

Hoppeline

Formål

At fremme bevægelsesglæde og andre sundhedsfremmende aktiviteter hos børn i daginstitutioner.

Metode/fremgangsmåde/Baggrund

Udgangspunktet for dette projekt er troen på, at en af de mest betydningsfulde sundhedsfremmende gaver, vi kan give børn, fra de er helt små, er viden om og erfaring med, hvad der har betydning for at have det godt. Det antages, at positive erfaringer med at smage på sunde råvarer og glæden ved at bevæge sig sammen med andre er betydningsfulde i denne sammenhæng. Forskningen indikerer, at alt for mange børn kommer i skole med usikre bevægelsesfærdigheder og ulyst til at bruge kroppen, og at for mange børn spiser for meget kalorie- og sukker-tung mad. (Kulturministeriets Udvalg for idrætsforskning, 2011, Brixval, C. S. 2011). Når børn oplever glæde ved at bruge kroppen, får de lyst til at bevæge sig ind i en fysisk præget leg med andre børn (Moser og Herskind, 2004, Hostrup Sønnichsen 2013). Derfor har dette projekt først og fremmest fokus på at fremme glæden og de positive erfaringer med sundhedsfremmende aktivitet hos børn i danske daginstitutioner.

Hvorfor dramatiserende fysisk aktiverende fortælling?

Projekt tager udgangspunkt i et bredt positivt syn på sundhed, hvilket betyder at levevilkår og livsstil, såvel som livskvalitet og velvære, antages at have betydning for sundhed. (Jensen, 2009). Og når sundhed betragtes som et spørgsmål om at leve et godt børneliv, så betyder det, at sundhedsfremme skal tage udgangspunkt i børnenes værdier og motivationer, og her kommer legen naturligt i fokus. Det er vores tese og mange andres, at dét tidligt i sit liv at opleve glæde ved bevægelse sammen med andre er af stor betydning for motivation til at bevæge sig i resten af sit liv. Bevægelse har ikke kun betydning for børns energiregnskab, men også for fx læringsparathed og bevægelsesmæssige færdigheder, som igen har betydning for børns deltagelse i leg i de børnekulturelle fællesskaber.

Det er af største betydning, at de aktiviteter, børn tilbydes, er inkluderende på den måde, at alle børns måde at eksperimentere og bevæge sig på kan anerkendes. Den aktiverende fortælling giver særlig mulighed for at skabe inkluderende fællesskaber – og et udgangspunkt

for børnene at lege videre på. I fortælling benytters træk, som genfindes i børns leg, hvor børn spejler sig i hinanden og finder fælles træk (Hviid, 1998). Fysiske aktiviteter er lettere at sætte ord på for børn end stillesiddende aktiviteter (Bjørger, 2012), og dramatiseringen kan gøre det lettere at få kontakt til forskellige sider af sig selv, som kan udtrykkes gennem kraftige kropslige udtryk. Derfor tager projektet udgangspunkt i den fælles, dialogiske fantasifulde og legende fortælling. Gennem aktiverende fortællingen ønsker vi således at gives plads til både pædagogs og børns kreative skabende kraft.

Grundideen til dette projekt er forskningsmæssigt understøttet, idet helt ny dansk forskning viser, at børn i daginstitutioner deltager med størst entusiasme i tilrettelagte fysiske aktiviteter, når de bliver inddraget og får mulighed for selv at udforske og afprøve egne bevægelser og væremåder og inddrages i dialog. Det konstateres også, at dramatiske forløb giver særlige muligheder for kreativitet og fantasifulhed (Bugge og Froberg, 2015). Et særligt fokus på glæden ved bevægelse og ved sund mad.

Målgruppe

Pædagogisk personale og børn 3-6 år i danske daginstitutioner.

Beskrivelse af projektet

Projektet er placeret i KOSMOS/UC SYD.

Projektansvarlig

Lise Hostrup Sønnichsen, Videncenter for Sundhedsfremme UC SYD lhos@ucsyd.dk, tlf. 72 66 52 58.

Deltagere

Daginstitutioner i Danmark.

Eksterne samarbejdspartnere

Nordea-fonden.

Dokumentation/formidlingsform

Projektet får sin egen hjemmeside www.hoppeline.dk og Facebookside samt Instagram.

Start- og sluttidspunkt

2016 -2018.



Videncenter for Sundhedsfremme/KOSMOS, LHOS, d. 20.03.16