

Årsplan for



FREDSVOLL
BARNEHAGE

2026/2027

Fredsvoll Barnehage
Totenvegen 1174
2848 Skreia
Mail: post@fredsvollbarnehage.no

Daglig leder: 907 82 19
Bjønnunger: 908 92 761
Gaupe&pinnsvin: 405 09 548
Redet: 908 13 018

Innhold

Innhold	s. 2
Om barnehagen	s. 3
Vår visjon - Vi gir hverandre tid	s. 3
Verdier vi legger til grunn i arbeidet	s. 4
Progresjonsplan	s. 5
Kommunikasjon, språk og tekst	s. 5
Antall, rom og form	s. 6
Kropp, bevegelse, mat og helse	s. 7
Natur, miljø og teknologi	s. 8
Kunst, kultur og kreativitet	s. 9
Nærmiljø og samfunn	s. 10
Etikk, religion og filosofi	s. 11
Verdigrunnlag	s. 12
Barnehagens samfunnsmandat	s. 12
Danning gjennom medvirkning	s. 12
Omsorg	s. 12
Livsmestring	s. 13
Skape gode møter	s. 13
Tilrettelegge for fysisk aktivitet og et sunt kosthold	s. 14
LEK (og læring)	s. 14
Barns medvirkning	s. 15
Se barnet innenifra	s. 15
Samarbeid	s. 15
Samarbeid mellom hjem og barnehage	s. 15
Samarbeid mellom redet og hiet	s. 16
Samarbeid mellom barnehage og skole	s. 16
Andre samarbeidspartnere	s. 16
Praktisk info	s. 17
Tradisjoner	s. 18
Viktige arrangementer og datoer	s. 18
Kilder	s. 19
Grovplan	s. 20

Om barnehagen

Vår visjon: Vi gir hverandre tid

Fredsvoll barnehage er en privat, foreldreeid barnehage i Totenvika, som ble startet høsten 1989. I barnehageåret 2026-2027 har vi 41 barn fordelt på tre avdelinger: Redet med 1 og 2åringene, pinnsvin&gauper er 3 og 4åringene og bjønnungene er 5åringene.

Barnehagens nærmiljø består av mye jord- og skogbruk. Dette preger også vår hverdag. Vi bruker lokalmiljøet aktivt og er opptatt av å være bærekraftige. Vi er en Trafikksikker barnehage og jobber aktivt med miljøarbeid. I Fredsvoll barnehage er vi opptatt av at barna skal erfare sammenhenger og prosesser slik at de lærer hvor ting kommer fra og får en forståelse av naturens og livets gang. Gjennom praktiske gjøremål og GJØRENDE VOKSNE, hvor barn og voksne er sammen, opplever barna at de er til nytte for fellesskapet og at deres innsats er viktig. Dette være seg matlaging, søppelplukking, snekring eller hagearbeid. De opplever mestring i samspill med andre og bygger en god selvfølelse.

For å få til dette må vi ha noen rammer. Vi har et hus med hjemlig atmosfære, en liten kjøkkenhage og frukttrær. Vi har også nabogårder med korn, grønnsaker og dyr som lar oss få komme å høste og hilse på dyra. Barnehagen har to turbaser i nærområdet: Spurvebakken og Ekornsnippen, men vi går også turer til andre steder i nærheten. Barna lærer å ta vare på- og kjenne nærmiljøet sitt og blir trygge der. Trygghet er grunnlaget for all læring. Det aller viktigste i de gode rammene er de kompetente ansatte som ser hvert enkelt barn og har vilje og evne til å involvere seg i barna.

Barnehagens visjon er: **Vi gir hverandre tid.** Gjennom å gi hverandre tid, både til voksne og barn, ønsker vi å oppnå mer romslighet, fleksibilitet og kreativitet, der vi blir bedre til å lytte, se og reflektere. Ved å ta seg tid til å stoppe opp, ta et skritt tilbake og undre seg, tror vi det blir lettere å være anerkjennende og tilstede, og det er med på å skape gode opplevelser som gjør dagene verdifulle for liten og stor. Ved å gi hverandre tid, bidrar vi til å minske produksjonen av stresshormoner i kroppen og legger til rette for at alle kan få utvikle seg til å bli den beste utgaven av seg selv i sitt eget tempo. Verdier vi ønsker å ha med oss i arbeidet er; **omsorg, respekt, nysgjerrighet og samspill.**

Vår årsplan skal vise hvordan vi gjennom kommende barnehageår vil arbeide for å omsette rammeplanens formål og innhold til vår pedagogiske praksis. Den skal blant annet vise hvordan barnehagen arbeider med omsorg, lek, danning og læring og gi en plan på hva barna skal utvikle kunnskaper og ferdigheter om i løpet av året.

Vi har laget en plan basert på rammeplanens sju fagområder for å vise hvordan vi jobber med barns utvikling. Planen er delt inn i tre trinn som bygger på hverandre, men den er ikke knyttet til alder. Barn kan være på ulike trinn innen forskjellige fagområder, avhengig av deres utvikling. Vår jobb som voksne er å finne ut hvor barnet er i sin utvikling, og gi utfordringer og aktiviteter som passer dem. På denne måten sikrer vi at alle barn får riktig progresjon og utvikling.

Rammeplanen sier at alle barn skal oppleve utvikling og få tilpassede muligheter for lek, aktivitet og læring. Vi veksler mellom trinnene og tilfører nye elementer for å styrke læringen. Målet i planen er å veilede oss voksne i hvordan vi kan støtte barna på deres nivå.

Verdier vi legger til grunn i arbeidet:

Gi trygghet og omsorg -for enkeltindividet, respekt

Relasjonsarbeid, vår holdning til hvert enkelt barn – at det er unikt, gode rutiner på å knytte tråder til familien, felles kontaktpunkter, tilhørighet.

Øve opp selvstendighet-gjøre barna selvhjulpne i stedet for å stå til tjeneste

Bordsituasjon, På/av kledning, stole på seg selv, jeg kan.

Hjelpe hverandre til å bli gode-spille på lag, være støttende

Sosial kompetanse, jeg kan – ved hjelp av andre, voksenrollen – egenutvikling ved hjelp av andre.

Vise nysgjerrighet- lyst til å lære noe nytt, det fornyer og beriker

Våge å tørre for store og små, framtidsrettet.

Øve på samspill som skaper trivsel

Vente på tur, dele med andre, ta hensyn, hilse og være hyggelig mot andre.

Legge vekt på grundighet – heller lage, lære om få ting, men ordentlig

Ta vare på - hverandre – de og det vi har rundt oss

Sosial kompetanse, forebygge mobbing, vi kan ulike ferdigheter – respekt.

Drive uteliv – nærhet til naturen, fysisk aktivitet, mestring og opplevelser.

Kroppsbeherskelse, glede, lek, fryd.

Videreføre kultur og tradisjoner – årstidsfester, høytider, praktiske oppgaver

Eventyr, rim og regler, faste fester og arrangementer, bake brød, sylte bær, male korn, etc.

Skape hjemlig atmosfære – fremme trivsel og nærhet

Estetikk, ha det bra rundt seg, lære barna til å holde orden, ta vare på ting.

Skape og pleie kontakt med nærmiljøet og naboer, skolen, SFO, kirka, Mjøsa og skogen.

Progresjonsplan

Kommunikasjon, språk og tekst

Dette er målene våre;	Dette gjør vi;
Trinn 1	
- Vi er til stede der barn er, på gulvet. - Tolke, (kjenner betydningen av de ulike signalene barna gir), lytte og se barnas signaler. - Responderer på barns kroppsspråk, «se med det gode blikk», vi bekrefter, benevner og gjentar ord riktig. - Vi skaper et språkstimulerende miljø (introduserer enkle begreper som beskriver følelser), i alle hverdagssituasjoner, som påkledning, måltid, bleieskift mm. - Vi tilrettelegger for den begynnende rolleleken.	- Bruk av enkle rim, regler og sanger, med utgangspunkt i «det nære», f.eks. ulike årstidsfester - Bruk av hånd-dukke og bordteater - Høytlesning, forteller, gjenfortellinger, dramatisering - Bildebøker - Bruke korte setninger, få ord - Bruk av konkrete i samling - Steg for steg, gjenkjenne følelser - Benevner alt vi gjør i hverdagssituasjoner - Gode samtaler, «bader» barna i språk ved matbordet, bleieskift (bilder på stellerom etter årstid og tema), påkledning mm.
Trinn 2	
- Vi er gode samtalepartnere i hverdagssituasjoner. Bruke disse mulighetene til aktiv språkstimulering. - Viser interesse for det barna uttrykker og formidler - Vi knytter det muntlige og det skriftlige språket sammen - Vi legger til rette for lek med ord og fabulering - Vi legger til rette for lek med lyder og bokstaver, muntlig og skriftlig. - Vi synliggjør skriftspråket i det fysiske miljøet - Vi bruker tid på muntlig formidling av historier og fortelling - Vi er bevisste på at barna har tilgjengelig språkstimulerende materiell - Vi legger til rette for og deltar i rollelek med fokus på at barna lærer seg lekekoder - Mestre verbalspråket i samhandling og konflikter	- Steg for steg - Vi setter tekst på tegninger og fotografier - Vi samtaler bl.a. om følelser og begreper rundt dette, hva vi gjør, hva vi har gjort, hvem vi har lekt med. - Oppmuntre barna til å skrive navnet selv «hermeskrive». - Oppfordre til tegning og lekeskriving. - Rim, regler og sanger. Med mye innslag av «nonsens» innhold og lek med språket. - Bruke bildebøker med noe tekst. - Ulike bilder på veggene og i samling etter årstid og tema - Bruke spill - Bruke muntlig fortellinger med innslag av konkrete og dramatisering - Barna dramatisering, synger og forteller - Bruke humor i hverdagen, tulleftellinger og tullesanger - Samlingsstund med språkaktiviteter i hver samling - Sette ord på egne og andres følelser
Trinn 3	
- Vi er oppmerksomme på hvordan språket brukes til å konstruere lek, og deltar aktivt for å stimulere dette dersom det er nødvendig. - Vi er støttende og undrende sammen med barna i forhold til lek med bokstaver og lesing. - Vi gir skolestarterne ekstra utfordringer mht. språkforståelse. - Videre utvikling av rollelek	- Barna oppfordres til å skrives navnet sitt og gå på jakt etter bokstavlyder. - Lekeskriving, avskrivning - Tekstskaping, fridiktning - Vitsing, gåter, riming - Videreutvikling av språkhumor - Lekelesning/medlesning - Språksprell

Antall, rom og form



Dette er målene våre;	Dette gjør vi;
Trinn 1	
- Vi er bevisst egen begrepsbruk og introduserer barna for stor-liten og enkle mengdeuttrykk, tilrettelegger for litt mer avansert eksperimentering med former, systemer, mønster og mengde. - Vi støtter opp om barnets begynnende matematiske utvikling med utgangspunkt i barnets interesser og uttrykksformer.	- Telle fingre, tær, barn i gruppa, telle til tre for å markere start. - Rydde og legge leker på riktig plass - Lek med tall, introdusere 1-10. - Knytte tellingen og begrepsbruken til kjente konkrete. Hoppe trappetrinn. - Telleleker, rim, regler og bøker som omhandler tall (eks. tre små apekatter, geitekillingen som kunne telle til 10). - Lek med former, leke med puttekasser, puslespill
Trinn 2	
- Vi undrer oss og resonerer over sammenhenger og ulikheter i miljøet rundt barna, med fokus på størrelser, antall og former. - Vi støtter opp under barna nysgjerrighet og utforsker glede - Vi er bevisste barna begynnende forståelse av sammenhengen mellom mengde, tall og tallsymbol. - Vi introduserer flere begreper knyttet til måling og mengde. - Vi er bevisste på å ha utfordrende lekemateriell tilgjengelig	- Konstruksjonslek (lego, briomek, magna-tiles, naturmateriale, snekring, m.m.) - Rydding og legge leker på riktig plass - På tur, se etter ulike geometriske former, bygninger i naturen. - Måling, veiing, eksperimentering. F. eks. kjøkken - Lek med former, tegner dem, benevner dem og bruker dem i hverdagslivet. - Spill med fokus på læring av tall og matematiske begreper - Vi leker og eksperimenterer med tall, mengde og telling og får erfaring med ulike måter å uttrykke dette på. - Vi bruker kroppen og sansene for å utvikle romforståelse (f eks måle rommet med skrittene våre).
Trinn 3	
- Vi legger til rette for aktiviteter som styrker og videreutvikler barnas forståelse av sammenhengen mellom tall og mengde. - Vi legger til rette for å stimulere og støtte barnas evne og utholdenhet i problemløsning. - Vi øker barnas matematiske kompetanse gjennom lek og hverdagsaktiviteter	- Introdusere det å «legge til» og «ta bort». - Videreføring av tiltakene nevnt overfor - Gir tid og rom for å løse enkle matematiske oppgaver - Vi ser på klokka, kart/globus og bruker kalenderen med dager og måneder.

Kropp, bevegelse, mat og helse



Dette er målene våre;	Dette gjør vi;
Trinn 1 - Gi barn et godt grunnlag for grunnleggende motoriske ferdigheter - Variert hverdag med balanse av aktivitet og ro - Fremme et sunt kosthold ved å servere sunn, næringsrik og variert mat i en hyggelig og trygg atmosfære som skaper gode opplevelser rundt måltidet.	- Utelek, bevegelse i ulendt terreng, allsidige motoriske utfordringer. - Gymsalen - «Tumlelek». - Tøy og bøy - Dans - Sover ute - Gode rammer ved måltid. Starte måltidet med bordvers. - Påkledning - Servering av frukt og grønt til alle måltider - Varierte varme måltider - Hjemmebakt brød
Trinn 2 - Vi tilrettelegger for å styrke og utvikle motoriske ferdigheter slik at barna får en positiv selvoppfatning gjennom egen mestring. - Vi verdsetter forskjelligheter - Vi har fokus på et hyggelig måltid med sunne og varierte råvarer. - Vi har fokus på hygiene og renslighet. - Tilrettelegging av selvstendighetstrening - Vi legger til rette for rollelek	- Legge til rette for motorisk utfordrende aktiviteter på uteområdet med hinderløyper. I barnehagen og på turer. Finmotorisk trening; Tegning, klipping, hjelpe til på kjøkken med kutting, baking osv. - «Danny-Go. - Bruke gymsal - Turer til Panengen, Ekornsnippen, Spurvebakken, lekeplassen, og mye mer. - Stimulere til rollelek ute. - Håndvask, dotrening - Snakke om kroppen - Måltid med gode rammer. Vi starter med bordvers, spiser sammen, voksne som sitter og spiser sammen med barna, sender maten til hverandre, prater sammen. - Gi barn tid i garderoben og forteller hvilken rekkefølge vi kler på oss. - Alle smaker på maten. Vi har fokus på at maten er god, ikke på de som ikke liker den. - Tilpassede lekeområder i uteområdet (lekestue, lastebil, tog, båt og sandkasse). - Vi bruker store puter i «tumlelek». - Vi gjennomfører minst en turdag i uken.
Trinn 3 - Styrke og videreutvikle motoriske ferdigheter	- Lengre turer borte fra barnehagen - Lære å kle på seg selv. - Spesielt fokus på finmotoriske øvelser, klipping, perling og blyantgrep - Balansering - Klatring - Ball-lek, kaste og ta imot ball - Ski

Natur, miljø og teknologi



Dette er målene våre;	Dette gjør vi;
Trinn 1	
- Aktivt stimulere barn til å bruke og utvikle sansene - Oppleve og utforske verden sammen igjennom barns øye - Vi introduserer barna for redskaper og teknologi som er tilgjengelig i barnehagen	- Legge til rette for erfaringslæring. Barna lærer om planter og dyr gjennom å se, ta på og lukte. - Vi har kjøkkenhage. - Lar barna oppleve og erfare naturopplevelser i alle årstider. - Være gode voksne rollemodeller i forhold til kildesortering og naturvern. - Vise bilder i album og via digitale verktøy (pc, telefon, nettbrett). - Fokus på teknikk i umiddelbar nærhet- lysbryter, vannkran, vaskemaskin, oppvaskmaskin mm. - Besøk på gård for å se på dyr og gårdsredskap
Trinn 2	
- Friluftsliv og utelek er en naturlig del av hverdagen. - Ha fokus på miljøet rundt oss. - Kunnskap om naturens mangfold og syklus.	- Naturopplevelser i alle årstider - Vi lar barna være delaktige i daglige gjøremål som vanning, lusing i bedd og søppelsortering. - Utedager, turdager - Sortere søppel, plukke søppel, snakke om naturvern - Vi snakker om hvorfor vi gjør det vi gjør, konsekvenser - Erfaringslæring- utforske dyr eller planter vi finner på vår vei. - Vi har plansjer, oppslagsverk, utstyr til forskning og eksperimentering tilgjengelig. - Planting.
Trinn 3	
- Vi stimulerer til undring og spørsmål i forhold til teknikk og fysikk (årsak- virkning). - Lære om dyr og vekster, og deres betydning for matproduksjon og miljø.	- Barna lærer mer om gjenbruk og resirkulering og naturvern - Samtaler om hvor ulik mat kommer fra og hvordan blir ting til

Kunst, kultur og kreativitet



Dette er målene våre;	Dette gjør vi;
Trinn 1	
- Fokus på prosessen og skaperglede- ikke på produktet. - Introduserer ulike formingsteknikker, med fokus på den taktile sansen. - Bruke sang, dans, musikk, rytme som ingredienser i hverdagen og de voksne verdsetter barnekulturens egenverdi.	- Fingermaling, lekedeiger, leire, ull og tegning. - Eventyrformidling, remseeventyr - Spontansang - Rim og regler med bevegelser - Kjente barnesanger, norske sanger - Rytmeinstrumenter - Trampe, klappe, marsjere og finne rytme - Teateropplevelser - Hermelek, ta vare på barnas initiativ - Mini-røris, dans
Trinn 2	
- Vi legger til rette for at barna får prøve ut ulike formingsteknikker. - Vi møter barna der de er og prøver å utnytte deres interessefelt/fokus. - Vi jobber for at barna skal utvikle mestringsfølelse og glede over eget arbeid. - Vi presenterer ulike kulturuttrykk for barna. - Vi ivaretar barnekulturen og lar den blomstre	- Barna får male, tegne/farge, klippe og lime, modellere, m.m. - Voksne som gir barna rom og gehør. - Stimulerer til rollelek ved å dramatisere og la barna få teateropplevelser. - Bygge hytte, bruke alle kriker og kroker til lek. - Voksne som tør slippe seg løs og som er igangsettere. - Bruke fantasien og kreativ tenkning for å uttrykke seg estetisk. - Lage selvportrett - Bruke sang i samling og spontant i hverdagsaktivitetene. - Tar barnas initiativ til musikk, dramatisering og skuespill på alvor.
Trinn 3	
- Vi gir barna trygge rammer slik at de tør uttrykke seg kreativt alene eller i liten gruppe. - Vi introduserer ulike kulturintrykk for barna - Vi utvider barnas horisont ved å dra på turer ut Totenvika.	- Tilrettelegge for mer langsiktige kreative prosjekter. - Oppfordre barna til å vise sitt «produkt» for andre, det være seg sang, dans, drama, kunstverk m.m. - Voksne og barn forteller vitser og gåter. - Lage fortellinger, vitser og gåter sammen med barna. - Bruk av mer avanserte kreative teknikker. Slik som brodering, veving, snekring, fingerheklung, «spå» osv. - Utvikle mer komplekse tegneuttrykk - Delta på aktuelle teater/ forestillinger - Barna får lage egne forestillinger

Nærmiljø og samfunn



Dette er målene våre;	Dette gjør vi;
Trinn 1	
- Vi lar barna få erfare at de har medbestemmelse på sin hverdag i barnehagen. - Vi er trygge veiledere når barna utvider sin horisont fra sin familie til barnehagen som et miniatyrsamfunn. - Barna møter andre barn og voksne og lærer seg «spillereglene» i barnehagen, gjennom dette erfarer at de at betyr noe for felleskapet. - Vi lar barna etter hvert bli kjent med nærmiljøet rett utenfor porten. - Barna på Redet besøker Hiet på våren før overgang - Bli kjent med samisk kultur	- Personalet er tilstedeværende og iakttar barnas kroppsspråk og handler etter dette. - Tema barn og familie, «hvem er jeg og hvem er de andre?» - Øve på turtaking - Turer til Spurvebakken, gymsal, kirken, skolen, Vang, - Markere samefolkets dag
Trinn 2	
- La barna erfare at de har medbestemmelse i sin hverdag i barnehagen, gjennom blant annet å utforske og oppdage nærmiljøet. - Introdusere barna for nærmiljøet. - Være aktive deltakere i planlegging og vurdering av hverdagen sin	- Bruke samtalen mer aktivt i medbestemmelsen. - Besøke f.eks. skolens område, turplasser ved kirka, Ekornsnippen, Spurvebakken, Panengen, lekeplassen og andre plasser i nærmiljøet. - Presentere dem for flere valg. La dem også få erfare konsekvenser av de valgene de har gjort. - Praktisere turtaking. - Bruke Tarkus og Trygg Trafikk sitt opplegg aktivt og øve trafikkregler i samling og ute på tur.
Trinn 3	
- Legge til rette for besøk på bedrifter/arbeidsplasser som har tilknytning til barna i barnehagen/hjem. - Vi bruker nærmiljøets ressurser til gode læringsmiljø og opplevelser for barna. - Kjenne til noen av samfunnets tilbud, som kollektivtransport, butikker og bibliotek. - Legge til rette for barnas tilknytning til bygda si, og at barna skal føle at de hører hjemme her. - Få mer inngående kunnskap om samisk kultur	- Drar på tur til barnas bosted, Skreia og Lena. - Demokratisamtaler. - Voksne er tilgjengelig og har tid til samtale, undring og vurdering sammen med barna. - Barna er på besøk på skolen jevnlig våren før skolestart. - Lære om samisk kultur.

Etikk, religion og filosofi



Dette er målene våre;	Dette gjør vi;
Trinn 1	
- Vi har kunnskaper og kompetanse om de ulike barnas religiøse livssyn og kulturelle bakgrunn. - Vi jobber med sosial kompetanse for å hjelpe barna med å identifisere egne og andres følelser. - Vi viser barna alternative handlingsmønstre, og barn og voksne jobber med å vise respekt for andres identitet og personlighet. - Barn blir kjent med egne følelsesmønstre og øverviser det i hverdagen.	- Sikre god dialog med foreldre. Overføre kunnskap fra foreldre/foresatte til barnehage. - Steg for steg - Markere tradisjonelle kristne/andre religiøse/kulturelle høytider med konkrete og dramatisering og filosofering. - Markere andre merkedager. For eksempel; høstfest og lanternefest. - Vi er på gulvet sammen med barna og prøve være i forkant av konflikter og gir barna støtte og veiledning. - Tilbud om julegudstjeneste i Totenviken kirke. - Samefolkets dag
Trinn 2	
- Vi er støttespillere ved å hjelpe barnet til å identifisere følelser ved blant annet konflikthåndtering. - Vi skaper tid og rom for samtaler, tilrettelegge for et fysisk miljø som innbyr til samtale. - Vi er tydelige voksne i forhold til samfunnets normer og regler, hva som er rett og galt. - Barnehagen har en gjennomarbeidet og bevisst verdiplattform som ligger til grunn for alt vi gjør.	- Den gode samtalen, barna erfarer å sette ord på følelser og handlinger og løse konflikter (steg for steg). - Barna skal erfare at egne valg og handlinger kan påvirke situasjoner, ved f eks rollespill og samtale i samling. - Barna skal ha muligheter til å undre seg over livet- fødsel, liv, død, normer og verdier. - Vi kommuniserer, spiller spill, bruker sang og regler.
Trinn 3	
- Vi fyller begrepene toleranse og respekt med et verbalt innhold og knytter dette til hendelser i hverdagen slik at barna får en større forståelse for hva dette betyr i praksis i her- og nåsituasjoner. - Vi stimulerer til refleksjon rundt vennskap - Vi er bevisste rollemodeller når det gjelder toleranse og respekt. - Vi gir barna språklige verktøy til å forstå og uttrykke seg.	- Barn og voksne erfarer sammen og reflekterer over egne handlinger, og handlingsalternativer. - Gi barna språklige verktøy - Barna må stå til ansvar for egne handlinger. - Bruke samtale til refleksjon rundt egne erfaringer og sette seg inn i andres ståsted. - Reflektere over de store spørsmål ut fra barnas initiativ. - Reflektere over ulikheter. -

Verdigrunnlag

Barnehagens samfunnsmandat

Barnehagens samfunnsmandat er, i samarbeid og forståelse med hjemmet, å ivareta barnas behov for omsorg og lek og fremme læring og danningsgrunnlag for allsidig utvikling. Lek, omsorg, læring og danningsgrunnlag er ikke enkeltstående begreper, men må ses i sammenheng.

Danning gjennom medvirkning

Danning er en livslang modningsprosess som handler om å utvikle evne til å reflektere over egne handlinger og væremåter, for selv å bli selvstendig og ansvarlig. I dette ligger det at barna skal lære normer og verdier som gjelder i samfunnet, men også lære hvordan de selv er med å påvirke, og ikke minst øve seg på å sette grenser for seg selv. For at danning skal finne sted er det viktig at barna, ut ifra deres alder og modenhet, får medvirke i egen hverdag og at vi skal lytte til dem og ta dem på alvor. Dette ved at barna aktivt får være med på å lage og følge felles normer for hvordan de skal være mot hverandre, snakke med/til hverandre, hvordan leken skal foregå, hvordan være en god venn, hvordan vi skal ha det ved matbordet og annet som er relevant i deres hverdag. Dette skal prege alt vi gjør i løpet av en barnehagedag (minisamfunn), men leken er en spesielt viktig arena for barna. Der kan de øve seg på å forholde seg til normer og regler, sette grenser, tilpasse seg, diskutere, krangle og samhandle med andre barn- alt i trygge rammer med tilgjengelige voksne.

Omsorg

Barnehagens personale har en yrkesetisk forpliktelse til å handle omsorgsfullt overfor alle barn. Noe av det viktigste for barn, er å bli sett av andre, både jevnaldrende og voksne. For oss handler dette om å være til stede og se hvert enkelt barn ut fra deres behov og å gi barna muligheter til å gi og ta imot omsorg. Vi må ha evne til å tolke barns signaler, både verbale og non-verbale, samt evnen til å ta barnas perspektiv og opptre støttende. Barna speiler de voksnes væremåte og lærer av å se hvordan andre opptrer. De skal også selv lære å opptre omsorgsfullt ovenfor hverandre og aktivt være med på å hindre urett og mobbing!

Livsmestring

I tråd med vårt samfunnsmandat, som er å legge grunnlaget for allsidig utvikling, gjennom omsorg, lek, og medvirkning, for å fremme læring og danning, er livsmestring et viktigere begrep enn noen gang. Vi må legge grunnlaget for at barna lærer å mestre livet, både her og nå- men også i fremtiden når de blir voksne. Statistisk sett har vi aldri før hatt flere ungdommer og unge voksne som ikke mestrer livets utfordringer, og utvikler psykiske vansker pga. det. I rammeplanen står det at «barnehagen skal ha en helsefremmende og forebyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller. Barnas fysiske og psykiske helse skal fremmes i barnehagen. Barnehagen skal bidra til barnas trivsel, livsglede, mestring og følelse av egenverd og forebygge krenkelser og mobbing». En definisjon på livsmestring er «å utvide ferdigheter og tilegne seg praktisk kunnskap som hjelper den enkelte til å håndtere medgang, motgang, personlige utfordringer, alvorlige hendelser, endringer og konflikter på en best mulig måte. Å skape en trygghet og tro på egne evner til å mestre også i fremtiden».

Vi mener dette henger tett sammen med danning, som vi jobber for å fremme i barnehagen. For å skape robuste barn, som etter hvert blir robuste voksne, trenger vi barn som lærer seg å tilpasse seg, å sette grenser for seg selv og andre og å hevde seg; alt ettersom hva som er mest hensiktsmessig. De forholder seg adekvat til normer og regler, de gir ikke opp, og de mestrer både oppturer og nedturer. Disse tingene blir enklere i voksenlivet, hvis vi klarer å gi de noen gode erfaringer i barnehagen. Barna erfarer at livet går videre selv om favorittsykkelen var opptatt, eller om man går til et annet turmål enn det man selv ønsket. Dette fører til at barna lettere kan tåle motstand i voksen alder. Vi må veilede og støtte de i følelsene som dukker opp i disse situasjonene, og la de erfare at de kan finne ro og trygghet i seg selv, når alt utenfor kan være kaos. Vi kan ikke kontrollere alt på utsiden, men vi kan lære oss å håndtere følelsene, og å finne ro i seg selv. Vi ønsker oss mennesker som lever, og ikke bare overlever.

Måten vi jobber mot dette på, er...;

Skape gode møter

Vi skal skape gode møter, hvor barna skal føle trygghet, tillit og kjærighet, ved at vi voksne utfører og utvikler vår relasjonskompetanse. Vi er blant annet bevisst på å bruke et positivt og tilpasset kroppsspråk som legger til rette for god dialog som vil motivere og støtte utviklingen til samhandling med andre. Dette innebærer blant annet å sette seg ned så man kommer på høyde med barnet, få øyekontakt, og være bevisst på å bruke en mild og rolig stemme. Det skal være godt å komme inn i vår barnehage, som barn, foresatt, ansatt og gjest. Hvordan vi voksne møter hverandre, og kommuniserer- er også en veldig viktig del av å skape gode møter for barna. Gode relasjoner er helsefremmende <3

Tilrettelegge for fysisk aktivitet og et sunt kosthold

Vi skal legge til rette for fysisk aktivitet og kroppslig lek som vil utfordre og utvikle hvert enkelt barns motoriske ferdigheter. På denne måten vil også barna oppleve risikofylt lek, som fører til mestring, utvikling og bedre vurderingsevne. Personalet skal etterstrebe å stimulere motorisk utvikling gjennom fysiske aktiviteter og utfordringer, fra de små musklene i øynene til de store musklene i ben og armer. Jo mer fysisk aktivitet desto bedre blir hjernen til å ta imot og behandle informasjon. Vi bruker boken «Alt jeg kan! - Hvordan kroppen lærer hjernen å tenke» av Grete Helle og Tom Rune Fløgstad, som utgangspunkt i vårt arbeid. Boken hjelper oss med hvordan vi skal koble nyere hjerneforskning; hvordan hjernen er bygget opp og utvikler seg, med barnehagens praksis. Dette for å legge best mulig grunnlag for læring og utvikling.

I vår barnehage er vi derfor opptatt av at barna skal få et sunt, variert og rikt kosthold hver dag. Barna er med på matlagingen og vi bruker gjerne råvarer fra egen kjøkkenhage eller fra jordene og hagene rundt barnehagen (hvert fall på høsten). Vi jobber for at måltidet skal skape et inkluderende fellesskap, trygghet, vennskap, selvstendighet, medvirkning, mye glede og latter som gir trivsel og matglede. Derfor er måltidene viktig for oss, som en god møteplass, et sted å bygge en god psykisk helse og for en god samtale i mindre grupper.

I tillegg er ro og hvile en viktig del av barnehagehverdagen. Når små barn sover, «vaskes» hjernen, og mesteparten av den biologiske utviklingen av hjernen vår, skjer når vi sover. Hjernen kvitter seg med avfallsstoffer, og «unødvendige» koblinger blir borte. Hjernen er da klar for nye inntrykk og konsentrasjonen er bedre. I tillegg sier rammeplanen for at personalet i barnehage skal «bidra til at barna kan tilegne seg gode vaner, holdninger og kunnskaper om kost, hygiene, aktivitet og hvile». En stor del av å ta vare på helsa si og mestre livet, handler om å vite hvordan man slapper av og hviler. Ikke bare under søvn, men hvordan kropp og sinn kan ta små pauser og koble av. Enten det er under måltidet, i vogna, på en benk i hagen, under hvilestund eller lesestund. Vi har ulike måter å hvile på, og alle skal ha mulighet til å finne ro i løpet av en barnehagehverdag.

Høsten 2026 har vi innledet et samarbeid med fysio- og ergoterapitjenesten i Østre Toten kommune, «høyt og lavt». Dette er et program som skal sikre alle barn strukturert bevegelse og ro ila barnehagehverdagen, og som passer godt inn i vår etablerte måte å jobbe med fysisk aktivitet på.

LEK (og læring)

Fra rammeplanen; «Leken skal ha en sentral plass i barnehagen og lekens egenverdi skal anerkjennes. Barnehagen skal gi gode vilkår for lek, vennskap og barnas egen kultur. Leken skal være en arena for barnas utvikling og læring, og for sosial og språklig samhandling. Barnehagen skal inspirere til og gi rom for ulike typer lek både ut og inne. Barnehagen skal bidra til at alle barn kan oppleve glede, humor, spenning og engasjement gjennom lek- alene og sammen med andre».

Hos oss i Fredsvoll, er leken barnas hovedaktivitet. Gjennom lek formidles kultur, verdier og tradisjoner. Barna identifiserer seg selv gjennom leken, og leken gir dem glede. Vår

oppgave er å ha respekt for dette og alltid prioritere tid og rom til den gode leken. Gjennom lek bearbeider barna opplevelser og inntrykk. Dette bidrar til at barna utvikler seg og lærer. Vi må være gode til å oppmuntre til lek og introdusere nye former for lek, da blir barnas lek rik, variert og utviklet. Voksne deltar i leken, men da på barnas premisser. Det er like viktig å delta i leken, være støttende og veiledende, som å vite når man skal trekke seg tilbake, observere og la barna leke selvstendig.

Barns medvirkning

Alle barn i barnehagen har rett til medvirkning. Det betyr ikke at alle kan gjøre akkurat som de vil til enhver tid, men barnehagen skal legge til rette for at alle barn skal få mulighet til å si og uttrykke sin mening om barnehagens innhold. Både barnehageloven, Grunnloven og FN's barnekonvensjon understreker dette. De skal få delta aktivt i planlegging og vurderingen av det som skjer i barnehagen, og alle barn skal få erfare at de har mulighet til å påvirke.

Barn uttrykker seg på ulike måter, så vi jobber for å sikre at alle blir hørt og sett, uansett uttrykk, alder, erfaring og andre individuelle forutsetninger. Små barn på 1 år skal også påvirke og medvirke til å forme barnehagehverdagen. Vi jobber for å danne gode relasjoner med alle barn og foresatte, skape trygge rammer og sørger for å se alle barn i barnehagen. Alle barn i Fredsvoll får medvirke i sin barnehagehverdag, på bakgrunn av modenhet og alder.

Se barnet innenifra

I oktober 2023 ble to ansatte i barnehagen er sertifiserte av Tilknytningspsykologene Ida Brandtzæg og Stig Torsteinson, i å holde kurset «se barnehagebarnet innenifra», og har jevnlig kompetanseheving for samlet personalgruppe. Gjennom barnehageåret 2024/2025 ble vi ferdige med hele kursrekka, og nå repeterer vi og bruker det etter behov.

Innholdet i kurset er ikke direkte nytt for oss, men når vi går igjennom det felles og reflekterer, får vi en felles faglig plattform, og vi blir enda mer bevisst i arbeidet vårt i møte med barn. Kurset er et tilknytningskurs, og skal sørge for at alle barn i barnehagen blir møtt på en god og trygg måte, som fremmer utviklingen. Den felles faglige bevisstheten som gjør at hele personalet møter barna på varme og trygge måter, sikrer at barna får en god barnehagehverdag, men det vil også styrke deres mentale helse og relasjonskompetansen videre i barndommen og livet. Vi jobber aktivt for å se barnehagebarnet, foresatte og oss selv innenifra- mentalisering.

Samarbeid

Samarbeid mellom hjem og barnehage

Etter opptaket i mars, vil alle som får plass i Fredsvoll, bli invitert til barnehagen ca. en gang i måneden frem til oppstart. Barn og foresatte blir med på barnehagens aktiviteter og får et innblikk i barnehagehverdagen, og blir kjent med ansatte og de andre barna på

avdeling. Dette gjelder i hovedsak nye barn på Redet. Det blir også utdelt en velkomstbrosjyre med informasjon. Alle barn i Fredsvoll har en pedagogisk leder som har overordnet ansvar (avholder foreldresamtaler og annen oppfølging), men alle ansatte på avdelingen deltar på tilvenning og tilknytning. Hvor lang tid selve tilvenningsperioden tar, varierer fra barn/foresatte til barn/foresatt, og tilpasses individuelt. Det viktigste for oss er at barnet får en trygg tilvenning i tillegg til at foresatte også føler seg trygge. Trygge voksne gir trygge barn og trygghet skaper vi gjennom å bruke tid. Det er en fordel med en gradvis tilvenning og korte dager den første tiden. Ellers har vi daglige samtaler ved levering/henting, sender meldinger eller ringer hvis det er beskjeder/info utover dagen og oppdaterer tavla på Kidplan (vårt digitale kommunikasjons og dokumentasjonsverktøy) med dagens innhold. Foreldre får tilbud om foreldresamtale to ganger i året, samt foreldremøte på høsten, og kombinert årsmøte/foreldremøte på våren.

Samarbeid mellom «redet» og «pinnsvin».

Før barna begynner på ny avdeling, vil ansatte på redet samarbeide med ansatte på pinnsvin. Vi jobber alltid for at en voksen følger barna over på ny avdeling, og tilstreber ellers at barna blir godt kjent og trygge på tvers av avdelingene gjennom hele året. I tillegg har vi noen møtepunkter for barna på våren hvor de blir enda bedre kjent med barna og voksne på den «nye» avdelingen. Det vil også være samarbeidsmøter for personalet etter behov. Fra morgenen er dørene åpne i hele barnehagen, slik at barna kan bevege seg fritt mellom rommene, frokosten er også felles. I tillegg til mulighet for felles morgenstund, er også utetiden etter lunsj felles etter sovetid i sommerhalvåret.

Samarbeid mellom barnehage og skole

Før barna begynner på skolen vil det være besøksdager på skolen hvor barna får hilse på læreren sin og se klasserommet sitt, lærer/rektor kan også komme på besøk i barnehagen. Det vil også bli gitt en omvisning på skolen. I samarbeid med skolebarnas foreldre vil siste foreldresamtale før skolestart settes av til utfylling av overgangsskjema med informasjon om barnet, til skolen. I tillegg har ped.leder/leder fra barnehagen og lærer/rektor fra skolen ett møte, sammen med kommunens læringsmiljøteam (som er med i overgangen). Østre Toten kommune har utviklet en overgangssekk som både barnehagen og skolen har. Her er det samme innhold, slik at barna møter det samme når de begynner på skolen.

Andre samarbeidspartnere

Østre Toten kommune, Barnevern, PPT, helsestasjon, bedriftshelsetjenesten, PBL og biblioteket. Ellers har vi nært samarbeid med flere organisasjoner, foreninger, naboer og næringsdrivende i nærmiljøet, og andre barnehager med barn som sogner til Totenviken skole.

Praktisk info

Ansatte	Kompetanse
Leder: Kristin Hellum	Bachelor i spes.ped med videreutdanning i barnehagepedagogikk. Nasjonal lederutdanning for styrere i barnehage med videreutdanning i juss for ledere.
Pedagogiske ledere: Marie Svellet (redet)	Barnehagelærer (bachelor) med fordypning i småbarnspedagogikk + videreutdanning i barns språkutvikling og språklæring.
Åsta Evenrud (redet)	Barnehagelærer (bachelor) med videreutdanning i barns psykiske helse og fysisk motorisk utvikling og aktivitet og pedagogisk ledelse.
Nina L. Brendbakken (pinnsvin&gauper)	Bachelor i barnevern med videreutdanning i barnehagepedagogikk og relasjonsledelse
Gro Anita Holøien (bjønnunger)	Barnehagelærer (bachelor) med videreutdanning i ledelse og som Marte Meo-terapeut
Pedagogiske medarbeidere: Marianne S. Granholt (bjønnunger)	Barne- og ungdomsarbeider.
Madeleine Lone (bjønnunger)	Bachelor i dyrepleie (pedagogisk medarbeider)
Bente Dorotea Petersen (pinnsvin&gauper)	Barne og ungdomsarbeider
Wenche Skullerud (pinnsvin&gauper)	Barnepleier med utdanning som barnehageassistent.
Eva Bergrud Hansen (pinnsvin og redet)	Pedagogisk medarbeider
Cathrine Lilleengen (redet)	Pedagogisk medarbeider
Sissel O. Hensvold (redet)	Barne- og ungdomsarbeider
Hanna Nygaard (redet)	Pedagogisk medarbeider

Styret	Samarbeidsutvalget (SU)
Emilie Sommerfelt Sherwani – Styreleder	Emilie Sommerfelt Sherwani
Jørgen Wien Jensen- Styremedlem	Jørgen Wien Jensen
Renate Eikevik Danbolt – Styremedlem	Renate Eikevik Danbolt
Audun Glemmestad- Styremedlem	Audun Glemmestad
Kristin Hellum - Daglig leder	Sissel Hensvold
	Wenche Skullerud
	Kristin Hellum

Vi har en arbeidsgruppe bestående av;
Helene Jetne Ødegård, Morten
Løseengen, Gyda Taralrud Sim, Anja
Sveen og Martin Håkensbakken
Sønsterud.

Tradisjoner

Viktige arrangementer og datoer

Høstfest tirsdag 29. september: Vi feirer markens grøde; at korn, grønnsaker og bær er høstet. Vi har laget syltetøy, saft og kaker fra egen avling. Avdelingene feirer høstfest med felles samling og potetsuppe til lunsj. Det blir gulrotkake og hjemmelaget saft til foreldre i garderoben ved henting.

Lanternefest onsdag 11. november: En fest som skal minne oss om å ha omtanke og vise omsorg for andre. Festen har sin bakgrunn fra Tyskland med legenden om St. Martin. Vi sier morna til sola som tar seg en lang vinterferie her i Totenvika. Dette gjør vi ved å gå i langt lys-tog, med hjemmelagde lykter/lanterner og synger lanternesanger i mørket på ettermiddagen i barnehagen.
Foreldre bes inn som gjester kl. 17:30

Lucia og Nissefest: Hiet går Lucia for redet, og kanskje for naboene og skolen. På nissefesten kommer kanskje nissen, men ikke alltid. Han har det av og til veldig travelt. Dette feires på dagtid med barna i desember. Datoer kommer på månedsplanen.

Karneval fredag 19 februar: Kjent for de fleste. Barna feirer i barnehagen, med utkledding.

Påskelunsj: Vi spiser en høytidelig og god lunsj en av dagene før påske. Dato kommer på månedsplanen

Kosekveld for Bjønnungene torsdag 03. juni: Bjønnungene har sin egen avslutning (uten foreldre) etter stengetid, hvor vi gjør litt ekstra stas på dem, spiser god mat og har det gøy.

Sommerfest onsdag 9. juni: Avslutning på året og vi sier farvel til Bjønnungene som skal begynne på skolen. Foreldrene er gjester.

Andre datoer: Dugnad fredag 30.april, planleggingsdager: 27.07, 12.08, 27.11, 04.01, 07.04 og 07.05. Høstferie uke 41, **vinterferie uke 8** (obs endring fra tidligere år), foreldremøte ila. september 2026 og foreldremøte/årsmøte i uke 14/15 2027.

Kilder

Litteratur:

Barnehageloven (2005). Lov om barnehager (LOV-2005-06-17-64). Hentet fra <http://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-64>.

Brandtzæg I, Torsteinson S & Øiestad, G. (2012). *Se barnet innenifra. Hvordan jobbe med tilknytning i barnehagen*. Oslo: Kommuneforlaget.

Helle, G. & Fløgstad, T. R. (2019). *Alt jeg kan! Hvordan kroppen lærer hjernen å tenke*. Oslo: Cappelen Damm akademisk

Helsedirektoratet. (2018). *Helsedirektoratets retningslinjer for mat og måltider i barnehagen*. Oslo: Helsedirektoratet. Hentet fra: www.helsedirektoratet.no

Kunnskapsdepartementet. (2017). *Rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver*. Oslo: Departementet. Hentet fra: <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/rammeplan/>

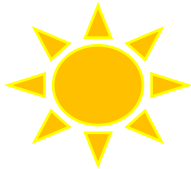
Nettsider:

www.sunnerebarn.no

www.tryggtrafikk.no

[Livsmestring i skolen | Universitetet i Stavanger](#)

Grovplan

August	September	Oktober	November
Tema: Bli kjent med barnehagen og hverandre. Tilknytning Aktivitet: Planleggingsdag Bevegelseslek: Likevektssans (Vestibulærsans)	Tema: Høst, markens grøde. Brannvern Kroppen min, hvem er jeg. Aktivitet: Foreldremøte Høstfest Bevegelseslek: Likevektssans (Vestibulærsans)	Tema: Høst Aktivitet: Foreldresamtaler Bevegelseslek: Sanseapparatet; hud, lukt, lyd, syn (sanseløyper)	Tema: Høst Lys og mørket Aktivitet: Lanternefest Planleggingsdag Bevegelseslek: Muskel- og leddsans (kinetisk sans) og kroppsbevissthet
Desember	Januar	Februar	Mars
Tema: Advent Jul Vinter Aktivitet: Lucia Nissefest Bevegelseslek: Grovmotoriske grunnbevegelser Barnehagen er stengt i romjula	Tema: Vinter Fotografering Aktivitet: Planleggingsdag Bevegelseslek: Øyemotorikk og kryssing av midtlinje Sidedominans (lateralitet)	Tema: Samefolkets dag Fastelavn Karneval Aktivitet: Karneval Bevegelseslek: Motorisk planlegging – kroppsbevissthet (rom, retning, kraft, tid – rytme)	Tema: Vår Påske Aktivitet: Påskelunsj Bevegelseslek: Finmotorisk (håndgrep, øye-hånd og øye-fot koordinasjon) Barnehagen er stengt hele påskeuka.
April	Mai	Juni	Juli
Tema: Vår Trafikkregler Husdyr Aktivitet: Planleggingsdag Foreldremøte og årsmøte Foreldresamtaler Bevegelseslek: Utholdenhet og kondisjon	Tema: 17. mai Vår Aktivitet: Dugnad Planleggingsdag Bevegelseslek: Visuell og auditiv persepsjon (Hjernens tolkning av syns- og hørselssansens signaler)	Tema: Sommer Avslutning Aktivitet: Sommerfest Kosekveld Bjønnunga Bevegelseslek: Visuell og auditiv persepsjon (Hjernens tolkning av syns- og hørselssansens signaler)	Tema: Sommer og ferie  Barnehagen er stengt uke 28, 29 og 30.

