

SMÅBØRN I BEVÆGELSE

Trille og Tumle – Et projekt i Høje-Taastrup kommune

Trille og Tumle – Småbørn i bevægelse blev afviklet som projekt i Høje-Taastrup kommune fra 2019-2023. Projektet var organiseret på tværs af centre i kommunen og havde flere indsatser målrettet børn i aldersgruppen 0-3 år. En af de største indsatser i projektet var et kompetenceudviklingsforløb for dagplejere og pædagogisk personale i vuggestuerne. Indsatsen blev primært afviklet på gulvet sammen med børnene og understøttet med teoretiske oplæg om bevægelse som fundament for barnets udvikling.



Pia Møller Jensen
Teamleder i Sundhedstjenesten,
Daglig leder af Børneterapien
PiaJen@htk.dk



Christina Larsø
Børneergoterapeut
ChristinaLa@htk.dk

Baggrund for projektet

Sofie Aabo, Idræts og bevægelseskonsulent i Høje-Taastrup kommune udarbejdede tilbage i 2018 en ansøgning til et udviklingsprojekt målrettet kommunens yngste børn. Projektet blev søgt med baggrund i Statens institut for folkesundhed (SIF) årsrapporten 'Børn indskolingsundersøgt i år 2014/2015'. Rapporten viste at 31,4 % af indskolingsbørnene i Høje-Taastrup kommune havde bemærkninger til deres motorik. Senere skildrede SIF-rapporten 'Sundhedsprofil – for børn født i 2016 fra databasen Børns Sundhed', hvordan 24,1 % af børn i Høje-Taastrup kommune i alderen 8-10 mdr. havde bemærkninger til deres motorik. Sidstnævnte rapport viste herudover en øget risiko for motoriske vanskeligheder

ved skolestart blandt de børn, der havde bemærkninger til deres motorik i alderen 8-10 mdr.

SIF-rapporterne, sammen med viden om motorisk betydning, dannede grundlag for projektet 'Trille & Tumle – Småbørn i bevægelse' i Høje-Taastrup kommune.

Erfaringerne med indsatser målrettet børn i alderen 0-3 år var få, og det samme gjaldt indsatser omkring småbørn målrettet fagpersonale og forældre.

Målet for Høje-Taastrup kommune med projektet, blev at løfte den tidlige indsats ift. småbørns motoriske udvikling, samt at sikre en forankring og en klar model for måden hvor på Høje-Taastrup kommune fremadrettet arbejder med motorisk udvikling af småbørn.

Udarbejdelse af model for motorisk indsats

I dag ved vi, at evnen til at bevæge sig ikke kun påvirker motorikken, men også påvirker udviklingen af andre egenskaber, herunder kognitive, følelsesmæssige og sociale færdigheder og er med til at løfte indlæringssevne, koncentrationsevne, motivation, sprog og social inklusion.

Det var et stort ønske for ledelsen i Høje-Taastrup kommune, at kompetenceudviklingsforløbet skulle afvikles af kendte ressourcer i kommunen. Høje-Taastrup Børneterapi varetog kompetenceudviklingen, hvilket har sikret forankring og fortsat vejledning.

Fysio- og ergoterapeuter i Høje-Taastrup Børneterapi og Idræts og bevægelseskonsulent Sofie Aabo, stod for kompetenceudviklingsforløbet for alle kommunens dagplejere og vuggestuer, herunder:

- Udarbejdelsen af teorioplæg
- Udviklingen af Bevægelsesmodellen
- Bevægekort med 30 lege med tilhørende bevægelses-
taske med redskaber til legene
- Afviklingen af 6 praksisnære besøg 'på gulvet' i samtlige
vuggestuer og dagplejen.

Bevægelsesmodellen

Formålet var at udarbejde en pædagogisk arbejdsmodel og arbejdsmateriale, som var enkelt, letanvendeligt, praksisnært og som gjorde det muligt at arbejde med hele barnets ud-

vikling. Fokusområder for modellens indhold blev **tidlig indsats ift. at styrke motorikken**, hvilket var det oprindelige formål med projektet. Vores egne erfaringer fra arbejdet med understøttelse af dagtilbud pegede på behov for at kunne arbejde målrettet med **arousalregulering** (samt psykisk resiliens og selvregulering). Ledelsen af dagtilbud krævede at materialet skulle rumme og inddrage **de styrkede pædagogiske lærerplaner, samt aktionslæringsforståelsen**.

Modellen for understøttelsen af den pædagogiske praksis blev til, i form af Bevægelsesmodellen. Helt centralt blev omdrejningspunktet krop og bevægelse som udgangspunkt for den brede læring med mulighed for graduering i fire læringsperspektiver: Sansemotorisk -, kognitiv-, social- og emotionel udvikling.

Bevægelsesmodellen er inspireret af pædagogisk idræt og fokuserer på læring via leg og bevægelse i stimulerende læringsmiljøer. Den treenige hjerne som model, sammen med viden om hvordan fysisk aktivitet, sansestimulering, samspil, relationer og neurotransmitterstoffer påvirker, modner og udvikler hjernestrukturer, har været gennemgående teoretisk baggrund for materialet.

I Bevægelsesmodellen og i udviklingskompetenceforløbet, har vi lagt stor vægt på *læringsmiljø og kontekst*, herunder den voksnes bevidsthed om egen rolle, eget nervesystem og fokus på at skabe struktur, rammer og forudsigelighed i hverdagen. Derudover fokus på understøttelse til det pæda-



gogiske personale, i at tage ansvar for at tilrettelægge og skabe rum til målrettet pædagogisk praksis gennem strukturerede og voksenstyrede bevægelsesaktiviteter (med inspiration fra bevægekortene).

Erfaringer

I kompetenceudviklingsforløbet og efterfølgende har det vist sig at det til trods for materialets praksisnære tilgang kan være svært for personalet at omsætte teori til hverdagspraksis og bruge materialet kontinuerligt. Det har været en udfordring at anvende Bevægelsesmodellens muligheder for målsætning og graduering.

Det er gennem tiden blevet tydeligt, at det er meningsfuldt for personalet at arbejde gruppebaseret også med udfordringer for det enkelte barn. Personalet har fået bedre øje for at bruge det enkelte barns deltagelse i Trille og Tumble lege som udgangspunkt for f.eks. pædagogiske handleplaner. Hvilket understøtter det politiske fokus på inkluderende børnefællesskaber allerede hos det lille barn.

Det har taget tid at ændre personalets blik på at bevægelsesaktiviteter kan foregå alle steder både ude og inde og på forskellige tidspunkter i løbet af dagen og ikke kun 'hver tirsdag i salen' når der stod 'motorik' på skemaet.

Bevægekortene

Bevægekortene er helt simpelt opbygget i farvekoder rød, der øger-, grøn der stabiliserer- og blå der dæmper arousal.

Den oprindelige tanke var at arbejdet med arousalreguleringen skulle ske gennem et sammenhængende bevægelses-

bånd indeholdende mindst en leg fra hver farvekode med en øget bevidsthed om det pædagogiske mål for den enkelte leg (læringsperspektiv) samt hvilket arousalniveau der var ønsket at arbejde med eller opnå.

Vi ønskede at materialet skulle være let tilgængeligt og en hjælpende hånd til det pædagogiske arbejde. Bevægekortene er konkrete og indeholder beskrivelse af legen, redskaber, graduering og kobling til læreplaner. Fordelen ved dette var, at det var nemt at gå til, og krævede minimal forberedelsestid for personalet.

Erfaringer

De let anvendelige og konkrete bevægekort blev taget godt imod og var for størstedelen af personalet lette at anvende. De bliver stadig brugt og efterspurgt af nyt personale. Ligeledes anvender de pædagogiske konsulenter både Bevægelsesmodellen og bevægekortene.

Erfaringen med at benytte bevægekortene som visuel understøttelse til børnene, har fungeret rigtig godt. Bevægekortene er lavet i et børnevenligt format med billeder, der viser legens karakter, hvilket har været enormt hjælpsomt og virkningsfuldt, at kunne vise børnene i overgangen til en ny bevægelsesaktivitet.

Det har ligeledes virket rigtigt godt for personalet og for børnene at vælge en eller flere 'ugens leg', som blev synliggjort med konkrete bevægekort, hængt op på stuen eller legepladsen. På den måde kunne børnene pege og kommunikere, at de gerne ville lege, og de voksne kunne hurtigt læse sig til legens indhold, hvis de skulle være i tvivl. Det øgede chancerne for at få brugt bevægekortene endnu mere.

TUMLES GEMMEKLEMMER

FORMÅL: Sansemotorik, bevægeerfaring/variation, kommunikation, hukommelse og deltagelse.

Tegn en stor cirkel med kridt, som alle børnene skal stå i.

15 klemmer placeres af en voksen forskellige steder i et legetårn på legepladsen.

En voksen siger: "Klar, parat, start" og alle børn løber hen til legetårnet og skal finde klemmerne.

Når man har fundet en klemme, rutsjer/kravler man ned og løber tilbage til den voksne i cirklen og sætter sin klemme fast på hans/hendes jakke. Herefter løber man tilbage til tårnet og finder næste klemme.

Når alle klemmer er fundet, tæller gruppen sammen klemmerne på den voksnes jakke.

Når alle klemmer er fundet, slutter legen.

Rekvisitter: Kridt, klemmer og legetårn.

BEVÆGELSESMODELLENS LÆRINGSPEERSPEKTIVER

SANSE MOTORISK UDVIKLING

- Lav længere eller kortere afstand mellem cirkel og legetårn.
- Placer klemmerne udfordrende steder.
- Gå på tæer/baglæns hen til tårnet.
- Benyt flere eller færre klemmer.
- Placer klemmerne i en spand, når de er hentet.

EMOTIONEL UDVIKLING

- Lad et barn placere klemmerne på legetårnet.
- Lad et barn sætte legen i gang.
- Sæt klemmerne på et barn og ikke en voksen til slut.

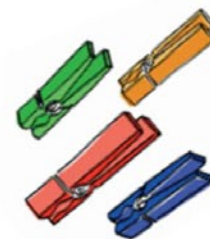
SOCIAL UDVIKLING

- Find klemmer sammen to og to eller i hold.

KOGNITIV UDVIKLING

- Find de røde klemmer først.
- Find 2 klemmer og tag med tilbage ad gangen.

10



Hvad siger personalet:

'Det gav børnene et boost, så de i dagligdagen udfordrer sig selv mere motorisk'

'De blev bare så gode efter bare to gange!'

'Aktiviteterne var nemme at overføre til både dagplejehjemmet og legestuen'

'I starten var børnene meget tilbageholdende, men blev mere og mere nysgerrige og trygge, efterhånden som de lærte legene at kende'

'Vores a-ha oplevelse var hvor stor glæde og tryghed forløbet gav børnene'

'Som personale fik vi en god inspiration til at arbejde videre med motorik i hverdagen'

'Der var børn der trak sig i starten, men de kom med senere da de var klar'

Ulempen ved de konkrete ideer er, at det kan være svært for personalet at se 'ud over det beskrevne' og selv reflektere sig frem til graduering og nuancer samt sætte nye bevægelsesaktiviteter ind i midten af Bevægelsesmodellen. Det er fortsat de konkrete lege fra bevægekortene, der anvendes i praksis og især de lege, der blev leget, da projektet kørte.

Det har været hjælpsomt at benytte 'ugens leg' for, at få personalet til stille og roligt at få legene 'ind under huden' og blive trygge med legene. Muligheden for bedre graduering og justering i legene, er derved blevet større for personalet. Det viste sig hurtigt, at når børnene og de voksne begyndte at kende legene, så skete der en udvikling hos børnene.

Det har generelt været en udfordring for personalet at omsætte teori og det læste til praksis og derfor er løbende vejledning og praksisnær understøttelse på gulvet en nødvendighed for, at det lever videre og fortsat kan understøtte den pædagogiske praksis.

Bevægelsestaskerne har haft meget stor værdi i praksis, da bevægekort og redskaber var samlet og ikke skulle findes, før man kunne gå i gang med at lege. Det har dog været en udfordring til de større institutioner, at der kun blev medgivet en bevægelsestaske. Værdien af de samlede bevægelsestasker har ført til, at institutioner har suppleret med flere tasker og bevægekort.

Gennem løbende understøttelse anvendes farvekoderne nu mere nuanceret, f.eks. i overgange og til at tilpasse aktiviteter til børnenes arousalniveau. Således har vi måtte afvige fra den oprindelige tanke om et bevægelsesbånd bestående af lege fra hver farvekode, da personalet ofte finder det for tidskrævende. Det positive er dog at bevægelse nu bruges bevidst på daglig basis blandt

andet til arousalregulering. I vores løbende vejledning til daginstitutioner, er det muligt for os, hele tiden at bringe Bevægelsesmodellen og bevægekortene i spil, til de pædagogiske mål og handleplaner personalet laver.

Hvad har vi taget med os fra projektet

Vi tilpasser løbende bevægelsesmodel og bevægekort til praksis for børn 0-10 år. Vi oplever stadig stor efterspørgsel på teorioplæg og forløb i praksis der tager udgangspunkt i det eksisterende Trille & Tumble materiale.

Det har været en øjenåbner, både for os og personalet, hvor meget selv de mindste børn kan være med til af strukturerede bevægelsesaktiviteter, især med nærværende voksne der er tydelige karavaneførere og aktivt deltagende. Det er gennem projektet blevet tydeligt for os, hvor vigtigt det er at pointere, at de voksenstyrede, strukturerede og målrettede bevægelsesaktiviteter skal forstås som et ØVERUM for de færdigheder børnene endnu ikke har lært og skal øve sig på.

De fælles oplevelser på gulvet med børn og personale skabte god grobund for videre vejledning og kompetenceudvikling, da det pædagogiske personale følte sig hørt og set i forhold til deres dagligdag og de enkelte børnegrupper.

For os som terapeuter gav dette en god forståelse for den virkelighed, der er i dagtilbud og vi blev også udfordret af børnegrupper, der agerer forskelligt og ikke altid forudsigeligt. En af de store gevinster ved dette projekt har helt klart været, at vi er kommet 'tættere på' dagtilbudene og vi hver især har fået større kendskab til hinandens fagligheder. Det gør noget unikt ved relationen at have svedt, grint og fejret de små og store succeser sammen.

