



DIALOGVÆRKTØJET SUND PÆDAGOGIK
VEJLEDNING



INTRODUKTION

Sund Pædagogik er et dialogværktøj designet af det nationale Videncenter KOSMOS/UC SYD. Det er en del af det sundhedspædagogiske projekt Hoppeline (se hoppeline.dk), som er støttet af Nordea-fonden. **Sund Pædagogik** består af to dele – en del, der handler om udvikling af bevægelseskultur og en del, der handler om udvikling af mad- og måltidskultur.

Værktøjet læner sig op ad et holistisk sundhedsbegreb, hvor fysisk, psykisk og social sundhed er lige betydningsfuldt. Det er udviklet med baggrund i nyere forskning og i tæt dialog med dagtilbud.

Sund Pædagogik har til hensigt at facilitere personalegruppers diskussion af de rutiner og vaner, der præger måltidskulturen og bevægelseskulturen i det enkelte dagtilbud.

Det er betydningsfuldt, at personalegruppen er fælles om at arbejde med værktøjet, hvorfor det er oplagt at benytte det i forbindelse med en pædagogisk dag eller på personalemøder. **Sund Pædagogik** er fleksibelt på den måde, at dialogkort og øvelser kan vælges ud, så mængden matcher den tid, der er til rådighed. Processen kræver en procesleder, hvilket eksempelvis kan være en pædagogisk konsulent, en områdeleder, dagtilbudslederen eller andre, der har interesse i at arbejde med forandrings- og læringsprocesser i personalegrupper.

Det praksisnære indhold giver personalegruppen mulighed for at opnå en fælles forståelse af, hvilke hæmmende og fremmende faktorer, der præger hverdagens sundhedspædagogiske arbejde, samt en indsigt i, hvordan fremtidige læringsrum kan skabes for såvel voksne som børn. Med andre ord, så tilbyder **Sund Pædagogik** en kontekstnær og seriøs faglig ramme for dialog og diskussion. Det udfordrer og oplyser uden at give svar og tilbyder en struktur for gennemførelse af pædagogiske innovative eksperimenter – forstået som aktiviteter og tiltag - hvor der arbejdes direkte med at skabe forandring.

MATERIALET

Materialet består af to dele, en som omhandler **måltidskultur** og en som omhandler **bevægelseskultur**. Derudover følger materiale til gennemførelse af to ekstra øvelser – en til hvert område.

Resten af dette hæfte deler sig i to dele. Først kommer en konkret vejledning til proceslederen og dernæst følger en teoretisk del for de, som vil gå lidt mere grundig til værks. Afslutningsvis lokker en righoldig litteraturfortegnelse til videre læsning. Materialet må frit kopieres og deles under forudsætning af, at KOSMOS og Hoppeline citeres som kilde.

SÅDAN BRUGES SUND PÆDAGOGIK

Afhængigt af, hvilken tid der er til rådighed for processen, kan de forskellige dele af dialogværktøjet udvælges og bruges fleksibelt. Hvis I har særlig interesse i at udvikle bevægelseskulturen, kan I eksempelvis udvælge 4-5 dialogkort fra den grønne kasse og/eller benytte øvelsen med rum-vandring (se mere herom senere). I kan også sprede aktiviteterne over flere møder. Det er betydningsfuldt, at I når frem til at udarbejde en handlingsplan med beskrivelse af konkrete pædagogiske eksperimenter og, at I får sat en dato for, hvornår der evalueres på disse eksperimenter.

Vælg indledningsvist om det overordnede fokus for processen skal være måltidskultur eller bevægelseskultur. Udvalg hvor mange af nedenstående øvelser, der skal bruges.

ØVELSE MED UDGANGSPUNKT I DIALOGKORT

1. Vælg den orange kasse ved valg af fokus på måltidskultur og den grønne kasse ved valg af fokus på bevægelseskultur.
2. Udvalg det antal kort, som passer til den tid, der er afsat til processen.
3. Inddel personalegruppen i mindre grupper på 3-4 deltagere.
4. Hver gruppe tager et kort, en blok med post-it-sedler og et par kuglepenne. Der bruges ca. 9 min. på hvert kort. Deltagerne skal tage et nyt kort, når de er færdige med nedenstående procedure:

INFO TIL DELTAGERNE

- A. Læs teksten på kortet højt (både spørgsmål, viden-indspark og case).
 - B. Diskuter spørgsmålene.
 - C. Skriv stikord ned på post-it sedler til, hvad I evt. kunne tænke jer at styrke pædagogisk på baggrund af jeres diskussion. Eksempelvis noget I kunne tænke jer at afprøve i en periode.
- I har max 9 min. til hvert kort. Sæt alarm på jeres telefon. Byt til et andet kort, når I er færdige.

Når alle grupper er igennem alle kort:

5. Når alle grupper har været igennem alle de udvalgte kort, samles alle i den store gruppe og refererer kort deres gruppe-dialog for de andre grupper.
6. Hvis I afslutter med denne øvelse laves en brainstorm over mulige eksperimenter.

Find en stor bar væg eller tavle, hvor post-it-sedlerne kan sættes op. Alle opfordres til at tænke ud af boksen og ikke lade sig begrænse af virkeligheden.

7. Prøv, om I i fællesskab kan lave nogle kategorier med udgangspunkt i post-it-sedlerne.
8. Formuler på denne baggrund i fællesskab mellem 1-3 konkrete pædagogiske eksperimenter.
9. Knyt 2-3 tovholdere til hvert eksperiment, som har ansvaret for, at der udarbejdes en handleplan over eksperimentet (se afsnit om handleplan længere nede).

NB! Punkt 5-6 kan udsættes, hvis man også ønsker at gennemføre øvelsen med rumvandring (fokus på bevægelseskultur) eller tallerken-øvelsen før, under og efter måltidet (fokus på måltidskultur)

Tips til procesleder:

Tid: Alt afhængig af din tidsramme kan du som procesleder udvælge et eller flere kort, altså 3 forskellige kort, hvis du har omkring en halv time og 6 kort, hvis du har omkring en time osv. (9 min. per kort - bed deltagerne tage tid på deres telefoner). Du kan udvælge kort på forhånd, eller du kan udtrække tilfældigt. Det er vigtigt, at der afsættes god tid til fremlæggelse og formulering af eksperimenter. Hvis tiden er knap kan udarbejdelsen af handleplan laves af de udvalgte tovholdere og fremlægges for hele gruppen ved næste givne lejlighed.

Alternativ afvikling: Du kan alternativt udvælge få kort til fælles drøftelse i den store gruppe og strække arbejdet med dialogkortene ud over flere møder. Du kan også lade grupperne gennemføre øvelsen som walk-and-talk. Planlæg en rute, som passer til 9 min - et kort ad gangen. Når tiden er gået kommer grupperne tilbage til basis og bytter kort med en anden gruppe.

ØVELSE MED RUMVANDRING

Denne øvelse bruges kun ved valg af den overordnede kategori bevægelseskultur.

1. Find en stor tom væg eller tavle og sæt post-it-sedler op med navne på alle de rum i institutionen, som er relevante i relation til bevægelseskultur: Uderum/Legeplads, stuerne, Fællesrum/aktivitetsrum, gangarealer/garderobe, badeværelser, køkken mm.
2. Inddel personalegruppen i mindre grupper på 3-4 deltagere.
3. Instruer grupperne i på skift at besøge alle de forskellige rum og lav en plan for hvilken gruppe, der begynder hvor, og hvor mange rum, hver gruppe skal nå.
4. Afsæt minimum 9 min. til hvert rum. Bed deltagerne bruge alarmen på en af deres telefoner. Efter 9 min. fortsætter gruppen til næste rum.

5. Hver gruppe får følgende udleveret til rumvandringen:

- arket til rum-vandring
- instruktion
- et par kuglepenne
- en blok med post-it-sedler
- et af medlemmerne skal være tidtager og have en telefon med alarmfunktion med

INFO TIL DELTAGERNE

- A. Diskuter med udgangspunkt i eget faglige perspektiv, hvad der henholdsvis fremmer og hæmmer god bevægelseskultur i dette rum. (3 min.)
- B. Diskuter dernæst med udgangspunkt i et børneperspektiv, hvilke muligheder for bevægelsesmæssige udfordringer og glæde ved bevægelse, som rummet tilbyder og hvilke sociale, psykiske og fysiske begrænsninger for samme, som rummet sætter. (3 min.).
- C. Vælg 1-3 værdier, som I ønsker skal være gældende for det pædagogiske arbejde i dette rum.
- D. Skriv de valgte værdier på post-it- sedler. (3 min.)

Obs! Brug gerne stikord på kortet som inspiration til alle tre punkter. I har 9 min. til hvert rum. Indstil gerne alarmer på en telefon og gå videre til det næste rum, når den ringer.

Efter rumvandring

6. Gruppen samles i den store gruppe og aflægger referat af deres dialog ved at gennemgå rum for rum.
7. Herefter laves en brainstorm over ideer til eksperimenter for de enkelte rum. Deltagere skriver deres ideer ned på post-it-sedler og hænger dem på væggen under sedlen med navnet på det rum, som ideen er relateret til.

INFO TIL DELTAGERNE

Skriv jeres ideer til eksperimenter ned på post-it- sedler - tænk gerne ud af boksen! Tænk i spørgsmålet: Hvad kan med fordel fastholdes, ændres, fjernes eller tilføjes af henholdsvis inventar, genstand, regler, stemning m.m., for at skabe en bedre bevægelseskultur i netop dette rum.

8. Prøv om I i fællesskab kan lave nogle kategorier med udgangspunkt i det, der står på post-it- sedlerne.
9. Formuler på denne baggrund - i fællesskab 1-3 pædagogiske eksperimenter.
10. Knyt 2-3 tovholdere til hvert eksperiment, som har ansvaret for at udarbejde en handleplan over eksperimentet (se afsnit om handleplan).

Tips til procesleder:

Tid: Alt afhængig af din tidsramme kan du som procesleder udvælge hvor mange rum, der gennemgås. 9 min. per rum og mindst 30 min. til fælles gennemgang og udvælgelse af eksperimenter og handleplan (punkterne 6-10).

Alternativ afvikling: Du kan også vælge at korte processen ned ved at have billeder klar af de forskellige rum i institutionen, så deltagerne ikke behøver at bevæge sig fysisk rundt til dem. Du kan fordele rum mellem grupperne, så ikke alle grupper skal nå at arbejde med alle rum. Du kan lade grupperne selv vælge de rum, de har mest interesse i at arbejde med.

ØVELSE MÅLTID: FØR, UNDER OG EFTER

Denne øvelse bruges kun ved valg af den overordnede kategori måltidskultur

Et måltid består af tre rum: før, under og efter måltidet

1. Fordel deltagerne i mindre grupper på 3-4
2. Find en stor tom væg eller tavle og sæt gule sedler op med navnene på de tre læringsrum: Før, under og efter måltidet
3. Hver gruppe får følgende udleveret til øvelsen:
 - laminerede ark - måltidskultur
 - instruktion
 - et par kuglepenne
 - et par blokke med post-it-sedler
 - en telefon med alarm

INFO TIL DELTAGERNE

- A. Indstil alarmer på telefonen på (3 min.) og diskuter med udgangspunkt i eget faglige perspektiv, hvad der henholdsvis fremmer og hæmmer en positiv måltidskultur, før måltidet.
- B. Når alarmer lyder stilles den på ny til 3 min. og nu diskuteres det samme i et børneperspektiv (hvad er rart, positivt og negativt udfordrende for barnet som optakt til måltidet mm).
- C. Når alarmer lyder stilles den igen til 3 min. I skal nu tale jer frem til 1-3 værdier, som I ønsker skal være gældende for det pædagogiske arbejde som optakt til måltidet. Brug stikord på kortet som inspiration. Skriv de valgte værdier på post-it- sedler.
- D. Fortsæt med samme fremgangsmåde i diskussionen af rummet: under måltidet og efter måltidet, I har 9 min til hvert rum. I alt 27 -30 min.

Efter arbejdet i de mindre grupper med øvelsen før, under og efter måltidet

1. Gruppen samles i den store gruppe og aflægger referat af deres dialog ved at gennemgå de tre læringsrum før, under og efter måltidet.
2. Herefter laves en brainstorm over ideer til eksperimenter for de enkelte læringsrum. Deltagerne skriver deres ideer ned på post-it- sedler og hænger dem på væggen under sedlen med navnet på det læringsrum, som ideen er relateret til.

INFO TIL DELTAGERNE

Skriv jeres ideer til eksperimenter ned på post-it- sedler. Tænk i spørgsmålet: Hvad kan med fordel fastholdes, ændres, fjernes eller tilføjes af henholdsvis ritualer, pligter, inventar, genstand, regler, stemning m.m., for at skabe en bedre måltidskultur før, under eller efter måltidet.

3. Prøv om I i fællesskab kan lave nogle kategorier med udgangspunkt i post-it-sedlerne.
4. Formuler på denne baggrund - i fællesskab - 1-3 pædagogiske eksperimenter.
5. Knyt 2-3 tovholdere til hvert eksperiment, som har ansvaret for at udarbejde en handleplan over eksperimentet (se afsnit om handleplan).

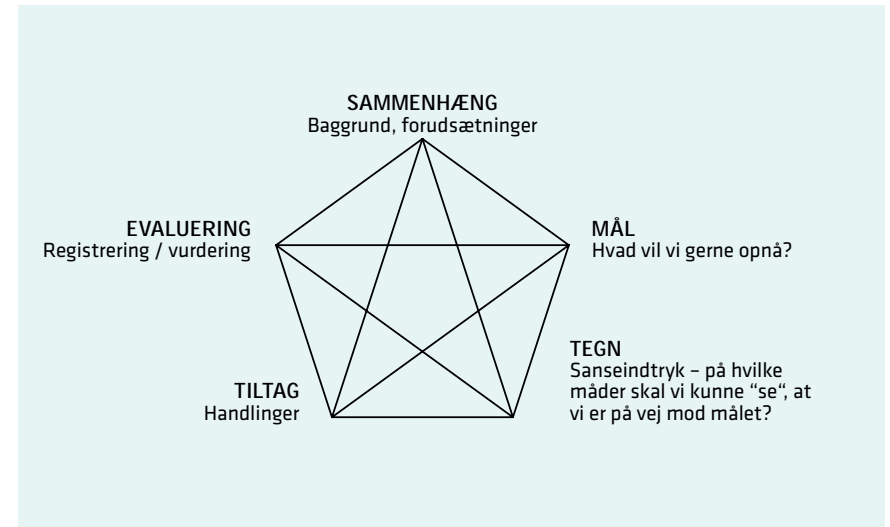
HVAD ER ET EKSPERIMENT?

Et pædagogisk eksperiment forstås i denne sammenhæng som noget, der skal afprøves med det formål at opdage nye sammenhænge eller at efterprøve en hypotese eller teori. Hvis man eksempelvis har en ide om, at børnene vil blive mere selvstændige i påklædningen ved at de får lov at sidde i rundkreds i en lille gruppe på stuen, når de skal tage overtøj på, så kan dette formuleres som et eksperiment. Der udarbejdes en handleplan med bl.a. tidsramme og mål, så det bliver muligt at samle op på, om tiltaget virker efter hensigten, eller om det skal justeres.

EKSEMPLER PÅ MODEL FOR UDFYLDELSE AF HANDLEPLAN

Hvis du eller dagtilbuddet har en model for handleplan, som I er vant til at bruge, er det en fordel at vælge denne model. Herunder er tre eksempler på modeller, som kan bruges til udformning af handleplan. De er vedlagt i løs-ark og kan kopieres i det antal, man skal bruge.

FIGUR 1: SMTTE-MODELLEN



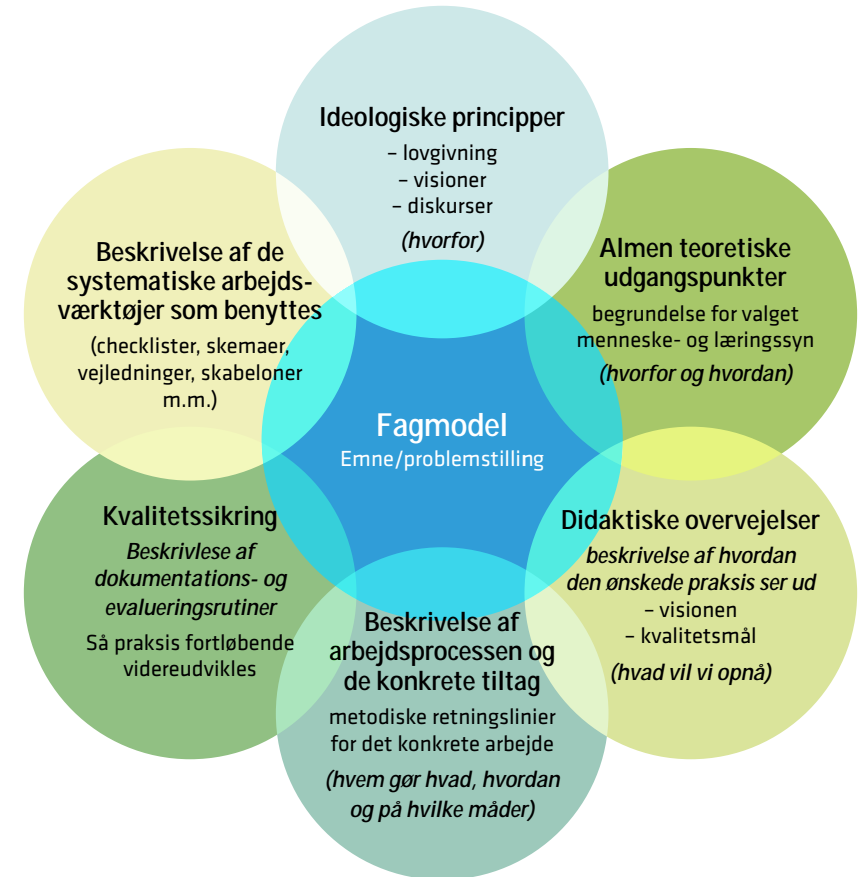
FIGUR 2: HANDLEPLAN I SKEMAFORM

Område	Mål	Eksperiment	Tidshorisont	Ressourceforbrug	Succeskriterier	Ansvarlig

FIGUR 3: EKSEMPEL PÅ HANDLEPLAN

Område	Mål	Eksperiment	Tidshorisont	Ressourceforbrug	Succeskriterier	Ansvarlig
Fokus på sociale kompetencer		En uge ad gangen med den samme måltidsven				En eller flere pædagoger på stuen
Børnene tager hensyn til hinanden, hjælper hinanden, leger mere sammen		En pædagog skal sørge for at sætte børn sammen, der normalt ikke leger sammen. Vi skal holde øje undervejs og huske børnene på, hvem de er måltidsven med.				
Vi vil lave et forsøg, der hedder "Måltidsvenner". Vi sætter børn sammen 2 og 2, der normalt ikke leger sammen. Børnene skal nu være "venner" under måltidet. De skal hjælpe hinanden med at finde madpakker, sidde ved siden af hinanden, vente på at begge bliver færdige, og sørge for at huske hinanden på at spise op samt rydde af sammen						
					<p><i>Succes på kort sigt:</i> Børnene taler sammen under måltidet Børnene hjælper hinanden</p> <p><i>Succes på længere sigt:</i> Børnene tager mere hensyn til hinanden. Børnene oplever måltidet, som et rum for dialog samt omsorg og tryghed.</p>	

FIGUR 4: FAGBLOMSTEN



Modellen er udviklet af lektor Mette Kristensen Rasmussen med baggrund i Per Nygrens tanker (Nygren, P. 2008).

FIGUR 5: EKSEMPEL PÅ HANDLEPLAN (BEVÆGELSESELEVEN)

Eksperiment beskrivelse, fokus: Øget bevægelsesglæde i fællesrummet

Systematiske arbejdsværktøjer ift. evaluering:

Vi har alle fokus på observation af tegn, men vi har på skift den ugentlige tjans med at skrive dem ned i logbogen og tage fotos fra rummet til ophæng eller Forældreintra.

Vi evaluerer og justerer eksperimentet til personalemødet i december

Emne:

Mere bevægelsesglæde i fællesrummet

Ideologiske principper:

De pædagogiske læreplaner og dagtilbudsloven

Kvalitetssikring (hvordan kan vi evaluere og dokumentere vores indsats)

Dokumentation: Fotos og logbog

Tegn:

- Børnene vil gerne være i fællesrummet
- Børnene udforsker og ændrer rummet
- Færre konflikter
- Børnene søger de små kasser
- Børnene viser glæde ved at bevæge sig

Almene teoretiske udgangspunkter:

Vi arbejder ud fra ICDP

Didaktiske overvejelser (hvad er målet, hvad vil I gerne have fokus på og hvad vil I gerne opnå hvorfor og hvordan?):

Målet: Vi ønsker børn i balance, der kan mærke sig selv og hinanden og udviser glæde ved at bruge kroppen og har færre konflikter indendørs

Delmål:

- At personalet ser værdien i målet
- Skabe rummet
- Beskrive værdier for rummet

Vision: Vi opnår målet ved at skabe et rum og en pædagogik med plads til bevægelse og udfordring af børnenes motorik

Arbejdsprocessen og de konkrete tiltag (hvem gør hvad, hvordan og på hvilke måder):

- Rydde rummet og gøre det til et fleksibelt rum, hvor vi kan skabe forskellige aktiviteter (tovholder pedel, Anne og Søren)
- Skabe 7 bevægelseskasser med forskellige småredskaber og kort med aktivitetsforslag, de skal være gennemsigtige og stå på den høje hylde, så børnene kan se hvad der er i og selv bede om at få dem ned (Birgit og Lea)
- Undersøge muligheder for ribber, ophæng og madrasser (Kirsten)
- Ugentlig leg i rummet, observation af tegn (Kirsten laver en turnusplan)

SUND PÆDAGOGIK – TEORETISK REFERENCERAMME

I denne teoretiske referenceramme berøres først en argumentation for, hvorfor det er relevant at arbejde med sundhedspædagogik i dagtilbud, dernæst et perspektiv på handlekompetencer, kommunikation og læreprocesser og afslutningsvis et teoretisk blik på, hvorfor det er centralt for proceslederen at stille sig nysgerrig over for den fælles refleksion og diskussion, der opstår i personalegruppen under arbejdet med *Sund Pædagogik*.

HVORFOR DISKUTERE SUNDHEDSPÆDAGOGIK?

Pædagogik er livskundskab forbundet med hverdagen og dermed relateret til noget, som de fleste har kendskab til og en holdning til (*Oettingen 2010*). Pædagogers private holdninger og erfaringer er betydningsfulde men samtidig ikke et tilstrækkeligt fundament i opbygningen af en pædagogisk professionel bevægelseskultur og måltidskultur i institutionen. Den professionelle pædagog har derfor en opgave i at gå ind i kritisk refleksion med kollegaer om, hvorfor man gør, som man gør, og hvordan det harmonerer med de værdier, der generelt ligger til grund for det pædagogiske arbejde i institutionen.

Spørgsmålet om, hvordan børn socialiseres til at blive sunde og robuste, er ikke kun et væsentligt spørgsmål for pædagoger og forældre, men også et spørgsmål af samfundsmæssig interesse. Dette afføder bevågenhed i relation til kvaliteten af den pædagogik, der udøves i dagtilbud. Professionsidealet på dagtilbudsområdet har ændret sig fra et ideal, der primært var centreret omkring pasning og omsorg, til også at omfatte et forskningsmæssigt underbygget fokus på at skabe hensigtsmæssig og langtidsholdbar læring. Derfor er pædagogens aktive rolle som støttende motivator og inspirator i dag i centrum (*Sommer 2015*).

Om et dagtilbud er i stand til at udøve god sundhedspædagogik afhænger af pædagogernes viden i bred forstand, af organisering og ikke mindst om personalegruppen har tid, rum og mod til at indgå i dialog med hinanden om didaktiske udfordringer (*Herskind og Lysemose, 2015*).

AT ØGE PÆDAGOGERS HANDLEKOMPETENCE

Sundhedsmæssige forandringer eller forbedringer skabes via fælles eller individuelle handlinger – handlinger som bygger på gruppens og den enkeltes handlekompetence. Handlekompetence udvikles og kvalificeres på baggrund af dialog og fælles refleksion, bl.a. over handlingsproblematikker med en konsulent. Begrebet handlekompetence er således centralt indenfor sundhedsfremme og omfatter delkomponenterne: Viden og indsigt, visioner, handleerfaringer, engagement og kritisk sans (*Jensen, 2009*).

Dagtilbuddets måltidskultur og bevægelseskultur har det til fælles, at det ofte er private holdninger og præferencer frem for velbegrundede faglige overvejelser, der dominerer (Sønnichsen, 2017; Kolding kommune, 2015). Derfor er det i relation til sundhedsfremme særligt væsentligt at diskutere forskellige emner i relation til disse områder.

Det er distancen, som gør det muligt at skabe den udviklende dialog og refleksivitet, som gør, at man kan få øje på pædagogikken – dens begrænsninger og potentialer (Schön 2014). Dialogkortene i **Sund Pædagogik** tilbyder blandt andet cases og dilemmaer, som er konstrueret på baggrund af observationer i praksis. De spejler derfor ikke kun deltagerens egen pædagogiske hverdag, men tilbyder samtidig en distance til egen praksis, som kan åbne for betydningsfulde refleksion og erkendelser i dialogen med kollegaer.

I **Sund Pædagogik** benyttes metoder, som er inspireret af aktionsforskningen, hvor systematisk italesættelse, refleksion over og diskussion af egen pædagogiske praksis er med til at generere viden, indsigt, engagement, kritisk sans og visioner. Værktøjets fokus på pædagogiske eksperimenter har til hensigt at give nye handlefaringer og er inspireret af aktionsforskningens spirallignende processer, der på hvert trin i spiralen rummer trinene planlægning, aktion og resultater (Brinkkjær and Høyen, 2012). Dette fokus på implementering er afgørende, hvis varige positive forandringer skal skabes i relation til bevægelseskultur og/eller måltidskultur.

KOMMUNIKATIONENS BETYDNING FOR DELTAGERNES LÆRINGS- OG FORANDRINGSPROCES

Inspireret af systemteorien kan man sige, at der indeholdt i en daginstitution er en mængde sociale systemer, som består af koder for kommunikation, som er meningsfulde for personalet. Særligt to systemer er her relevante at have for øje. De kan benævnes henholdsvis det kollegiale system og det fag-professionelle system. Kommunikationskoderne knytter sig til følelse af at være "vældigt" kontra ikke "vældigt" i det kollegiale system og til "faglig kompetence" kontra "faglig inkompetence" i det fag-professionelle system (L. Qvortrup, 2012).

Processen i **Sund Pædagogik** skal bidrage til at tydeliggøre forskellen på, hvornår der kommunikeres fagligt, kollegialt eller privat med den hensigt at styrke den faglig base-rede kommunikation i personalegruppen.

AT SPØRGE IND TIL DELTAGERNES FORSTÅELSE

Selv om vi sidder i samme rum og hører det samme oplæg, så kan vi aldrig vide, om vores sidemand oplever og forstår det samme som os. For én pædagog vil et oplæg fra ek-

sempelvis en pædagogisk konsulent måske sætte gang i den, for konsulenten, tilsigtede lærings- og forandringsproces, mens en anden pædagog, som hører det samme oplæg, vil bide mærke i aspekter, som er mindre væsentlige i relation til læringshensigten.

Hvad der fremstår som indlysende hos den ene pædagog kan sagtens blive afvist af en anden pædagog. Der kan både være tale om viljemæssige afvisninger, hvor problemet anerkendes, men afvises pga. manglende lyst til at tale om det, endsigse gøre noget ved det. Men der kan også være tale om afvisninger, som har baggrund i manglende viden, hvor pædagogen ikke formår at koble sig på den forstyrrelse, som hun/han udsættes for. Pædagogen vil så konstruere sin egen udgave af det sagte. Sagt med andre ord, så er de ører der hører og det blik der iagttager afgørende for meningsdannelse og dermed for den videre kommunikation i personalegruppen. Vi er som mennesker grundlæggende begrænset eller beriget af den viden og motivation, vi besidder i forvejen (A. Qvortrup and Wiberg 2013, 143; Luhmann, Niklas 1998, 167; Bering Keiding, 2012, 123, 188, Sønnichsen, 2017). Det er derfor meget afgørende for deltagerens læringsproces, at proceslederen anlægger en stil, hvor der hele tiden spørges ind til deltagerens forståelse. Det kan eksempelvis være, når der tales om værdier, hæmmende og fremmende faktorer, men især i processen med at formulere eksperimenter og udfylde handleplan. Her må proceslederen bede deltagerne forklare og eksemplificere, så han/hun kan sikre sig at deltagerne har en fælles forståelse af, hvad de skal i gang med. Nogle gange kan det at blive bevidst om, hvad man er uenige om også sætte gang i forandrings- og læringsprocesser, så konsensus er ikke i sig selv et mål.

OVERORDNEDE FOKUS I FORMULERING AF EKSPERIMENTER OG UDARBEJDELSE AF HANDLEPLAN

1. Der er et konkret og problemorienteret fokus med mulighed for at handle kreativt i forhold til eventuelle presserende problemstillinger.
2. Der inviteres til engagement i samarbejdsrelationen mellem procesleder og deltager.
3. Der arbejdes værdiorienteret forstået på den måde at eksperimenter skal udvælges og beskrives af personalet selv, så de er meningsfulde.
4. Processen er levende og spirende – den kan ikke fastlægges på forhånd, men udvikler og ændrer sig, efterhånden som processen skrider frem i forhold til tid, kendskab til og forståelse for hinanden både individuelt og kollektivt (Olesen, 2011).

REFERENCER

- Ahlmann, Lise. 2011. Indlært hjælpeløshed? Kbh.: Frydenlund.
- Andersen, S.S. (2015). Måltidskultur og pædagogik. I: Graversen, D.T. (red.). Pædagogik – introduktion til pædagogens grundfaglighed (s. 607-628). Aarhus: Systime.
- Bech Kjeldsen, Lars Peter, Århus Kommune, and Børn og Unge-Afdelingen. 2005. Kinæstetisk læring blandt børn og voksne i daginstitutioner. [Århus]: Århus Kommune, Børn og Unge-Afdelingen : forhandler: Kommune Information.
- Bering Keiding, Tina. 2012. Luhmanns Sociologiske Systemteori - Ledelse Som Interventionskommunikation I: Molly-Søholm, T, Sstegeager, N. Og Willert, S. (Red.) Systemisk Ledelse.
- Bernstein, Basil. 1974a. Basil Bernsteins Kodeteori : Et Udvalg Af Hans Artikler Om Sprog, Socialisering Og Kontrol. Christian Ejlers' Pædagogiske Serie. Kbh.: Ejlers.
- Bernstein, Basil.. 1974b. Basil Bernsteins Kodeteori : Et Udvalg Af Hans Artikler Om Sprog, Socialisering Og Kontrol. Christian Ejlers' Pædagogiske Serie. Kbh.: Ejlers.
- Bernstein, Basil.. 1996. Pedagogy, Symbolic Control and Identity : Theory, Research, Critique. London: Taylor & Francis.
- Bjørgen, Kathrine. 2012. "Fysisk Lek I Barnehagens Uterom 5 Åringers Erfaring Med Kropslig Fysisk Lek I Barnehagens Uterom" 5, 2012 (2): 1-15.
- Blume, Michael. 2002. Slåskultur: en teoretisk og praktisk bog om slåskampe. Århus: Klim.
- Bourdieu, P. & Wacquant, L.J.D. (2002): Refleksiv sociologi. København: Hans Reitzels Forlag
- Brinkkjær, Ulf, and Marianne Høyen. 2012. Videnskabsteori for de pædagogiske professionsuddannelser. Kbh.: Hans Reitzel.
- Brixval, C. S. 2011. Årsrapport for Børn Indskolet I Skoleåret 2009/10 Og 2010/11 Fra Data-basen Børns Sundhed: Motoriske Vanskeligheder. København.
- Chapparo, C., and Lowe, S. 2012. School Participating in More than Just the Classroom In: Shelly, L. & Bundy, A. (2012) Kids Can Be Kids: A Childhood Occupations Approach. Philadelphia: F.A. Davis Co.
- Danmarks Evalueringsinstitut. 2014. "Evaluering Af Udvalgte Idrætsprojekter © Bl.a. Evaluering Af DGI Børnehave/Vuggestue (Danske Gymnastik- Og Idrætsforeninger (DGI) Projekt Om Idræts Børnehaver."
- Danmarks Evalueringsinstitut (2016): Samarbejde mellem forældre og daginstitutioner. København: EVA
- DeCosta, P., Møller, P., Frøst, M.B. & Olsen, A. (2017). MADMODIGE BØRN. SMAG #05 2017. Smag for livet.
- Elbæk, Ida, Danmark, and Undervisning og Ligestilling Ministeriet for Børn. 2016. Master for en styrket pædagogisk læreplan: pædagogisk grundlag og ramme for det videre arbejde med læreplanstemaer og få brede pædagogiske læringsmål. Ministeriet for Børn, Undervisning og Ligestilling.
- Ellegaard, T. (1998): Når Ronny og Maria går i børnehave – om social og kulturel ulighed i førskoleinstitutionerne. I: Dansk Pædagogisk Tidsskrift, nr. 5, 1998
- Ellegaard Jørgensen, Sanne, Maria Svendsen, Bjørn Evald Holstein, Styregruppen for Data-basen Børns Sundhed, and Statens Institut for Folkesundhed. 2013. Årsberetning om børn indskolingsundersøgt i skoleåret 2011/12. Statens Institut for Folkesundhed.
- Fjørtoft, I. 2004. "Landscape as Playscape: The Effects of Natural Environments on Children's Play and Motor Development." Children, Youth and Environments 2004 (14(2)): 21-44.
- Fredens, Kjeld. 2012. Mennesket i hjernen: en grundbog i neuropædagogik. Kbh.: Hans Reitzel.
- Freeney, J. A., and Noller. P. 2004. Attachment and Sexuality in Close Relationships In: Harvey, J.H. , Wensel, A, Sprecher, S. (2004)The Handbook of Sexuality in Close Relationships. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Fødevarerstyrelsen: Altomkost.dk: <http://altomkost.dk/deofficielleanbefalingertilen-sundlivsstil/kommuner-og-institutioner/daginstitutioner/madpakker-til-boern/> Lokaliseret den 15.9.17
- Fødevarerstyrelsen: Altomkost.dk: <http://altomkost.dk/fakta/naeringsindhold-i-maden/naeringsstoffer/kulhydrat/sukker/> Lokaliseret den 15.9.17 Altomkost.dk: <http://altomkost.dk/fakta/naeringsindhold-i-maden/naeringsstoffer/kulhydrat/sukker/>
- Gibson, James J. 2015. The Ecological Approach to Visual Perception. New York, London: Psychology Press.
- Habekost, E.R. (2015). Maddannelse og sundhed. I: Graversen, D.T. (red.). Pædagogik – introduktion til pædagogens grundfaglighed (s. 629-647). Aarhus: Systime.
- Habekost, E. (2016). Madleg. Måltidspartnerskabet. I
- Haga, Monika. 2010. Allsidig Bevægelseserfaring, Fysisk Udfoldelse Og Bevægelsesglede I: Moser, Thomas (Red.): Kroppslighed I Barnehagen,.
- Hermansen, M., Løw, O. & Petersen, V. (2006). Samarbejde i psykologisk perspektiv. I: Kommunikation og samarbejde - i professionelle relationer (2. udg., s. 74-93). Alinea.
- Herskind, Mia, and Lysemose, Christina. 2015. "Kvalitativ Undersøgelse I to Daginstitutioner I: Bugge, Anna, Anna Bugge, Karsten Froberg, Syddansk Universitet, Institut for Idræt Og Biomekanik, Og Forsøg Med Læring I Bevægelse (Projekt). 2015. Rapport for «Forsøg Med Læring I Bevægelse»."
- Holm, L (2012). Måltidets sociale betydning. I: Holm, L. & Kristensen, S.T. (red.). Mad, mennesker og måltider (s. 23-38, 2. udg.). København: Munksgaard. ISBN: 978-87-628-0929-1
- Hostrup Sønnichsen (2013) Sundhedsfremme og leg I Leg gør os til mennesker I: L. Eyer-mann, Jacob Zakarias, Jesper Winther, Per Jørgensen, and FDF. 2013. - en antologi om legens betydning. Fredericia: 55° Nord.
- Illeris, K. (2007). Læring. Roskilde Universitetsforlag.
- Jensen, B. B. (2007): Social arv, pædagogik og læring i daginstitutioner. København: Hans Reitzels Forlag
- Jensen, B. B. & Simovska, V 2009.Sundhedspædagogik og sundhedsfremme: teori, forskning og praksis. Århus: Aarhus Universitetsforlag. <http://public.eblib.com/choice/public-fullrecord.aspx?p=1050582>.
- Kissmeyer, Lise. 2009. Jagten på glæden - og det bedste talentliv. Odense: Syddansk Universitetsforlag.
- Klarlund, and Bente Klarlund Pedersen. 2016. Fysisk aktivitet: læring, trivsel og sundhed i folkeskolen. Kbh.: Vidensråd for Forebyggelse.
- Kolding kommune. 2015. "Vores Måltid - Dialogværktøj"
- Kousholt, D. (2011): Børnefællesskaber og familieliv. Børns hverdagsliv på tværs af institutio og hjem. København: Dansk Psykologisk Forlag
- Kragh Jensen, Anders, Mandag Morgen (firma), and Trygfonden. 2012. Børneliv - ifølge danskerne. Kbh.; Kgs. Lyngby: Mandag Morgen ; TrygFonden.
- Kulturministeriets Udvalg for idrætsforskning. 2011. "Fysisk Aktivitet Og Læring - En Kon-sensuskonference."
- Luhmann, Niklas. 1998. Luhmann, Niklas (1998) Erkendelse Som Konstruktion. I M. Her-mansen (Red.) Fra Læringens Horisont. Aarhus.
- Momentrum (2012): Pædagoger og forældre taler forbi hinanden. I: Momentum, 4. årgang, 2. udgave, februar 2012
- Mouritsen, Flemming. 1996. Legekultur: essays om børnekultur, leg og fortælling. 3. oplag. Vol. 2006. [Odense]: Odense Universitetsforlag.

- Nygren, P. 2008. "At Udvikles Ved at Udvikle - En Model for Deltagerstyrende Forandringsprocesser I HPA's Udviklingsdel."
- Oettingen, Alexander von. 2010. Almen pædagogik: pædagogikkens grundlæggende spørgsmål. Kbh.: Gyldendal.
- Olesen, B. R. 2011. "Aktionsforskning - Om at Skabe Meningsfuld Viden Og Forandring Sammen I: Fra Metateori Til Kommunikation. Red. / Pernille Almlund; Nina Blom Andersen. 1. Udg. København : Hans Reitzel, 2011. S. 86-121." In , 86-121. København.
- Pedersen, U. & Schulz, A. (2016): Sundhedsfremme og forebyggelse i dagtilbud. I: Gravesen, D.T. (red.): Pædagogik i dagtilbud. København: Hans Reitzels forlag
- Pellegrini, A., and L. Galda. 1982. "The Effects of Thematic Fantasy Play Training on the Development of Children's Story Comprehension."
- Qvortrup, Ane, and Merete Wiberg. 2013. Læringsteori og didaktik. [Kbh.]: Hans Reitzel.
- Qvortrup, Lars. 2012. Den myndige lærer: Niklas Luhmanns blik på uddannelse og pædagogik. Frederikshavn: Dafolo.
- Røn Larsen, Maja (red.). 2014. "Forældresamarbejde Og Inklusion Afdækning Af et Vidensfelt I Bevægelse."
- Sandseter, Ellen Beate Hansen. 2009. "Affordances for Risky Play in Preschool: The Importance of Features in the Play Environment." Early Childhood Education Journal 36 (5): 439-46. doi:10.1007/s10643-009-0307-2.
- Sandseter, Ellen Beate Hansen. 2015. Boblende Glæde Og et Sug I Maven: Risikofyldt Leg I Daginstitutionen I: Jensen, J. Og Sandseter, E. (Red.) Vildt Og Farligt Om Børns Og Unges Bevægelsesleg. København.
- Schulz, A. & Pedersen, U. (2010): Sundhedspædagogik i børnehaven. Frederikshavn: Dafolo
- Schön, Donald A. 2014. Den reflekterende praktiker: hvordan professionelle tænker når de arbejder. Århus: Klim.
- Simovska, V. & Jensen, J.M. (red.) (2012): sundhedspædagogik i sundhedsfremme. København: Gads Forlag
- Smidt, S. (2012). Måltider i daginstitutioner for børn. I: Holm, L. & Kristensen, S.T. (red.). Mad, mennesker og måltider (s. 55-68, 2. udg.). København: Munksgaard.
- Sommer. 2015. Tidligt I Skole Eller Legende Læring. Evidensen Om Langtidsholdbar Læring Og Udvikling I Daginstitutionen I: Læring, Udvikling Og Uddannelse: (Red.) Dion Sommer Og Jacob Klitmøller.
- Sønnichsen, L.H. 2017. "Det Pædagogiske Arbejde Med Børns Bevægelse I Daginstitutionens Uderum. Om Opmærksomhedspunkter I Dialogn Om Udviklingen Af En Aktiv Nærværende Pædagogik." BARN Forskning Om Barn Og Barndom I Norden.
- Sørensen, Hanne Værum. 2013. "Børns Fysiske Aktivitet I Børnehaver. En Analyse Af 5-6 Årige Børns Muligheder Og Betingelser for Fysisk Aktivitet I Forskellige Børnehaver Og Den Fysiske Aktivitets Betydning for Børns Udvikling."
- Svinth, Lone. 2012. Børnehavebørns medbestemmelse i pædagogisk tilrettelagte aktiviteter I Svinth, L. og Ringsmose, C. (red.) (2012) Læring og udvikling i daginstitutioner. Kbh.: Dansk psykologisk Forlag.
- Svinth, Lone. 2013. "Pædagogers Åbenhed for Børnenes Perspektiver Og Børns Deltagelsesmuligheder I Pædagogisk Tilrettelagte Aktiviteter." Psyke & Logos 34 (1): 83-105, 297.
- Grahn, P. m.fl.: 'Ute på dagis', Stad & Land nr. 145:1997.
- Vygotskij, L. 1933. Legens og dens rolle i barnets mentale udvikling I: Karoff, S. H. og Jessen. C. Tekster om leg(2014). København: Akademisk Forlag.
- Wenger, Etienne. 2010. Praksisfællesskaber: læring, mening og identitet. Kbh.: Hans Reitzel.



BEGREBSDEFINITION

De tre læringsrum

I værktøjet refereres flere gange til den britiske sociolog Basil Bernsteins tre læringsrum: 1) at gå foran, 2) at gå ved siden af og 3) at gå bag ved barnet (Bernstein 1974b). Ofte vil de tre læringsrum blive blandet sammen i aktiviteter, men en differentiering kan være god i relation til den pædagogiske refleksion. I den første type læringsrum formidler pædagogen løsning og opgave – initierer, definerer, instruerer og inspirerer. I det andet type læringsrum udforsker børn og voksne sammen og barnet har en større grad af medbestemmelse idet den voksne støtter op om barnet. I det 3. læringsrum går den voksne bag barnet forstået på den måde at barnet selv initierer og definerer.

Det brede positive sundhedsbegreb

Værktøjet tager afsæt i et positivt og bredt syn på sundhed. At det er bredt betyder, at livsstil såvel som levevilkår antages at have indflydelse på sundhed. Formuleret på en anden måde, så har både børns vaner samt de rammer og det miljø, der omgiver dem, betydning for deres sundhed. Når man anlægger et positivt sundhedsbegreb betyder det, at livskvalitet og velvære også har betydning for sundheden. (Jensen, 2009) Konsekvensen af denne tankegang er, at en sundhedsfremmende indsats ikke kun bør rettes mod det enkelte barn, men i høj grad også mod de levevilkår og sociale strukturer, der har betydning for børns muligheder for at leve sundt. Og når sundhed betragtes som et spørgsmål om at leve et godt børneliv, så betyder det tilmed, at sundhedsfremme skal tage udgangspunkt i børnenes værdier og motivationer, og her kommer legen naturligt i fokus, som noget voksne må stræbe efter at skabe gode rammer for og inspirere til (Hostrup Sønnichsen, L. Eyermand et al. 2013).



NORDEA
FONDEN

KOMOS
Nationalt Videncenter

www.hoppeline.dk