



## Krop og bevægelse

Birgitte fra blå stue er i gang med en efteruddannelse som krop- og bevægelsesvejleder. Maria fra gul stue var i foråret på kursus som krop- og bevægelsesassistent.

Efteruddannelsen er ét af de tiltag Aarhus Kommune har iværksat om del af "Tidlige indsatser". Tidlige indsatser er en samlebetegnelse for otte projekter, som kører i perioden 2016-2019, med henblik på at styrke tidlig forebyggelse til gavn for alle byens børn og unge. Målet med indsatsen er, at alle børn opnår øget sundhed, trivsel og læringsparathed – såvel på kort som på længere sigt. Derudover forventer man, at indsatsen fører til færre børn med motoriske vanskeligheder ved skolestart.



Vi har besluttet at lave en række tiltag for at gøre motorik endnu mere levende og synlig i hverdagen i vuggestuen. Vi har bl.a. købt en indendørs rutsjebane, en indendørs trampolin, 2 evighedskarruseller, wobble boards og forskellige trædepuder.

Derudover vil vi hver fredag til "festlig fredag" synge og lege os igennem nogle af grundbevægelserne i motorikken.

- Muskel/ledsansen (f.eks. hoppe)
- Labyrintsansen (f.eks. trille og gyng)
- Taktiksansen (f.eks. kramme og æ)
- Grundbevægelser (f.eks. kravle og gå)

De første 3 dage hver måned er skuret på legepladsen lukket. Vores erfaringer er, at børnene finder på nye lege og bruger naturens materialer til leg – og det vil vi gerne understøtte noget mere. Derudover vil vi også bruge dagene til at lave forhindringsbaner, som udfordrer børnene motorisk.

Nedenfor finder I links til forskellige plancher, der omhandler motorik og bevægelse. Her kan I f.eks. finde ideer til, hvilke aktiviteter I kan lave derhjemme for at styrke jeres barns motoriske udvikling.

<https://www.aarhus.dk/~media/Subsites/tidligeindsatser/Dokumenter/Krop-og-bevaegelse/Kom-godt-i-gang.pdf>

<https://www.aarhus.dk/~media/Subsites/tidligeindsatser/Dokumenter/Krop-og-bevaegelse/Sansemotoriske-fokuspunkter-1-aarige.pdf>

<https://www.aarhus.dk/~media/Subsites/tidligeindsatser/Dokumenter/Krop-og-bevaegelse/Sansemotoriske-fokuspunkter-for-de-2-aarige.pdf>

<https://www.aarhus.dk/~media/Subsites/tidligeindsatser/Dokumenter/Krop-og-bevaegelse/Sansemotoriske-fokuspunkter-for-de-3-aarige.pdf>

<https://www.aarhus.dk/~media/Subsites/tidligeindsatser/Dokumenter/Krop-og-bevaegelse/Krop-og-Bevaegelse---Styrk-Bevaegelsesglaeden.pdf>

<https://www.aarhus.dk/~media/Subsites/tidligeindsatser/Dokumenter/Krop-og-bevaegelse/5-paedagogiske-plakater-0-6-aar.pdf>

