utfordringer (bl.a Deci et al., 1981, referert i Ryan & Deci, 2000, s. 71). Motsatt, viser studier at når kontrollen i skolen øker, tar elever mindre initiativ og lærer mindre (bl.a. Amabile, 1996, referert i Ryan & Deci, 2000, s. 71).



*Mer lek kan gi økt motivasjon for læring.*

Barn rapporterer at de ønsker mer lek i skolen, og forskning viser at mer tid som barna kan bestemme over selv bidrar til økt indre motivasjon, bedre selvstyringsferdigheter, økt engasjement og bedre prestasjoner. Derfor vil barnestyrt lek i skolen ikke bare kunne bidra til at barn føler seg hørt og får en økt trivsel på skolen, men også at de i større grad klarer å følge beskjeder og gjøre som læreren sier i undervisningen, samt at de opplever økt motivasjon og presterer bedre. Mer barnestyrt lek i skolen kan gi elever økt utbytte av undervisningen.

## Hva er læring og hvordan skjer læring?

Læring er definert som en relativt varig endring i opplevelse og atferd som følge av tidligere erfaring (Svartdal, 2024, 26. november). Ved bruk av denne definisjonen kan svært mye ses på som læring. I skolen har det vært en utvikling, spesielt etter innføringen av Kunnskapsløftet, med mer kontroll og målstyring. Østby (Østby, 2019, 2. juni) argumenterer for at med denne målstyringen og fokuset på vurdering, innebærer det en avgrensning for hvilken læring som fremmes og anerkjennes i skolen. Det skjer mye læring i lek, men barn leker ikke for å lære (Sirevåg, 2025, 13. mars). Læringen som skjer i leken kan ikke forhåndsbestemmes eller måles. Lekens egenverdi må i større grad anerkjennes og fremheves i skolen for at den skal få mer plass. Lek er altopplukende og fører til at barn glemmer tid og sted (Brown, 2009, referert i Steinkopf & Andersen, 2024). Videre er lek indre motivert (Lunde & Brodal, 2022, s. 105). Selv om barn ikke leker for å lære, så bidrar leken til allsidig læring (Lunde & Brodal, 2002, s.107) og barn øver opp en rekke ferdigheter som er viktig for å mestre skolehverdagen og fungere sammen med andre, som det er vist til tidligere. Leken kan også forsterke og bidra til faglig læring ved at 1) barn tar med det de har lært inn i leken - berike leken (Greve & Løndal, 2012, referert i Hogsnes et al., 2025, s. 16), 2) barn kan selv ta initiativ til læringsaktiviteter i lek (Hogsnes et al., 2025, s. 45), og 3) leken kan bidra til en bedre forståelse av faglig læring på bakgrunn av erfaringer i lek (eksempler nevnes under «Grunnleggende ferdigheter og kompetansemål»).

Læring er ikke noe som kan tvinges på noen, det kan bare legges til rette for læring. Derfor er læring en vekstprosess, fremfor en produksjonsprosess (Franklin, 1999, referert i Lunde & Brodal, 2022, s. 81). Trygghet og tillit er grunnleggende for at læring i det hele tatt kan skje (Lunde & Brodal, 2022). Da er det viktig med gode og trygge relasjoner til medelever og til læreren, samt et godt læringsmiljø. Mening er også viktig med tanke på læring. Mening bidrar til motivasjon og gjør at det er enklere å holde oppmerksomheten på det som skal læres (Lunde & Brodal, 2022). Leken bygger relasjoner, skaper trygghet (Mejlbo, 2024, 2. august) og er meningsfull for barna (Sirevåg, 2025, 13. mars). Oppsummert er lek gøy for barna, i tillegg bidrar den til å åpne læringsdøren for faglig læring.

## Leken og overordnet del i læreplanen

Utvikling og læring som skjer i leken kan enklere knyttes til overordnet del i læreplanen enn til kompetansemålene i fag. Formålsparagrafen og overordnet del skal «gi retning for opplæringen i alle fag», og den «beskriver det grunnsynet som skal prege pedagogisk praksis i hele grunnopplæringen» (Utdanningsdirektoratet, 2017, s. 1). Mange av områdene som omtales i overordnet del vil være ivaretatt gjennom barnestyrte lek og under nevnes noen eksempler.

*Grunnoplæringen er en viktig del av en livslang dannelsingsprosess som har enkeltmenneskets frihet, selvstendighet, ansvarlighet og medmenneskelighet som mål. Opplæringen skal gi elevene et godt grunnlag for å forstå seg selv, andre og verden, og for å gjøre gode valg i livet. Opplæringen skal gi et godt utgangspunkt for deltakelse på alle områder innenfor utdanning, arbeids- og samfunnsniv. Samtidig lever barn og unge her og nå, og skolen må anerkjenne barndommens og ungdomstidens egenverdi.*

*Danning skjer også gjennom opplevelser og praktiske utfordringer i undervisningen og skolehverdagen. Et bredt spekter av aktiviteter, fra strukturert og målrettet arbeid til spontan lek, gir elevene en erfaringsrikdom. (Utdanningsdirektoratet, 2017, s. 10)*

Når skolen skal anerkjenne barndommens egenverdi, må den legge til rette for barnestyrte lek. Lek er barndommens signatur/uttrykksform og har verdi i seg selv (Gopnik, 2009, referert i Wolf, 2014, s. 15.). Gjennom lek utvikles evnen til empati og mentalisering (se seg selv utenfra og andre innenfra). Barn må ta valg og hvis det går galt, lærer de seg å ta ansvar for valgene de har tatt. Hvis det alltid er andre som tar valgene for barna, kan de alltid skyldes på noen andre når det går galt. Når all forskning på lek samles, er det tydelig at leken i stor grad ivaretar dannelsingsoppdraget til skolen.

*Ferdigheter er å beherske handlinger eller prosedyrer for å utføre oppgaver eller løse problemer, og omfatter blant annet motoriske, praktiske, kognitive, sosiale, kreative og språklige ferdigheter. (Utdanningsdirektoratet, 2017, s. 12)*

Barn utvikler en rekke ferdigheter, som de trenger for å mestre skolehverdagen, i leken. Blant annet utvikles selvstyringsferdighetene gjennom lek (Thibodeau-Nielsen et al., 2020), som kreves for å utsette egne behov, følge beskjeder, planlegge og gjennomføre skolearbeid. Gjennom fantasilek lærer barn at noe kan representere noe annet, og legger grunnlaget for viktige kognitive funksjoner som meningsdannelse, logisk

hukommelse, abstrakt tenkning og språk (Karoff og Jessen, 2014, referert i Hogsnes et al., 2025, s 19). Leken utvikler de ferdighetene som muliggjør faglig læring.

*Elevenes læring og utvikling skal stå i sentrum for skolens virksomhet.*  
(Utdanningsdirektoratet, 2017, s. 18)

Når elevenes læring og utvikling skal stå i sentrum, kan ikke en snever definisjon av læringsbegrepet styre skolen. Det finnes enormt med forskning som viser betydningen av lek for en sunn utvikling. Evolusjonen har utstyrt alle dyrearter, til og med insekter, med lek, til tross for at leken er en altoppslukende aktivitet som, for mange arter, innebærer økt risiko for å bli spist. Når leken likevel har overlevd gjennom tidene, og på tvers av arter, så må det bety at den er viktig for overlevelsen av arten. Dyrestudier, spesielt på aper og rotter, har vist at dyrebarn som nektes å leke med andre dyrebarn, utvikler dårlige sosiale ferdigheter og risikerer å bli utstøtt fra fellesskapet når de blir eldre (Lunde & Brodal, 2022, s.110 og 112). Det er rett og slett mindre sannsynlighet for at de får reproduisert seg når de ikke får leke som barn. Leken er helt sentral for dyrs, inkludert menneskers, naturlige utvikling og for overlevelse, og må derfor også være sentral i skolen når utvikling skal stå i sentrum for skolens virksomhet.

## Leken i skolen

Det er fremdeles viktig at leken er barnestyrt, som nevnt tidligere, fordi barn selv definerer lek som den leken de kan ta initiativ til og styre selv, og fordi autonomi/selvbestemmelse fremmer motivasjon og engasjement. Det må være en bevissthet rundt hva slags lek det tilrettelegges for, slik at elevene får mulighet til å delta i ulike typer lek. Ulike typer lek (Ringereide, 2021, 13. januar):

- **Øvelseslek/funksjonell lek**  
der barna øver på ulike ferdigheter, det er fysisk aktiv lek og også risikofylt lek. Her inngår hoppe, løpe, klatre, krype, balansere og herjelek slik som dytte, kile, jage-ta, lekeslåssing osv.
- **Konstruksjonslek**  
klosser, Lego, klipp og lim, perler
- **Symbolisk lek**  
liksomlek, rollelek, fantasilek
- **Regelstyrt lek**  
følger bestemte regler for hva som er lov og ikke



*Det er viktig å skape rom for den fysiske leken. Er det mulig å få til inne?*

Et av forskningsfunnene til Hogsnes m.fl. (2025), som forsker på «Lekende lett skolestart,» er at barna også trenger mulighet for hvile. Barna selv skiller ikke dette nødvendigvis fra lek, men heller at hvilestunden kan være en type lek. Barna regulerer ofte behovet for hvile selv og kan skape områder for hvile både inne og ute, som f.eks. slappe-av fart på huska eller late som man sover (Hogsnes et al., 2025). Det er likevel viktig at de voksne har en bevissthet rundt dette slik at mulighetene for hvile er der.

### **Voksenrollen**

Selv om det er barnestyrt lek, må de voksne være tilgjengelige og oppmerksomme når barna leker. De voksne må kunne innta ulike roller i leketiden etter hva det er behov for. I løpet av en lekeøkt kan en voksen ha vært en observatør som har fulgt med på alle barna og hatt oversikt, vært en som satte i gang en lek sammen med et barn som strevde med å komme i gang i leken, hatt en passiv rolle som pasient i en sykehuslek og veiledet barn i en lek der det oppstod konflikt. Kanskje har den voksne også vært et trøstende fang for et barn som hadde en tung morgen. Selv om de voksne ikke skal bestemme hva barna gjør i leketiden må de likevel tilrettelegge i leketiden slik at det blir en god stund for alle barn. Det er mange måter å tilrettelegge på som fremdeles gir lek på barnas premisser. Å starte opp en lek er en form for tilrettelegging så lenge det er frivillig om barna vil bli med i leken. Den voksne kan delta i lek på ulike måter, ved å være en passiv eller aktiv deltager, en fasilitator og/eller en som setter ord på det som skjer. Den voksne fungerer som en reguleringsstøtte for barn i leken og kan være en god rollemodell for blant annet sosiale ferdigheter (turtaking, be om hjelp, problemløsning osv.) og emosjonelle ferdigheter (gjenkjenne og sette ord på følelser, se følelser hos andre, uttrykke egne behov osv.). Det kan ta tid for voksne å bli trygg i den nye rollen i leketiden og det er derfor viktig at det settes av tid til refleksjon og diskusjon rundt dette temaet.

Akkurat som at noen barn trenger spesielle tilrettelegginger i ordinær undervisning, kan noen barn ha behov for tilrettelegging i leketiden. Det kan handle om å gjøre noe lekemateriell mer eller mindre tilgjengelig (eks. fjerne tegning som mulighet for et barn som alltid tegner), men det kan også handle om å ramme inn i stor grad og i enkelte tilfeller styre deler av leketiden for noen barn. Målet med denne ekstra tilretteleggingen er å sikre inkludering og at leketiden blir god for alle, samt sørge for at alle barn får en utvikling. For eksempler på ulike vansker som kan kreve tilrettelegging i leketiden samt hva slags tilrettelegging som kan prøves, se rammeverket for «Lekende lett skolestart» eller «Lek og lærelyst» for 2. trinn.

# Rammeverket for skole og SFO

Rammeverket inneholder temaene organisering (på 3. og 4. trinn), faglig innhold, SFO samt fysisk miljø og lekemateriell. Rammeverket inneholder alle kompetansemålene etter 4. trinn. Kompetansemålene styringsgruppa (se navn på medlemmene i styringsgruppa etter kompetansemålene i dette rammeverket) mener oppnås gjennom barnestyrt lek er uthevet. Styringsgruppa har satt opp et forslag til fag- og timefordeling (eget vedlegg), der fem timer i uka brukes til den barnestyrt leken på 3. trinn og tre timer i uka på 4. trinn. Det er viktig å bemerke at den overordnede delen i Kunnskapsløftet, grunnleggende ferdigheter og kompetansemål er lagt til grunn.

Rammeverket er tydelig og førende på tiden som skal settes av til barnestyrt lek og at det må sikres sammenhengende tid til den barnestyrt leken. Når det kommer til organisering av dagen, faglig innhold, fysisk miljø og lekemateriell kommer rammeverket med noen anbefalinger og ønsker å skape bevissthet rundt ulike løsninger, men det er stort handlingsrom for skolen og for den enkelte lærer. Lærerens autonomi er avgjørende for at opplegget skal fungere etter hensikten, ettersom det gir rom for å tilpasse og utforske ulike løsninger som møter behovene i den aktuelle elevgruppen.

I tillegg til dette rammeverket er det viktig med kompetanseheving til lærere og ansatte i SFO. De må være bevisste på ulike typer lek og hvordan det tilrettelegges for de ulike typene lek. De må forstå viktigheten av lek og lære seg ulike måter å delta i og støtte barn i lek. Skoleledelsen har en viktig jobb med å støtte de ansatte og anerkjenne at voksenrollen i skolen, spesielt for lærerne, blir annerledes med mye barnestyrt lek. Det bør prioriteres tid på utviklingstid for hele personalet og på trinnteam til å jobbe med temaet lek og voksenrollen i lek.

Foreldre kan noen ganger være pådrivere for et høyt faglig trykk på skolen og må også gjøres bevisste på all den naturlige læringen som skjer gjennom lek. Det er viktig med god informasjon fra både skole og PP-tjenesten.

## Organisering av leken på 3. og 4. trinn

På 3. trinn i Tønsberg kommune har elevene 20 undervisningstimer i uka. Minimum fem av disse timene skal settes av til barnestyrt lek.

På 4. trinn i Tønsberg kommune har elevene 20 undervisningstimer i uka. Minimum tre av disse timene skal settes av til barnestyrt lek.

Leketiden bør legges fra morgenen av så langt det lar seg gjøre. Begrunnelsen for at dagen bør starte med lek er for å sikre at lærerne får nok tid til å se alle barna og for å gi alle barn en god start der de føler på mestring og inkludering i et fellesskap. Den barnestyrt leken kan organiseres både inne og ute.

Kontaktlærer bør være til stede mesteparten av leketiden. På høyere trinn blir det gjerne flere faglærere og det anbefales at også faglærere får være med i noe av leketiden for å bygge relasjon til alle barna. Dette vil gjøre faglærernes arbeid i undervisningstiden



*Ja, takk, begge deler! Voksenstyrte aktiviteter er også viktig, men det må komme i tillegg til den barnestyrt leken.*

enkler ved at barna blir tryggere på faglærerne og ved at faglærerne blir bedre kjent med barna. Dersom noen faglærere ikke deltar i noe av den timeplanfestede leketiden, anbefales det at faglæreren setter av tid til lek i undervisningen i oppstarten av året for å bli godt kjent med barna.

## Voksenstyrt aktivitet

Voksenstyrt aktivitet, som f.eks. samarbeidsleker, der alle elevene i klassen deltar og gjør noe sammen er også en viktig. Det bidrar til felles opplevelser for alle elevene og kan bidra til å skape et enda bedre klassemiljø. Det gir også alle elevene i klassen felles opplevelser som de kan bygge videre på i den barnestyrt

leken og som kan gjøre at elever som vanligvis ikke leker sammen, finner sammen i lek. Det anbefales at lærer legger til rette for slike aktiviteter hver dag, spesielt på 4. trinn da tiden til barnestyrt lek reduseres.

## Faglig innhold

Barn er naturlig nysgjerrige og ønsker å lære. Den barnestyrt leken vil, for de aller fleste barn, bidra til motiverte barn på skolen. Det er mange måter å organisere undervisningen på og organiseringen vil påvirke barnas utbytte av opplæringen. Varierte og praktiske arbeidsmetoder anbefales, og det er viktig å gjøre det som skal læres relevant for barna. Ved å bruke en lekbasert tilnærming gir det som skal læres mer mening for barna og da er det større sannsynlighet for at barna lærer. Erfaringer barna gjør seg i den barnestyrt leken kan være et godt utgangspunkt for undervisningen og lærer kan bruke eksempler fra leken for at undervisningen blir mer relevant. Et eksempel her kan være når lærer skal ta for seg kompetansemålet «identifisere og reflektere over etiske spørsmål» i KRLE, så går det an å bruke opplevelser barna har hatt i leken for å få frem at barna stadig møter etiske spørsmål og gjør ulike vurderinger. Den barnestyrt leken bidrar også til læring ved at barn ofte tar med seg det de har lært/utforsket inn i lek og dermed forsterkes læringen.

Tønsberg kommune er med i Liv og røre, og der vektlegges bruk av fysisk aktiv læring (FAL). Bruk av FAL-økter anbefales da det er en metode som gir variasjon og aktivitet i undervisningen (Vestfold og Telemark Fylkeskommune, 2021). Forskning har vist at elever som beveger seg, lærer mer (Jeppesen, 2024, 10. februar).

## Det fysiske miljøet og lekemateriell

I klasserommet og andre tilgjengelige rom, må det skapes nok rom for den barnestyrt leken. Det må jobbes for at det fysiske miljøet inviterer til lek. Når det kommer til møblering, anbefales det å prøve ut ulike måter å organisere klasserommet på for å se hvordan det fungerer i barnegruppa. Det handler om å få en bevissthet rundt hvordan det fysiske miljøet og organiseringen påvirker dynamikken i gruppa. Noen skoler har større muligheter for fleksible løsninger på grunn av lokalene de disponerer, mens for



*Kan barna leke på gangen? Er det andre arealer som kan benyttes i leketiden?*

andre vil det ikke være like mange muligheter. Der det er mulig kan også SFO-arealene benyttes i løpet av skoledagen. Det kan skape mer rom og muligheter for leken. Når det er barnestyrt lek, kan det være behov for områder som er mer skjermet der barna kan delta i roligere aktiviteter samt ta seg en pause. Dette kan løses ved for eksempel å ha et mindre rom som er definert til roligere aktiviteter eller ved å ha lyddepnende skjermvegger/møbler med støydepning i klasserommet.

På høyere trinn blir det ofte mindre areal og det fordrer mer kreative løsninger for å legge til rette for den barnestyrt leken. SFO-arealene benyttes kanskje av de yngre elevene, og da må lærerne

se på hvilke andre muligheter som finnes. Skal mer av leketiden organiseres ute? Er gymsalen tilgjengelig? Er det mulig å legge til rette for lek i gangarealene? Kan en løsning være å leke sammen med et annet trinn og dele arealer?

Med tanke på lekemateriell, anbefales det at udefinert lekemateriell fremdeles benyttes. Definerbart lekemateriell kan selvfølgelig også benyttes. Leken utvikler seg ettersom barna blir eldre og får en økt lekkompetanse og bedre sosiale ferdigheter. Barn i 3. og 4. klasse ha stor glede av mange av de samme typene lek som barn på 1. og 2. trinn, som rollelek, spesielt med utkledding, konstruksjonslek og fysisk aktiv lek. Barn i denne alderen deltar i økende grad i regelleker og ulike spill som kortspill og brettspill. I tillegg til å ha flere bøker tilgjengelig, bør det også være flere spill på 3. og 4. trinn.

## Skolefritidsordningen (SFO)

I 2024 gikk 85,9% av barna på 3. trinn på SFO (hele landet). Det er et hopp fra året før (62,7% i 2023), etter innføringen av gratis kjernetid på 3. trinn. I flere år har det vært en trend at det er betydelig færre barn i SFO på 4. trinn, og der har det heller ikke vært et lignende hopp i deltakelse da gratis kjernetid ikke er innført for 4. trinn. I 2023 gikk 36,6% av 4. klassingene på SFO, og i 2024 var det 37,2% (Gilje & Haraldsrud, 2025, 2. juli).

I studier, der forskerne har snakket med barn om SFO eller «fritids» (SFO i Sverige), uttrykker de eldre barna at det er kjedelig å være på SFO og at de kan oppleve at det blir for mange barn på SFO slik at de heller ønsker å dra hjem og ha det roligere rundt seg. De eldre barna uttrykker at de i større grad liker sport og spill (Lago, 2025). En løsning for å holde 4. klassingene i SFO kan derfor være å tilby lek og aktiviteter som i større grad treffer de eldste barnas behov i SFO. Som i leketiden på skolen, må det også legges til rette for hvile når barna er på SFO, og det må også reflekteres rundt om det som anses som hvile for en 4. klassing er annerledes enn for en 1. klassing.

I rammeverkene for 1. og 2. trinn vises det til rammeplanen for SFO, og samarbeid mellom undervisningspersonale og SFO-ansatte tematiseres. SFO er en arena der leken har en sentral plass, og det skal legges til rette for at de ansatte kan reflektere rundt lek og sin rolle i leken (Kunnskapsdepartementet, 2021, s. 14). Samarbeid mellom undervisningspersonale og SFO-ansatte er fremdeles en utfordring for mange skoler. Det å tenke helhetlig rundt barnas skolehverdag, uavhengig om det er SFO eller undervisning, kan gi barna en økt følelse av sammenheng og smidigere overganger i hverdagen. Det oppfordres derfor til at skolen fortsetter å se på muligheter og løsninger for samarbeid.

# Grunnleggende ferdigheter og kompetansemål

Tidligere i rammeverket er det vist til overordnet del og hvor mye leken bidrar til læring og utvikling, både faglig og sosialt. I denne delen handler det mer konkret om hvordan leken bidrar i den faglige læringen.

## Grunnleggende ferdigheter

Digitale enheter, som iPad eller PC skal ikke være tilgjengelig for elevene i den barnestyrt leken og derfor vil ikke barna utvikle de digitale ferdighetene i leken.

### **Muntlige ferdigheter:**

Barn får mye øvelse i muntlige ferdigheter gjennom lek og lekbaserte aktiviteter. Forskning viser at lek fremmer språkutviklingen, barn øver seg på å lytte til andre, uttrykke egne meninger og øver seg på problemløsning sammen med andre.

### **Å kunne skrive:**

Det er mange barn som er motiverte for å skrive, når de kan skrive på sin måte og om noe som engasjerer dem. Ved å ha blyanter, ark, kritt osv. tilgjengelig i leketiden, vil barna benytte seg av det materiellet. De voksne kan foreslå at barna lager skilt/lister ol. når de leker ulike leker som butikk, restaurant, sykehus osv.

### **Å kunne regne:**

Barn får øvd på de grunnleggende ferdighetene i regning gjennom lek. Barn forholder seg til mengder, tall og ulike former i lek, og de bruker mange begreper som er viktige for den matematiske forståelsen.

### **Å kunne lese:**

Barn er som regel nysgjerrige på bokstaver og lesing, og utforsker dette i lek. Når læring kombineres med muligheten for lek, vil barna fortsette å utforske det de har lært i leken. På høyere trinn kan de aller fleste lese, og da kan skolen i større grad gjøre mer materiell som krever lesing, tilgjengelig for elevene.

## Kompetansemål i fagene

Alle kompetansemål etter 4. trinn for hvert fag er listet opp, og de som er uthevet ivaretas gjennom barnestyrt lek. For å nå enkelte mål er tilrettelegging avgjørende, f.eks. å sørge for tilgjengelig materiell (kunst og håndverk) og legge til rette for varierte bevegelsesleker (kroppssøving). På høyere trinn er det stadig færre mål som oppnås gjennom barnestyrt lek, og det er derfor viktig å understreke at leken ivaretar det overordnede oppdraget til skolen i stor grad, og presisere at leken kan gi erfaringsgrunnlag som kan gi en bedre forståelse for og mening til undervisningen. Under følger noen eksempler på hvordan leken kan bidra til økt læringsutbytte av enkelte kompetansemål selv om den barnstyrte leken i seg selv ikke dekker målet.



Ved å legge frem ulike typer materiell og modellere vil flere barn ta i bruk og utforske materialet.

*Norsk: reflektere over hvordan språkbruken vår påvirker andre, og hvordan vi tilpasser og endrer språket i ulike situasjoner.* I leken erfarer barn hvordan språket kan bidra positivt og negativt i samspillet med andre barn.

*Samfunnsfag: samtale om identitet, mangfold og fellesskap og reflektere over korleis det kan opplevast ikkje å vere ein del av fellesskapet.* De aller fleste barn har kjent på utenforskap i lek, og det er et godt utgangspunkt for å kunne samtale om og reflektere rundt dette temaet. Å ha kjent på utenforskap på kroppen gjør at temaet gir mer mening og det skaper mer forståelse for at dette er et viktig tema.

*Samfunnsfag: samtale om grenser knytte til kropp, kva vald og seksuelle overgrep er, og kvar ein kan få hjelp dersom ein blir utsett for vald og seksuelle overgrep.* Barn lærer seg å sette grenser for seg selv i lek. De lærer også om andres grenser. Når barn får kjenne på at grenser blir brutt, og erfarer hva det gjør med en selv eller andre, kan det bidra til at flere forstår alvoret i dette temaet. Den Canadiske lekforskeren Brussoni argumenterer for at risikofylt lek blant annet er viktig for å lære seg om egne og andres grenser, lese rommet og andres behov, og på den måten få en bedre forståelse av samtykke i seksuell kontakt (Jåbekk & Sandåker, 2024, 1. juni).

*Naturfag: samtale om likheter og ulikheter mellom kjønnene, om kjønnsidentitet og om menneskets reproduksjon.* Dette er noe barn er nysgjerrige på og ofte utforsker i lek. De kan leke familie og få barn, de kan innta ulike roller uavhengig av kjønn, de kan leke doktor og oppdage forskjeller, men også finne likheter, mellom jenter og gutter.

KRLE: *identifisere og reflektere over etiske spørsmål*. Lærere i piloten, «Lekende lett skolestart» forteller at barna stadig møter etiske spørsmål i leken, og ved å ta tak i de erfaringene barna får og gjør seg i leken, så vil undervisningen bli mer meningsfull.

I tillegg til at barn kan få varierte erfaringer i lek som kan knyttes til faglig læring, gir leken også erfaringer med verbene som brukes i kompetansemålene. Gjennom lek erfarer barn blant annet å *utforske, lytte, samtale, beskrive, fortelle, sammenligne og reflektere*.

## **Norsk:**

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- lese og lytte til fortellinger, eventyr, sangtekster, faktabøker og andre tekster på bokmål og nynorsk og i oversettelse fra samiske og andre språk, og samtale om hva tekstene betyr for eleven
- velge bøker fra bibliotek ut fra egne interesser og leseferdigheter
- lese tekster med flyt og forståelse og bruke lesestrategier målrettet for å lære
- **utforske og formidle tekster gjennom samtale, skriving, lek, bevegelse og andre kreative uttrykk**
- samtale om forskjellen mellom meninger og fakta i tekster
- holde muntlige presentasjoner med og uten digitale ressurser
- kombinere ulike uttrykksformer i sammensatte tekster
- følge opp innspill fra andre i faglige samtaler og stille oppklarende og utdypende spørsmål
- beskrive, fortelle og argumentere muntlig og skriftlig og bruke språket på kreative måter
- skrive tekster med funksjonell håndskrift og med tastatur
- bruke komma og andre skilletegn i tekster
- bruke fagspråk om setningsoppbygning og bøyning av verb, substantiv og adjektiv i samtaler om språk og om egne og andres tekster
- reflektere over hvordan språkbruken vår påvirker andre, og hvordan vi tilpasser og endrer språket i ulike situasjoner
- **sammenligne ord og uttrykk i norsk og andre språk**
- utforske og samtale om språklig variasjon og mangfold i nærmiljøet
- utforske forskjeller og likheter mellom skriving på hovedmål og sidemål

## **Engelsk:**

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- utforske ulike ordbøker og hvordan de kan brukes i språklæring
- bruke digitale ressurser til å utforske språket og samhandle med andre
- utforske og bruke det engelske alfabetet og uttalemønstre i varierte lek- sang- og språklæringsaktiviteter
- lytte til og forstå ord og uttrykk i tilpassede tekster
- **bruke noen vanlige småord, høflighetsuttrykk og enkle fraser og setninger for å få hjelp til å forstå og bli forstått**
- delta i samtaler om egne og andres behov, følelser, dagligliv og interesser og bruke samtaleregler
- **oppdage og leke med ord og uttrykk som er felles for engelsk og andre språk eleven kjenner til**
- identifisere ordklasser i tilpassede tekster
- følge enkle regler for rettskriving og setningsstruktur
- lese og forstå tekster med lydrette ord og kjente og ukjente ordbilder
- lese og forstå betydningen av kjente og ukjente ord, fraser og setninger ut fra sammenhengen i selvvalgte tekster
- lese og samtale om innhold i ulike typer tekster, inkludert billedbøker
- skrive enkle tekster som uttrykker tanker og meninger
- samtale om noen sider ved ulike levemåter, tradisjoner og skikker i den engelskspråklige verden og i Norge
- tilegne seg ord, fraser og kulturell kunnskap gjennom engelskspråklig litteratur og barnekultur

## **Matematikk (etter 3.trinn):**

- utvikle og bruke formålstenlege strategiar for subtraksjon i praktiske situasjonar
- utforske og forklare samanhengar mellom addisjon og subtraksjon og bruke det i hovudrekning og problemløysing
- utforske multiplikasjon ved teljing
- eksperimentere med multiplikasjon og divisjon i kvardagssituasjonar
- representere multiplikasjon på ulike måtar og omsetje mellom dei ulike representasjonane

- bruke kommutative, assosiative og distributive eigenskapar til å utforske og beskrive strategiar i multiplikasjon
- beskrive likskap og ulikskap i samanlikning av storleikar, mengder, uttrykk og tal og bruke likskaps- og ulikskapsteikn
- utforske likevekt og balanse i praktiske situasjonar, representere dette på ulike måtar og omsetje mellom dei ulike representasjonane
- bruke ulike måleiningar for lengd og masse i praktiske situasjonar og grunngi valet av måleining
- eksperimentere med og forklare plasseringar i koordinatsystemet
- lage og følgje reglar og trinnvise instruksjonar i lek og spel knytte til koordinatsystemet

### **Matematikk (etter 4.trinn):**

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- utforske og bruke målings- og delingsdivisjon i praktiske situasjonar
- representere divisjon på ulike måtar og omsetje mellom dei ulike representasjonane
- utforske, bruke og beskrive ulike divisjonsstrategiar
- utforske og forklare samanhengar mellom dei fire rekneartane og bruke samanhengane formålstenleg i utrekningar
- modellere situasjonar frå sin eigen kvardag og forklare tenkjemåtane sine
- lage rekneuttrykk til praktiske situasjonar og finne praktiske situasjonar som passar til oppgitte rekneuttrykk
- utforske, beskrive og samanlikne eigenskapar ved to- og tredimensjonale figurar ved å bruke vinklar, kantar og hjørne
- bruke ikkje-standardiserte måleiningar for areal og volum i praktiske situasjonar og grunngi valet av måleining
- **utforske** og beskrive **strukturar og mønster i lek og spel**
- lage algoritmar og uttrykkje dei ved bruk av variablar, vilkår og lykkjer

### **Samfunnsfag:**

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- utforske og presentere samfunnsfaglege spørsmål, søkje etter informasjon i ulike kjelder og vurdere kor nyttig informasjonen er til å belyse spørsmåla

- utforske kulturminne og korleis menneska levde i den tida kulturminna er frå, og samanlikne med korleis vi lever i dag
- beskrive kultur- og naturlandskap i Noreg og samtale om korleis historiske og geografiske kjelder, inkludert kart, kan gi informasjon om landskap
- **samtale om kvifor det oppstår konflikter i skule- og nærmiljøet, lytte til andre si meining og samarbeide med andre om å finne konstruktive løysingar**
- presentere menneskerettar og rettar barn har, og reflektere over kvifor desse rettane finst
- presentere årsaker til at samane har urfolksstatus i Noreg, og beskrive forskjellige former for samisk kultur- og samfunnsliv før og no
- utforske og gi døme på nokre sider ved berekraftig utvikling
- reflektere over samanhengen mellom personleg økonomi og forbruk hos den enkelte
- samtale om identitet, mangfald og fellesskap og reflektere over korleis det kan opplevast ikkje å vere ein del av fellesskapet
- samtale om reglar og normer for personvern, deling og beskyttelse av informasjon og om kva det vil seie å bruke dømmekraft i digital samhandling
- samtale om grenser knytte til kropp, kva vald og seksuelle overgrep er, og kvar ein kan få hjelp dersom ein blir utsett for vald og seksuelle overgrep
- reflektere over kven som har makt, og kva eit demokrati er, og utvikle forslag til korleis ein kan vere med på å påverke avgjerder
- samtale om nokre viktige offentlege institusjonar og verksemder i Noreg og reflektere over kva dei betyr i livet til menneska

### **Naturfag:**

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- **undre seg, stille spørsmål** og lage hypoteser og **utforske disse for å finne svar**
- bruke tabeller og figurer til å organisere data, lage forklaringer basert på data og presentere funn
- sammenligne modeller med observasjoner og samtale om hvorfor vi bruker modeller i naturfag
- utforske teknologiske systemer som er satt sammen av ulike deler, og beskrive hvordan delene fungerer og virker sammen
- designe og lage et produkt basert på en kravspesifikasjon

- utforske og beskrive hvordan noen stoffer kan endre seg når de blandes med andre stoffer
- utforske observerbare størrelser som fart og temperatur og knytte dem til energi
- samtale om hva energi er, og utforske ulike energikjeder
- **utforske et naturområde** og drøfte bærekraftig bruk av området
- utforske og sammenligne ulike dyre- og plantearters tilpasninger til miljø og levesteder og drøfte hvorfor noen arter dør ut
- delta i høsting og bruk av naturressurser og drøfte hvordan naturressurser kan brukes på en bærekraftig måte
- gi eksempler på god dyrevelferd og reflektere over hvordan dyrs behov kan ivaretas
- utforske og beskrive vannets kretsløp og gjøre rede for hvorfor vann er viktig for livet på jorda
- samtale om hva fysisk og psykisk helse er, og drøfte hvordan livsstil og trivsel påvirker helse
- samtale om likheter og ulikheter mellom kjønnene, om kjønnsidentitet og om menneskets reproduksjon
- beskrive hvordan muskler og skjelett fungerer, og knytte dette til bevegelse
- beskrive funksjoner i kroppens ytre forsvar og samtale om hvordan dette verner mot sykdom

### **Kunst og håndverk:**

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- bruke håndverktøy og sammenføringsteknikker i tre, leire og tekstil på en miljøbevisst og trygg måte
- **prøve ut ulike ideer og muligheter i gjenbruksmaterialer** og formidle til andre hvordan man i egen hverdag kan bidra til å ivareta natur og miljø
- **gjennomføre kunst- og designprosesser ved å søke inspirasjon, utforske muligheter, gjøre valg og lage egne produkter**
- undersøke hvordan tradisjonshåndverk, inkludert samisk håndverk, utnytter naturmaterialers egenskaper, og bruke erfaringer til å lage enkle bruksgjenstander
- samtale om bruk, funksjon og materialvalg i ulike bygninger og lage skisser med forslag til ny arkitektur

- tolke former og symboler fra ulike kulturer og bruke disse i visuelle uttrykk
- tegne form og dybde ved bruk av virkemidler som overlapping og forminskning
- bruke enkle komposisjonsprinsipper i fotografi og digitale verktøy
- utforske mangfold i motiver og visuelle uttrykk i kunst fra ulike verdensdeler og lage en digital presentasjon
- formidle og vise fram eget arbeid gjennom utstilling

### **Kroppsøving:**

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- **utforske og gjennomføre leikar, idrettsaktivitetar, dansar og andre bevegelsesaktivitetar**
- **bruke kroppen til å utforske aktivitetar og utvikle grunnleggjande bevegelsar**
- øve på og bruke basisferdigheiter som å føre, kaste, sprette, sparke og ta imot ball i ulike bevegelsesaktivitetar
- vere symjedyktig ved å falle uti på djupt vatn, symje 100 meter på magen, og undervegs dykke ned og hente ein gjenstand med hendene, stoppe og kvile i 3 minutt (imens flyte på magen, orientere seg, rulle over, flyte på rygg), så symje 100 meter på rygg og ta seg opp på land
- **forstå og bruke reglar for samhandling i spel og bevegelsesaktivitetar**
- **forstå kroppsleg ulikskap mellom seg sjølv og andre, og inkludere andre i ulike bevegelsesaktivitetar**
- **utforske uteaktivitetar og samarbeide med andre under vekslande årstider i nærmiljøet**
- lage og bruke kart for å orientere seg i kjent terreng
- øve på trygg og sporlaus ferdsel i naturen
- forstå og følge reglar i trafikken

### **Musikk:**

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- utøve og utforske et repertoar av sanger og danser fra ulike musikkulturer, inkludert samisk musikkultur
- synge og spille på instrumenter alene og sammen med andre ved bruk av gehør og enkel notasjon

- eksperimentere med rytmer, melodier og andre grunnelementer, sette sammen mønstre til komposisjoner, også ved bruk av digitale verktøy, og beskrive arbeidsprosesser og resultater
- formidle egne musikkopplevelser og beskrive bruk av musikalske virkemidler ved hjelp av enkle fagbegreper
- samtale om og reflektere over hvordan musikk skaper mening når den brukes i ulike sosiale sammenhenger

### **Mat og helse:**

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- følge prinsipp for god hygiene i samband med matlaging
- bruke reiskap, rom- og vekt mål og enkle teknikkar i samband med matlaging
- kjenne att smakar i mat og undre seg over kvifor smak er noko vi opplever ulikt
- fortelje om kva som kjenneteiknar sunn og variert mat og kvifor det er viktig for helsa
- utnytte lokale matvarer i matlaging og presentere ledda i produksjonskjeda frå råvare til måltid
- sortere avfall i samband med matlaging og forklare kvifor det er viktig å gjere det
- lage enkle måltid og bidra til å skape ei triveleg ramme rundt måltid saman med andre
- samtale om måltidsskikkar frå norsk og samisk kultur og frå andre kulturar, og om verdien av å ete saman med andre
- samtale om korleis skulemåltidet kan bidra til ein god skulekvardag

### **KRLE:**

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

- utforske og beskrive hvordan kristendom og andre religioner og livssyn kommer til uttrykk lokalt og regionalt
- samtale om og presentere sentrale fortellinger og trosforestillinger i kristen tradisjon
- samtale om og presentere sentrale fortellinger og trosforestillinger i østlige og vestlige religiøse tradisjoner
- sammenligne og presentere ulike årstider og høytider i kristendom og andre religions- og livssynstradisjoner, som kulturarv

- samtale om og presentere estetiske uttrykk fra kristendom og andre religioner og livssyn
- bruke enkle fagbegreper i arbeidet med religioner og livssyn
- skille mellom ulike kilder til kunnskap om religioner og livssyn
- beskrive og samtale om ulike måter å leve sammen på i familie og samfunn
- **samarbeide med andre i filosofisk samtale**
- identifisere og reflektere over etiske spørsmål *ser at dette skjer i leken. Godt utgangspunkt for samtaler i klassen. Følge opp det som skjer i leken så blir det mer relevant for barna.*
- utforske og samtale om etiske sider ved menneskers levesett og ressursbruk
- **sette seg inn i og formidle egne og andres tanker, følelser og erfaringer**
- samtale om hva menneskeverd, respekt og toleranse betyr og hva det innebærer for hvordan vi lever sammen *dette kjenner barn på i lek! De lærer om respekt og toleranse.*

# Referanseliste

- Barker, J. E., Semenov, A. D., Michaelson, L., Provan, L. S., Snyder, H. R. & Munakata, Y. (2014). Less-structured time in children's daily lives predicts self-directed executive functioning. *Front Psychol.*, 5, 593-609. [10.3389/fpsyg.2014.00593](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00593)
- Barneombudet. (2025). *Barnebarometeret 2025*. [Barnebarometeret 2025 – Barneombudet](#)
- Eide-Midsand, N. (2015). *Boltrelek og lekeslåssing. Større rom i barnehagen og småskolen*. Kommuneforlaget.
- Gilje, S. J. & Haraldsrud, E. (2025, 2. juli). *Flere barn i SFO etter innføring av gratis kjernetid*. SSB. [Flere barn i SFO etter innføring av gratis deltid – SSB](#)
- Gray, P. (2011). The decline of play and the rise of psychopathology in children and adolescents. *American Journal of Play*, 3(4), 443-463.
- Hjorthol, R. & Nordbakke, S. (2015). *Barns aktiviteter og daglige reiser i 2013/2014*. TØI-rapport 1413/2015. <https://www.toi.no/publikasjoner/barns-aktiviteter-og-daglige-reiser-i-2013-14>
- Hofferth S.L. (2009). Changes in American children's time—1997 to 2003. *Electron. Int. J. Time Use Res.* 6(1), 26-47
- Hogsnes, H. D., Eik, L. T. & Isaksen, B. (2025). *Lekende lett skolestart i Tønsberg kommune: Følgforskning rapport 1, juni 2025* (Skriftserien fra Universitetet i Sørøst-Norge nr. 178). U <https://hdl.handle.net/11250/3211871>
- Jeppesen, J. A. (2024, 10. februar). *Elever som beveger seg, lærer mer. Kan innsikten endre skolene i Norge?* Forskning.no. <https://www.forskning.no/barn-og-ungdom-fysisk-aktivitet-hogskulen-pa-vestlandet/elever-som-beveger-seg-laerer-mer-kan-innsikten-endre-skolene-i-norge/2319154>
- Jåbekk, P. & Sandåker L. (2024, 1. juni). Mariana Brussoni on the importance of risky play. [Audiopodcast-episode]. I *Lars og Pål*. [Lars og Pål: Episode 144 Mariana Brussoni on the importance of risky play](#)
- Kunnskapsdepartementet. (2021). *Rammeplan for SFO. Forskrift om rammeplan for skolefritidsordningen*. Udir. <https://www.udir.no/contentassets/1d8a92df5874407bbb87cdea215cc832/rammeplan-sfo-bokmal.pdf>
- Lago, L. (2025, 29.-30. Oktober). *Barns förväntningar på fritidshemmet: mellan lek och lärande*. Lek i begynneropplæringen, Drammen. [Lina Lago Barns förväntningar på fritidshemmet.pdf](#)
- Lunde, C. & Brodal, P. (2022). *Lek og læring i et nevroperspektiv. Hvordan gode intensjoner kan ødelegge barns lærelyst*. Universitetsforlaget.
- Mejlbo, K. (2024, 22. januar). *Elevenes motivasjon for skole fortsetter å synke*. Utdanningsnytt. [Elevenes motivasjon for skole fortsetter å synke](#)

- Mejlbo, K. (2024, 2. august). *Mer lek ga tryggere elever og færre konflikter*. Utdanningsnytt. [Mer lek ga tryggere elever og færre konflikter](#)
- Ringereide, A. R. (2021, 13. januar). *Ulike former for lek*. Ndla. <https://ndla.no/nb/subject:1:56ea35da-73d9-431f-a451-19f24f564f59/topic:1:dd109293-9021-4183-925f-2596803fe1d9/topic:1:55c54623-b415-4530-8e05-36583a2efe48/resource:4a49f60f-a77a-4103-ae24-3a4df9a6f1ca>
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68-78. DOI: 10.1037/110003-066X.55.1.68
- Sirevåg, L. C. H. (2025, 13. mars). *Vi må snakke mer om lekens egenverdi og mindre om lekens nytteverdi*. Utdanningsnytt. [Vi må snakke mer om lekens egenverdi og mindre om lekens nytteverdi](#)
- Skår, M. & Krogh, E. (2009). Changes in children's nature-based experiences near home: From spontaneous play to adult-controlled, planned and organised activities. *Children's Geographies*, 7(3), 339-354. <https://doi.org/10.1080/14733280903024506>
- Steinkopf, H. & Andersen A. (2024). Skapt for å leke: Lekens plass i endringsarbeid. *Tidsskrift for sjelesorg*, 1-2, 106-118. [03122024\\_tfs\\_omslag\\_1-2\\_2024.pdf](#)
- Svartdal, F. (2024, 26. november). *Læring*. Store norske leksikon. [læring – Store norske leksikon](#)
- Thibodeau-Nielsen, R. B., Gilpin, A. T., Palermo, F., Nancarrow, A. F., Farrell, C. B., Turley D., DeCaro, J. A., Lochman, J. E. & Boxmeyer, C. L. (2020). Pretende play as a protective factor for developing executive functions among children living in poverty. *Cognitive Development*, 56. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2020.100964>.
- Utdanningsdirektoratet (2017). *Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen*. Fastsatt som forskrift ved kongelig resolusjon. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020. [Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen | udir.no](#)
- Valentine, G. & McKendrick, J. (1997). Children's outdoor play: Exploring parental concerns about children's safety and the changing nature of childhood. *Geoforum*, 28(2), 219-235. [https://doi.org/10.1016/S0016-7185\(97\)00010-9](https://doi.org/10.1016/S0016-7185(97)00010-9)
- Vestfold og Telemark Fylkeskommune (2021). *Liv og røre i grunnskole*. [Veileder]. [https://mhfa.no/globalassets/skole/pdf/liv-og-rore-i-grunnskole\\_veileder-2021.pdf](https://mhfa.no/globalassets/skole/pdf/liv-og-rore-i-grunnskole_veileder-2021.pdf)
- Vygotsky, L. S. (2016). Play and it's role in the mental development of the child. *International Research in Early Childhood Education*, 7(2), 3-25. (Oversatt av Veresov, N. og Barrs, M.). Opprinnelig utgitt i 1966.

- Ungdata. (2024, 12. August). *Norske barn og unge trives dårligere og dårligere på skolen*. Ungdata. [Norske barn og unge trives dårligere og dårligere på skolen - Ungdata](#)
- Weikart, D. P. (1998). Changing early childhood development through educational intervention. *Prev Med.*, 27(2), 233-237. [10.1006/pmed.1998.0280](https://doi.org/10.1006/pmed.1998.0280)
- Wolf, K. D. (2014). Erfaringer tilsier et nei til skolestart for femåringer. *Første steg, 2*, 14-15. [Første steg 2 2014.pdf](#)
- Østby, Ø. A. (2019, 2. juni). *I rommet mellom vurdering og læring*. Utdanningsforskning.no. [I rommet mellom vurdering og læring](#)

## Om rammeverket

Rammeverket er utarbeidet av prosjektleder Tina Nordbotten Olsen etter arbeid i styringsgruppa, bestående av representanter fra de fire pilotskolene i prosjektet Lekende lett skolestart. Rammeverket har vært ute på høring der samtlige kommunale barneskoler i Tønsberg kommune, oppvekststaben og Utdanningsforbundet Tønsberg har hatt mulighet til å komme med innspill. Rammeverket er skrevet våren 2026.

Styringsgruppa består av:

- Tina Nordbotten Olsen (psykologspesialist i PPT og leder av styringsgruppa)
- Sigrun Sørungård (tidligere rådgiver oppvekststab)
- Bente Thuen Alfheim (rektor ved Husvik skole)
- Hege Thorvaldsen Lundby (inspektør ved Byskogen skole)
- Astrid Låhne Smedsrud (inspektør med ansvar for SFO ved Eik skole)
- Siri Rønningen Soelberg (kontaktlærer ved Kirkevoll skole)
- Lene Hole (styrer ved llebrekke barnehage)
- Amanda Grytnes (spesialpedagog og ped.leder ved llebrekke barnehage)



TØNSBERG  
KOMMUNE

*Sammen* skaper vi  
en **nytenkende, trygg** og  
**bærekraftig** kommune.



TØNSBERG  
KOMMUNE

**Tønsberg kommune**

[postmottak@tonsberg.kommune.no](mailto:postmottak@tonsberg.kommune.no)

Postboks 2410, 3110 Tønsberg

Telefon 33 40 60 00

[www.tonsberg.kommune.no](http://www.tonsberg.kommune.no)