



Aalborg Universitet

AALBORG UNIVERSITY
DENMARK

Smagsworkshop for børnehavebørn

- en genvej til maddannelse

Skovbo Heuser, Dorte; Sode Gregersen, Anne; Sansolios, Sanne; Strand, Diana

Published in:
Smagsworkshop for børnehavebørn

Publication date:
2010

Document Version
Tidlig version også kaldet pre-print

[Link to publication from Aalborg University](#)

Citation for published version (APA):
Skovbo Heuser, D., Sode Gregersen, A., Sansolios, S. (red.), & Strand, D. (red.) (2010). Smagsworkshop for børnehavebørn: - en genvej til maddannelse. I *Smagsworkshop for børnehavebørn: - en genvej til maddannelse* (s. 1-47) http://www.periscope.aau.dk/digitalAssets/18/18883_periscope_smagsworkshop-for-b--rnehaveb--m_en-genvej-til-maddannelse.pdf

General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal -

Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us at vbn@aub.aau.dk providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.



With the financial contribution of the Public Health
Programme of the European Community

Pilot European Regional Interventions for Smart Childhood
Obesity Prevention in Early Age



PERISCOPE

Project no. 2006341

Smagsworkshop for børnehavebørn – en genvej til maddannelse

2008 - 2009

Sapere smagsworkshop er udført af:
Dorte Skovbo Heuser og Anne Sode Gregersen.
Sammendrag og resultater er redigeret af: Sanne Sansolios og Diana Strand

MENU
Måltidsvidenskab og Folkesundhedsernæring
Aalborg Universitet, København.
2009

Resume

Fokus i denne undersøgelse er metode og resultater af dels en gennemført smagsworkshop i en interventionsbørnehave og dels et nyt sans bræt-spil, ”Sans for Sjøv”, udviklet af Dorte Skovbo Heuser og Anne Sode Gregersen.

Resume af smags-workshop

I februar 2009 blev interventionsbørnehaven A udvalgt til at deltage i en smags-workshop baseret på Sapere-metoden udviklet af den franske fysiker Jacques Puisais.

I en uge lugtede, så og smagte børn og pædagoger på forskelligt frugt og grønt. Herudover bagte børnene foccaciaboller. Der blev talt om mad, spillet mad-spil og børnene fik brugt deres krop og gik på skattejagt. Målet var at arbejde med sansetræning og at vurdere hvorvidt denne kunne implementeres i børnehavens hverdag.

Den franske Sapere-metode er afprøvet på skolebørn i Sverige og det er dette svenske kildemateriale, som danner udgangspunkt for smags-workshoppen i børnehave A. Eftersom hverken den oprindelige franske eller den svenske metode havde været afprøvet på børn yngre end 11-12 år, var det nødvendigt at foretage forskellige justeringer, grundet børnenes kognitive niveau.

Resultat af smags-workshop

Både børn og pædagoger deltog engageret i workshoppen.

Af et efterfølgende evalueringsmøde med de deltagende pædagoger fremgik det, at det pædagogiske personale hyppigere italesatte maden i frokostsituationen. Pædagogerne observerede, at børnenes interesse for smagsindtryk steg, at de blev bedre til at sætte ord på smagsoplevelsen, samt at børnene medbragte eftermiddagsfrugt blev mere varieret.

Skattejagten og mad-spil viste, at samtale om smag ikke behøver at være en stillesiddende aktivitet, men at fysisk aktivitet med fordel kunne inddrages.

Pædagogerne anså workshoppen for at være en succes blandt børnene, men stillede sig kritisk over for muligheden om at inddrage sansetræning i hverdagen. Af de indsamlede data fremgår ikke, hvilke årsager der ligger til grund for dette kritiske udgangspunkt.

En stor tak til børnehaverne Drivhuset, Børnehuset Midgården, Lilholtgård og Børnehuset Fuglsang for deres engagement, tid og erfaringsudveksling.

Indholdsfortegnelse

Resume.....	3
Resultat af smags-workshop	3
Indholdsfortegnelse.....	4
Indledning	5
Formål med Sapere metoden.....	5
Sapere.....	5
Metodebeskrivelser	6
Smags workshop pilotprojekt.....	6
”Sans for Sjøv”- projekt.....	7
Metode for logbog under projektet ”Sans of Sjøv”.....	7
Interview med børn.....	7
Metode for spørgeskemaer.....	8
Udvælgelses kriterier & beskrivelse af børnehaverne	8
Børnehave A	8
Børnehave X	9
Børnehave Y	9
Børnehave Z.....	9
Teoretisk baggrund	10
Antonovskys	10
Børns OAS.....	11
OAS i relation til smagsworkshop og ”Sans for sjøv”.....	12
Dewey & Vygotskij	12
Legens betydning for barnets udvikling.....	13
Læringsaspekter i aktiviteterne og ”Sans for sjøv”.....	14
Børnehavebarnets intuitive forståelse	14
De pædagogiske læreplaner	16
Analyse.....	16
Aktiviteterne og ”Sans for sjøv” i læreplanerne	16
Børns maddannelse og italesættelse af mad.....	18
Hjemmet.....	18
Daginstitutionen.....	19
Sansestimulering i smagsworkshop og i ”Sans for sjøv”.....	20
Smags workshop	20
Aktiviteter og resultater	20
Konklusion: Metode og resultater.....	25
Smagsworkshop	25
Sans for Sjøv	26
Workshoppens og spillets potentiale som pædagogisk redskab i hverdagen.....	28
Litteraturliste.....	31
Internet adresser	33
Bilag.....	34
Før-spørgeskemaer til pædagogerne (inkl. resultater)	34
Efter-spørgeskema til pædagogerne (inkl. resultater).....	38
Før-spørgeskemaer til forældre (inkl. resultater)	40
Efter-spørgeskema til forældre (inkl. resultater).....	45
Guide til interview med børnene i børnehave A.....	47

Indledning

Siden 1970'erne er der sket en stærk stigning i forekomsten af overvægt og fedme blandt børn og unge i Danmark (Grønfelt et al, 2007), og flere undersøgelser viser at et alarmerende antal børn mellem 3 og 6 år er overvægtige. En undersøgelse fra Aalborg i 2008 viser, at 10,4 % af de 3-årige er overvægtige (Aarup et al, 2008), mens resultater fra samme år fra Periscope projektet, som dette del projekt er en del af, viser at 12 % af børnehavebørnene mellem 3-6 år er overvægtige og 2,3 % er svær overvægtige. Dette er et problem, da overvægt i barndommen også øger risikoen for overvægt i voksenalderen, og risikoen for de mange følgesygdomme, der er relateret til overvægt og fedme, såsom type 2 diabetes, hypertension og hjerte-kar-sygdomme, øges ligeledes i voksenalderen.

95 % af de danske børn tilbringer ca. 30 timer om ugen i børnehaven (Mygind, 2009), og indtager mellem 40 % og 50 % af deres energiindtag i børnehaven (Biltoft-Jensen et al, 2005). Jf. dette timeantal har daginstitutionerne en betydelig rolle i barnets trivsel og dets sproglige, emotionelle og sociale udvikling og dette muliggør desuden sandsynligheden for, at pædagogerne kan påvirke barnets madvaner og være en aktiv rollemodel for barnet, som skal udvikle sin maddannelse.

Formål med Sapere metoden

Den franske sansemetode Sapere er brugt i Frankrig og i Sverige på skoleelever i 11-12 års alderen. Denne metode blev tilpasset, så materialet til en smagsworkshop, kunne anvendes i danske børnehaver. Det blev foretaget et pilotprojekt i én børnehave og derefter blev dele af metoden gentaget i fire yderligere, i henholdsvis, Sjælland, Bornholm, Midt- og Nordjylland.

Det overordnede mål for dette del-projekt var, at vurdere muligheden for at implementere sansetræning i børnehavernes lære- og virksomhedsplaner, så det bliver en naturlig del af børnenes hverdag at bruge alle deres sanser.

Derudover var målet også at vurdere, om brætspillet "Sans for sjov" 1) er sjovt og lærerigt for målgruppen 4 til 6-årige, 2) kan bruges i hverdagen i børnehavens arena og 3) kan være et pædagogisk redskab til at stimulere børnenes sanser, grov motorik, sproglige udvikling og maddannelse.

Sapere

Sapere er latin og betyder "at smage" og "at kunne".

Formålet med Sapere-metoden er, ifølge den franske ophavsmand, Jacques Puisais at få børnene til at:

- At lære sine sanser og sin smag at kende
- At udvikle sine evner til at udtrykke sig verbalt
- At turde prøve nye levnedsmidler og retter
- At få større variation i det man spiser
- At skabe en bevidst forbruger

Sapere-metoden kan beskrives som en assimilation læring, hvor sanseindtryk fra omgivelserne optages og indpasses i de allerede etablerede mentale skemaer som tilføjelser eller udbygninger. Alle kan bruge deres sanser og lære at udvikle disse gennem fantasi, leg og oplevelser, hvilket gør Sapere-metoden uafhængig af børnenes alder og sociale status.

Meningen bag denne del af interventionen er, at disse aktiviteter kan udvikles, tilpasses og senere hen implementeres i institutionens læreplaner.

Udformningen af projektet blev udformet i samarbejde med pædagogisk personale ud fra et ressourcemæssigt synspunkt, samt børnenes udviklingsmæssige niveauer.

Sapere-metoden kom til Sverige i 1994, hvor Grythyttan Akademi, som er både en restaurantskole og et Måltidens Hus¹, i samarbejde med Puisais fik oversat materialet. I 1997 og 1998 blev metoden prøvet på seks skoler i Sverige, og her anvendes den fortsat mest i skoler og forsøgsvis i børnehaver². I Sverige er målgruppen 11-12 årige, og den er bygget op som 10 lektioner, som hver indeholder sensorisk træning, hvor børnene gennem deres 5 sanser (smag, syn, lugt, føle og høre) udvikler nysgerrighed og mod til at smage ny mad. Samtidig lærer de at sætte ord på smagsoplevelsen. Flere undersøgelser viser, at børnene tør smage på ny mad efter de har prøvet Sapere-metoden. Desuden synes eleverne, at lektionerne er sjove og udfordrende, ligesom deres ordforråd bliver større og mere nuanceret – også når det gælder andet end madsprog³.

Sapere-metoden kan beskrives som assimilativ læring, hvor sanseindtryk fra omgivelserne indpasses i de allerede etablerede mentale skemaer som tilføjelser eller udbygninger. Det er en form for læring vi alle, uanset alder, køn og social status praktiserer i alle sammenhænge i dagligdagen⁴.

Metodebeskrivelser

Smags workshop pilotprojekt

Dette pilotprojekt blev udført i en af de deltagende Periscope børnehaver i tæt samarbejde med børnehavens pædagoger, for at drage nytte af deres pædagogiske erfaringer.

Pilotprojektet foregik over en hel uge. Aktiviteterne var planlagt til 12 udvalgte børn (6 drenge og 6 piger). Gennem hele forløbet deltog samme to pædagoger.

Under pilotprojektet deltog forskerne som deltagende observatører og indgik derved som en naturlig del af de sociale processer der foregik (Launsø, 2005). Endvidere deltog forskerne som hjælpe- og støttepersoner i de planlagte aktiviteter både for børnene og det pædagogiske personale.

Alle planlagte aktiviteter blev observeret af forskerne. Gennem disse observationer kunne børnenes og pædagogernes reaktioner og aktiviteterne virkning og egnethed registreres.

Alle observationer blev nedskrevet, for senere analyse.

Gennem hele pilotprojektet har der været et tæt samarbejde mellem forskerne og pædagogerne. Pædagogerne har været meget imødekommende overfor alle aktiviteterne og har udvist stor tålmodighed, interesse og engagement. Løbende dialog har givet forskere indsigt i pædagogernes hverdag, deres sundhedsopfattelse samt deres pædagogiske metoder, og ikke mindst i deres professionelle mening om aktiviteterne i forhold til børnenes kognitive niveau og pædagogernes ressourcer.

Inden pilotprojektet opstart fik forældrene til de deltagende børn en informationsfolder. Heri blev forklaret projektets overordnede baggrund og del-projektets formål. Derudover blev Sapere-metoden og hvilke aktiviteter børnene skulle deltage i beskrevet.

¹ Sti 8

² Sti 9

³ Jonsson 2000 kap. 5

⁴ Illeris 2000 s. 53

”Sans for Sjøv”- projekt

Det efterfølgende projekt foregik i fire børnehaver, beliggende henholdsvis i København (børnehave A), Bornholm (børnehave X), Midt- og Nordjylland (henholdsvis børnehave Y og Z). Førstnævnte deltog som tidligere beskrevet i pilotprojektet.

Projektet blev fokuseret omkring ét af de udviklede spil fra pilot projektet; brætspillet ”Sans for Sjøv”.

I indsamlingen af empiri anvendtes både kvalitative og kvantitative metoder, idet metodetrianglering viser flere aspekter af sundhedsbegrebet. Netop ved at anvende flere metoder, skabes et mere nuanceret billede af pædagogers og børnehavebørns hverdagsvirkelighed og meningsforståelse.

Hver børnehave udvalgte selv hvilke personaler og børn, der skulle medvirke i afprøvningerne. Før og efter projektforsløbet på 14 dage i hver børnehave, blev børnehaverne besøgt og der blev holdt uformelle samtaleinterviews med de ansvarlige pædagoger. Brætspillet ”Sans for Sjøv” og logbøgerne blev introduceret og instrueret til pædagogerne.

Der var afsat 14 dage til afprøvning af spillet, og i den periode var det op til det deltagende personale, hvor mange gange de ville spille med de udvalgte børnegrupper.

De fire institutioner har haft forskellig måde at afprøve spillet på.

Metode for logbog under projektet ”Sans of Sjøv”

I alle fire institutioner blev pædagogerne opfordret til at føre logbog i projektperioden, hvor både deres tanker, erfaringer og oplevelser blev nedskrevet. Logbogen skulle føres både i forbindelse med hver spilafprøvning og i andre sammenhænge, hvor pædagogerne fandt det relevant. Denne empiri gav indblik i pædagogernes oplevelser af spillet og børnenes udvikling fra et pædagogisk synspunkt.

Tre ud af de fire børnehaver udfyldte disse logbøger. Der er i alt foretaget 28 rapporteringer i logbøgerne. Ud af disse er 86 % foretaget i forbindelse med en spil-episode, mens 14 % er foretaget i en anden sammenhæng, enten under frokosten eller på legepladsen. To ud af tre pædagoger havde fundet det svært at finde tid til at udfylde logbogen, da de var optagede af andre aktiviteter, når de ikke spillede med børnene, og i tre af de fire børnehaver havde der også været tvivl om, hvorledes skemaet skulle udfyldes.

Interview med børn

Der blev gennemført seks delvist strukturerede interviews (Andersen, 2005) med seks 5-årige børn i børnehave A og Y. Til disse interviews blev der udformet en spørgeguide. Samme fremgangsmåde blev fulgt i alle seks interviews, der også blev optaget på diktafon og efterfølgende transskriberet. Børnene fik lov til at høre deres stemme på båndet til stor morskab for dem selv.

På grund af børnenes alder og kognitive udviklingsniveau blev besvarelserne ofte ja eller nej, og meningskonstruktionen blev på et meget beskrivende niveau (Launsø, 2005).

Metode for spørgeskemaer

Både før og efter spilafprøvningserne blev der i alle fire børnehaver uddelt spørgeskemaer til de deltagende børns forældre, samt til pædagogerne. Spørgeskemaerne indeholdt primært strukturerede spørgsmål, men også enkelte ustrukturerede, hvor respondenterne selv havde mulighed for at uddybe sit svar.

Spørgeskemaet til pædagogerne havde til formål at få indsigt i både personlige og professionelle holdninger til sundhed, samt at belyse børnehavens traditioner med hensyn til mad, motion og sansestimulering.

Formålet med spørgeskemaet til forældrene var at få et indblik i børnenes og deres families hverdag, deres livsstil og madkultur. Svarprocenten på spørgeskemaerne til personalet var på 100 %.

Spørgeskemaerne der blev givet efter interventionerne til pædagogerne havde bl.a. til formål at generere viden om deres oplevelser og erfaringer med det udviklede brætspil ”Sans for sjov” som pædagogisk redskab. Formålet med det andet spørgeskema til forældrene var at generere viden om forældrenes oplevelser af børnenes erfaringer med spillet ”Sans for sjov”. Svarprocenten fra pædagoger og forældre var hhv. 75 % og 39,7 %.

Udvælgelses kriterier & beskrivelse af børnehaverne

Børnehave A

Børnehaven er en integreret institution, inspireret af den italienske Reggio Emilia filosofi. Tankegangen stammer fra en lille norditaliensk by, som er kendt verden over for sin måde at drive daginstitutioner på. I det daglige arbejde med børnene tages udgangspunkt i, hvad der rører sig i børnene, hvilke interesser de har, samt hvad der optager dem.

Institutionen blev bygget og åbnet i 1999. I juni 2009 lyder normeringen på 42 vuggestuebørn og 51 børnehavebørn, men pt. huser institutionen 104 børn.

Bygningen er i tre plan, hvor 1. salen huser vuggestuen og stuen huser børnehaven. Det er et stort lyst rum, som ligeledes anvendes til motorisk træning for børnehavebørnene, da der findes mange forskellige redskaber til dette formål. Der er et stort alrum med adgang til to stuer, hvor børnene er fordelt efter alder. Stueplanet indeholder ligeledes et produktionskøkken, hvor to køkkenuddannede står for al madlavning til børnene. Køkkenet er ikke i åben forbindelse med det store legerum, og indretningen af køkkenet indbyder ikke til børnenes nærvær, hverken som tilskuere eller deltagende i madlavningen. Børnene er dog velkomne til at komme ud i køkkenet og lugte, kigge og spørge. Børnene laver en gang imellem brød eller andet nemt, dog oftest ikke i selve køkkenet, men på stuerne eller i alrummet. Køkkenet er 95 % økologisk og serverer mange forskellige retter. Kostpolitikken bygger på Sundhedsstyrelsen anbefalinger for kost til børn i alderen 0-6 år. Fra alrummet i stueplan er der ligeledes udgang til en legeplads, som strækker sig hele vejen rundt om bygningen. Legepladsen indeholder rutsjebane, klatrestativer, boldbane, sandkasser og en masse frugttræer, bærbuske, samt blomsterbede.

Børnehave A har 9 pædagoger og 8 pædagogmedhjælpere ansat, hvilket holder normeringen på 6,1 barn pr. voksen. I børnehaven har hver stue tilknyttet to faste pædagoger og to faste pædagogmedhjælpere.

Børnehave X

Børnehaven er en integreret institution og åbnede i 2007 som privat institution, med en aktiv bestyrelse og forældregruppe. Den er normeret til 25 vuggestuebørn og 55 børnehavebørn.

Det er en rummelig institution i ét plan med 756 m² indendørs og 4000 m² legearealer udendørs. Der er næsten 10 m² plads til rådighed pr. barn indendørs. Der er 6 pædagoger, 4 PGU-ere⁵ og 8 pædagogmedhjælpere ansat, hvilket giver en normering på 4,4 børn pr. voksen. Institutionen er i besiddelse af forskellige redskaber til at styrke børnenes motorik.

Børnehaven tilbyder en madordning, hvor maden dagligt leveres fra en lokal restauratør. Børnene hjælper ofte med at anrette maden på fade og i skåle inden den bæres ind på stuerne, ligesom de også deltager, når institutionen engang imellem selv laver mad både indenfor i køkkenet og udenfor over bål.

Ud over de 6 lovpligtige punkter i læreplanen har forældrebestyrelsen besluttet at tilføje 3 punkter:

- Kost (indtag, deltagelse i tilberedning og variation)
- Basal omsorg (renlighed og personlig hygiejne)
- Musikalsk udvikling (rytme, lyd og sang)

Der deltog 2 pædagoger og 9 børn i spilafprøvningen. Spillet blev minimum afprøvet tre gange både på stuerne og i et aflukket rum med mere fred og ro.

Børnehave Y

Børnehaven blev bygget og åbnet i 2008 og er en integreret institution, normeret til 40 vuggestuebørn og 60 børnehavebørn. Der er ansat 13 pædagoger og 10 pædagogmedhjælpere, og normeringen lyder på lidt over 4,3 børn pr. voksen. Institutionen råder over ca. 800 m² indendørsareal og 7000 m² udendørsareal. Dermed er der 8 m² til rådighed pr. barn indendørs. Huset er vinkelbygget i ét plan med åbne, lyse lokaler, hvor indretningen er gjort fleksibel vha. flytbare vægge. I børnehaven er der fire grupperum. Der er direkte adgang til alle grupperum fra det store fællesrum, som er samlingspunktet. Fællesrummet ligger i åben forbindelse med køkkenet, hvor to køkkenansatte tilbereder alle dagens måltider, så børnene dagen igennem kan følges med i madlavningen. Børnene deltager ikke i tilberedningen af maden, men den åbne indretning muliggør at de kan kigge på, spørge, lugte og høre.

Der deltog 4 pædagoger og 12 børn i spilafprøvningen, og børnene var delt op i en ”store”-gruppe med de 5-årige og en ”lille”-gruppe med de 4-4½-årige. Hver gruppe fik spillet ”Sans for sjov” 3-4 gange.

Børnehave Z

Børnehaven er en integreret døgninstitution indrettet i en gammel villa, som før i tiden husede et børnehjem. Institutionen råder over 600m² indendørsareal og 7000m² udendørsareal, og den er normeret til 10 vuggestuebørn, samt 40 børnehavebørn, hvoraf 14 pladser er aften- og natpladser. Dermed er der 12 m² til rådighed indendørs til hvert barn. Der er 12 ansatte og normeringen lyder på ca. 4,2 børn pr. voksen.

⁵ Pædagogisk Grund Uddannelse; en grundlæggende social- og sundhedsuddannelse, der kvalificerer til pædagogisk arbejde med børn og unge

Børnehavergrupperne er i stueetagen, og kælder indeholder garderobe, vuggestue og køkken og café. Der er rum specielt indrettet til det formål at styrke børnenes grovmotorik; et puderum med klatrevæg, et ”konstruktionsrum”, med træ-, lego- og andre former for klodser. Her findes også store og små bolde samt en stor og tyk, oppustelig madras. Desuden er der i dette rum gamle telefonbøger, som er indbundet i gaffa-tape. Disse har forskellig størrelse og vægt. Børnene bruger disse bøger til eksempelvis at bygge ”tårne” i forskellige højder eller lege ”jorden er giftig”.

Køkkenet blev renoveret i 2003 og er i åben forbindelse med caféen, hvor børnene spiser i hold, da der ikke er plads til alle på én gang. Alle måltiderne tilberedes af to køkkenansatte, og der er altid børn, som lægger vejen forbi køkkenet, for at få en snak om maden og råvarerne eller for at deltage i tilberedningen, oftest i følgeskab med en ansat, fx ved at skrælle gulerødder. Stedets vision er, at denne aktivitet skal gøres mere kontinuerlig.

Der deltog to pædagoger og 12 børn i spilafprøvningen, og børnene var ligesom i børnehave Y, delt op i en ”store”-gruppe med de 5-årige og en ”lille”-gruppe med de 3-4-årige. Spillet blev afprøvet fem gange i hver gruppe både på stuerne og i et mere privat aflukket rum⁶.

Alle fire institutioner udviste stor interesse for at deltage og på baggrund af dette kan det diskuteres, om institutionerne udgør et repræsentativt udsnit af landets institutioner. Alle fire institutioner har velfungerende madordninger, og både personale og ledere er nysgerrige og åbne overfor nye initiativer, når det gælder børnenes udvikling og trivsel.

Teoretisk baggrund

Antonovskys

Den medicinske sociolog Aaron Antonovsky studier viste, at det enkelte menneskes *Oplevelse Af Sammenhæng* (OAS) er afgørende for dets mentale og fysiske sundhed, og definerer OAS således:

”Oplevelsen af sammenhæng er en global indstilling, der udtrykker den udstrækning, i hvilken man har en gennemgående, blivende, men også dynamisk følelse af tillid til, at (1) de stimuli, der kommer fra ens indre og ydre miljø, er strukturerede, forudsigelige og forståelige; (2) der står tilstrækkelige ressourcer til rådighed for en til at klare de krav, disse stimuli stiller; og (3) disse krav er udfordringer, der er værd at engagere sig i”⁷.

De tre hovedkomponenter i OAS er begribelighed, håndterbarhed og meningsfuldhed⁸:

- Begribelighed handler således om, man kan forstå de stimuli, man konfronteres med fra omverdenen. Ved en stærk følelse af begribelighed anser man stimuli som sammenhængende, strukturerede og forudsigelige, eller i det mindste at de kan gøres ordnede og sammenhængende. Omvendt vil et menneske med en svag følelse af begribelighed opfatte stimuli som kaotiske, uforklarlige og tilfældige.
- Håndterbarhed dækker over de ressourcer man råder over, og som bruges til at klare de krav og udfordringer livet byder på gennem disse stimuli. Ressourcerne er både de indre og de ydre, som kan være ens nærmeste, og mennesker man stoler på. Begribelighed styrker ople-

⁶ Observationer ved besøg, samt samtaler med leder og personale

⁷ Antonovsky 2000 s. 37

⁸ Antonovsky 2000 s. 34-37

velsen af håndterbarhed, og en person med en stærk følelse af håndterbarhed håndterer livets udfordringer, og føler sig ikke som et offer for omstændighederne.

- Meningsfuldhed handler om, at man ser disse udfordringer som værd at engagere sig i. Udfordringer er nøgleordet, for en person med en høj følelse af meningsfuldhed opfatter netop problemer som udfordringer og ikke uoverkommelige byrder. Meningsfuldheden er motivationselementet til denne erkendelse. Oplever man, at ens handlinger ikke har nogen virkning i verden, mister de sin mening, og det afgørende er medbestemmelse, og at det man gør eller ikke gør ift. en udfordring/opgave påvirker udfaldet⁹.

Antonovsky mener, at OAS dannes hele livet via de livserfaringer og oplevelser individet har. Den stærke OAS man evt. har udviklet i ungdommen er foreløbig, og det er først i voksenlivet, at erfaringerne fra barndommen og ungdommen påvirker OAS i den ene eller den anden retning¹⁰. I synergien mellem de tre komponenter fremhæver Antonovsky, at det motiverende element (meningsfuldheden) er centralt i forhold til mestring, men at mestring afhænger af OAS som en helhed¹¹. For et barn vil udviklingen af en stærk OAS afhænge dels af forældrenes OAS¹², dels af at barnet oplever faste strukturer og stabilitet i hverdagen, at barnet oplever sig som betydningsfuldt for sine nærmeste, og at der bliver taget hånd om barnets behov og ønsker under hensynstagen til barnets fysiske og psykiske formåen, og til sidst at barnet vha. egne ressourcer og med støtte fra forældre og pædagoger gør sine følelser forståelige, og at fx kravet om at skulle hjælpe til i hjemmet i barnets øjne bliver til en udfordring, som barnet har mod på at løse.

Børns OAS

Dannelsen af en stærk eller en svag OAS afhænger af mange faktorer som bl.a. kulturelle og familiære forhold samt psykologiske aspekter, og en stærk OAS er afgørende for individets ”robusthed” og evne til at mestre livets udfordringer¹³. Et børnehavebarn har en voksende bevidsthed om den kontinuitet, der er i de sociale relationer barnet er en del af, og responsen fra de primære rollemødder (forældre og pædagoger) er afgørende for børnenes identitetsdannelse, og for udviklingen af kompetencer som at vurdere, reflektere, kommunikere og træffe valg. Er responsen positiv, konsekvent og struktureret vil det støtte barnets udvikling af en stærk OAS.

Antonovsky redegør for sandsynligheden for, at forældre med en stærk OAS former barnets livsoplevelser på en måde der fører barnet i samme retning¹⁴. Jo bedre forældrene er i stand til at mestre tilværelsens udfordringer, jo bedre trives barnet. Dette må gælde for alle rollemødder i barnets livsverden, og derfor er også pædagogernes OAS og kompetencer afgørende. I et sundhedsmæssigt perspektiv er det derfor afgørende, at barnet tilbydes de rette betingelser for at udvikle og styrke førnævnte kompetencer, som er selve grundlaget for dannelsen af en stærk OAS. Disse tidligt tillærte kompetencer vil indgå i barnets samlede erfarings- og vidensgrundlag og øge dets mestringsmuligheder og handlekompetencer senere i livet, ligesom det er med til at skabe sammenhæng og selvforståelse. For pædagoger som forældre er det vigtigt at kunne identificere barnets placering på OAS-kontinuet for at kunne støtte den videre udvikling til en stærkere OAS.

⁹ Antonovsky 2000 s. 108-109

¹⁰ Antonovsky 2000 s. 123

¹¹ Antonovsky 2000 s. 40

¹² Nielsen et al. 2001 s. 160-163

¹³ Antonovsky 2000 s. 107-110

¹⁴ Antonovsky 2000 s. 115

OAS i relation til smagsworkshop og ”Sans for sjov”

Aktiviteterne er alle sammen udviklet, så de kan være en medvirkende faktor til børnenes udvikling af en stærk OAS. Gennem både prøvesmagningerne, kreationen af madbogen, skattejagten og bagedagen opnår børnene en øget viden om både råvarer, deres egne præferencer og formåen samt deres potentialer og evner. Som nævnt i forrige afsnit er viden en del af barnets *begribelighed*, den første komponent i Antonovskys teori om OAS. ”Sans for sjov” giver barnet viden (*begribelighed*) om råvarer, kroppens funktioner, kroppens reaktioner og funktioner, ligesom dialogen med pædagogen giver barnet indsigt i og klarhed over sine egne holdninger, erfaringer, præferencer, sociale rolle og placering i verden. Både i aktiviteterne og i ”Sans for sjov” bliver barnet bekræftet i, at dets meninger og holdninger er betydningsfulde, og dermed er grunden lagt til en stærk følelse af *håndterbarhed*. I dialogen kan pædagogen som støtteperson og rollemodel bekræfte overfor barnet, at problemer kan anskues som udfordringer, og at barnet er i stand til at tage disse udfordringer op. Vi vil give et fiktivt eksempel fra spillet for at anskueliggøre vores synspunkt: barnet trækker tekstkortet, hvor han/hun skal fortælle, hvordan det mærkes når han/hun er ked af det. Her kan barnet fortælle mange ting; hvad gør min krop, når jeg er ked af det (fx jeg græder, jeg har ondt i maven, jeg fryser, jeg spænder alle mine muskler), eller hvad er det, der gør mig ked af det (fx drillerier, mine forældre skændes, min lillebror slog mig). Uanset hvad barnet mestrer at italesætte vil dialogen med pædagogen bekræfte, at følelsen er berettiget, og at barnets mening og følelser er ligeså betydningsfulde som kammeraternes (*meningsfuldhed*). Og gennem dialogen kan pædagogen måske give barnet redskaber til at mestre den udfordring det er, fx at blive drillet af en kammerat.

Dewey & Vygotskij

Udgangspunktet i begrebet ”Learning by Doing” er barnet selv samt dets erfaringsgrundlag, og ikke det barnet skal lære. Barnet skal være nysgerrigt, sansende og undersøgende, og opnå erfaringer gennem handling¹⁵. Ifølge Dewey er børnenes udvikling afhængig af, at de opdager, at disse handlinger tjener et formål i forbindelse med at takle de udfordringer, de blev stillet overfor i hverdagen; aktiviteten er altså ikke et mål i sig selv, men relevant såfremt den medfører en erfaringsproces, hvor evnen til samt glæden ved at lære selvstændigt er af afgørende betydning¹⁶. Under udvikling af pilotprojektets aktiviteter og elementer samt spillet ”Sans for sjov”, blev der taget udgangspunkt i Deweys teori. Der blev især lagt vægt på, at børnene skulle være deltagende og eksperimenterende, ligesom de skulle bruge deres sanser og deres krop for at lære og erfare.

En af pilotprojektets aktiviteter var at børnene skulle have en bagedag i køkkenet. Børnene skulle bage foccaciabrød, og de fik alle en klump dej i hænderne, så de kunne føle konsistensen, ligesom de fra processens start havde oplevet, hvordan de forskellige råvarer; æg, mel, olie, havregryn, vand og salt, var blevet til en dej, som de kunne forme til brød. De deltog aktivt, og var især optagede af, at de om eftermiddagen selv skulle spise brødet, sammen med de andre i børnehaven; deres arbejde havde med andre ord et formål. I en af institutionerne havde pædagogerne i forbindelse med, at de spillede hentet smagsprøver i køkkenet. Således kunne børnene gennem aktiv handling ved at smage lære at genkende de 4 grundsmage sødt, surt, salt og bittert.

¹⁵ Broström og Vejleskov 2008 s. 111-113

¹⁶ Østergaard Andersen et al (red.) 2007 s. 626

Vygotskij antog, at læring var en forudsætning for udvikling, og skelnede mellem to niveauer i forhold til børns udvikling, nemlig *det aktuelle udviklingsniveau*, hvor barnet udviklingsmæssigt befinder sig på nuværende tidspunkt, samt *det potentielle udviklingsniveau*, hvor barnet udviklingsmæssigt er på vej hen.

Den afstand, eller vel mere nøjagtigt tidszone, der ligger mellem disse to niveauer, kaldte Vygotskij *zonen for den nærmeste udvikling*, og han definerede den således:

”Zonen for den nærmeste udvikling defineres som afstanden mellem barnets aktuelle udviklingsniveau, der er bestemt ved selvstændig problemløsning og barnets potentielle udviklingsniveau, der er bestemt ved problemløsning under voksen vejledning eller i samarbejde med mere kompetente jævnaldrende¹⁷”

Vygotskij mener derved, at børns udvikling er afhængig af både andre børns og voksnes støtte. I børnehaven er det blandt andet pædagogernes opgave at finde frem til barnets aktuelle udviklingszone, for derefter at yde den nødvendige støtte til videreudvikling¹⁸. I socialiseringen med andre jævnaldrene udvikler barnet sig gennem leg, og netop legen så Vygotskij som en central del af barnets udvikling.

Legens betydning for barnets udvikling

Ifølge Vygotskij har legen stor betydning for barnets kognitive udvikling, og bør ikke anses som værende blot ren fantasi¹⁹, eller et forsøg på at få afløb for energi, som barnet ellers ikke kan komme af med²⁰. Legens mål er, at barnet *gennem* legen skal lære, sanse og udvikle sig. Vygotskij hævdede ligeledes, at børn der leger, rent faktisk befinder sig i zonen for den nærmeste udvikling, idet de gennem leg, i fantasien og uden andres indgriben, kan udføre handlinger, der overgår deres aktuelle udviklingsniveau, som fx at køre bil eller lege far, mor og børn²¹.

At spille et spil er også en leg. Et af målene med ”Sans for sjov” er, at det skal være sjovt; det skal være en leg at lære noget om mad, bevægelse og sanser. Spil hører under det der kaldes *konventionslege*²², og barnet er underlagt et regelsæt, men ”Sans for sjov” er ikke et spil, hvor dette regelsæt sætter grænser for barnets fantasi og kreativitet. Konventionslege er en væsentlig kilde til social erfaring. I ”Sans for sjov” forholder børnene sig til samt anerkender og accepterer hinandens holdninger og oplevelser, og de lytter til og lærer af hinanden. Aktiviteterne og spillene blev udviklet med det formål, at børnenes fantasi og kreativitet skulle udfordres. Ligeledes lagde vi stor vægt på, at både spil og aktiviteter skulle være en leg, hvor børnene samtidig kunne opnå erfaring og lære.

Ifølge Vygotskij var tænkning og sprog to begreber der hang uløseligt sammen. Han var endvidere af den mening, at sproget spillede en central rolle, når barnet skulle håndtere en potentiel udfordring. I tilfælde af at barnet støder på en udfordring han/hun ikke selv kan håndtere, søges støtte og forståelse fra en voksen via sproget. Barnet udtrykker et behov og den voksnes rolle er at finde frem til det niveau barnet aktuelt befinder sig på, og med udgangspunkt i dette sætte en udvikling i

¹⁷ Skodvin 2006 s. 248

¹⁸ Øhrgaard 2008 s. 145-146

¹⁹ Skodvin 2006 s. 250-251

²⁰ Lindqvist (red.) 1999 s. 67

²¹ Skodvin 2006 s. 251

²² Lindqvist (red.) 1999 s. 69

gang²³. Ifølge Vygotskij er sproget det vigtigste redskab for vores tænkning, hvilket betyder, at barnets udvikling af ordforrådet har stor betydning for hans/hendes kognitive udvikling²⁴.

Læringsaspekter i aktiviteterne og ”Sans for sjov”

Pilotprojektets aktiviteter indeholder elementer af læring. Børnene lærer at bruge deres sanser under de planlagte smagsprøver, samtidig med at de lærer at beskrive og sætte ord på det, de oplever når de smager. Under skattejagten blev børnene både udfordret kognitivt og fysisk. De skulle svare på forskellige spørgsmål om naturens træer og buske, men også udføre forskellige fysiske aktiviteter. På bagedagen så børnene hvordan de forskellige ingredienser blev blandet sammen, hvorefter de fik dejen i hænderne og skulle forme foccaciabrød, de senere selv skulle spise.

I udviklingen af ”Sans for sjov” har det været vigtigt, at elementer som spillepladens udseende, tekstkortenes ordlyd og billedkortenes fremtoning er begribelige for børnene. Spillepladen er derfor i stærke farver for at skabe nysgerrighed og udfordre deres kreativitet, og de få illustrationer af hhv. øre, næse, øje og mund symboliserer høre-, lugte-, syns-, og smagssansen. På den første udgave af spillet var der en masse tegninger af forskellige madvarer. Disse forvirrede børnene og det blev derfor besluttet at fjerne disse illustrationer. Det blev efterfølgende observeret en større eftertænksomhed hos børnene, og dialogen blev mere varieret og udfordrende, idet der nu blev talt om meget andet end illustrationerne.

Tekstkortenes ordlyd er ligefrem og umiddelbart forståelig for både de deltagende børn og den voksne. I kategorierne ”Mad” og ”Sanser” er der inkluderet – for børnene – kendte elementer i form af råvarer. For at udfordre børnenes sprog og deres evne til at italesætte deres præferencer, meninger og holdninger er der også inkluderet tekstkort i ovennævnte kategorier, som er mindre kendte for børnene. Her kan nævnes begreberne sund/usund, råvarers grundsmage sødt, salt og surt og råvarers konsistens. Derudover kan nævnes kroppens reaktioner i bestemte situationer (fx hvordan det mærkes når du er sulten, træt, glad, ked af det) og forskellige overfladers struktur (fx blødt, varmt, koldt, klistret osv.).

Billedkortenes fremtoning er farverige billeder, hvor objekterne er let genkendelige. De fleste er ment som supplement til dialogen, hvis pædagogen ønsker det, og børnene viser interesse, men nogle af dem hører til bestemte tekstkort og lægger op til, at barnet fx skal finde de råvarer han/hun har spist til morgenmad eller definere, hvad der er hhv. sundt og usundt på billeder af to forskellige madvarer.

Gennem dialogen med pædagogen og de andre børn er det hensigten, at det enkelte barn deltager på netop hans/hendes niveau i en ligeværdig social relation, hvor barnets teorier og holdninger, kategorisering og symbolanvendelse bliver både italesat, be- eller afkræftet og udfordret.

Børnehavebarnets intuitive forståelse

På mange måder er børnehavebarnet et yderst kompetent individ med alle de samlede og anvendelige teorier, som barnet udbygger og bruger til at give forklaringer på kendte og ukendte elementer²⁵. Kreativitet, fantasi, eventyrlyst og intuition er ressourcer, som barnet anvender til at udvide og ændre sine teorier om fysiske elementer, livet, sindet og deres ”selv”. Deres konstante udforskning af

²³ Øhrgaard 2008, s. 145-146

²⁴ Lindqvist (red.) 1999, s. 128-129

²⁵ Gardner 2006 s. 156-157

verden giver dem en intuitiv forståelse af tingenes sammenhæng²⁶, og i barnets voksende forståelse for verdens sammenhæng og dets egen rolle i denne verden anvender barnet symbolkompetencer. Denne evne til at anvende symboler udvikles fra omkring 1-års alderen, hvor den er yderst virkelighedsnær, og kun drejer sig om enkle ord og billeders referering til enheder i verden.

Fra 2-årsalderen begynder barnet for alvor at kategorisere verden i enheder, og kunne skelne mellem dem. Denne skelnen bliver dybt forankret, og selv autoriteter som forældre eller pædagoger kan have svært ved at udfordre barnets overbevisning. Hvis barnet fx har kategoriseret havregryn som noget, man spiser med mælk på om morgenen, kræver det andet fra en autoritet end bare at sige, at havregryn kan bruges til at bage brød²⁷. Dette blev erfaret i pilotprojektet, hvor en del af aktiviteterne med børnene var at de skulle bage grov-focciabrød. Da børnene blev fortalt, at der skulle havregryn i dejen sagde alle børnene: ”Neeeej!”, og så på pædagogerne, som om de lavede sjov. Det var først da de så pædagogerne blande havregrynene i dejen, og da de bagefter smagte brødet, at de forstod, at havregryn både kan kategoriseres som morgenmad og som ingrediens i brød. Børnene skulle altså have erfaring (som i det nævnte eksempel se havregrynene blandes i dejen og smage det færdige brød) for at erkende, at kategoriseringen af havregryn udelukkende som morgenmadsprodukt var utilstrækkelig. Under observationer blev det konstateret, at en del børn havde problemer med at kategorisere især grønsager. Til spørgsmålet ”Er majroe en grønsag eller en frugt?” svarede de fleste frugt, men de kunne, næste gang de blev spurgt, godt huske at majroen er en grønsag, fordi de var blevet det fortalt.

Til gengæld var der kun få problemer med at kategorisere frugt, og vi vurderer, at børnenes mere raffinerede kategorisering af frugt bunder i, at de fleste børn med glæde spiser mange forskellige frugter pga. den søde smag, og derfor har et større kendskab til frugt.

Ligeledes er variationen i grønsagerne som barnet tilbydes både i hjemmet og i børnehaven, ofte begrænset til de mest almindelige som gulerødder, kartofler, agurk, majs, ærter og peberfrugter.

Barnet udvikler sideløbende teorier om tal (alt skal tælles og mængdebestemmes), mekanik (hvordan objekter opfører sig), levende objekter (skelnen mellem levende og ikke-levende) og sindet²⁸. Med sidstnævnte er det specielt vigtigt, at børnehavebarnet udvikler en meget stærk opfattelse af sig selv, både den fysiske fremtoning, kroppens muligheder for bevægelse, hvad han/hun er god og mindre god til, hvilke ting han/hun er bange for osv. Alt sammen er vigtige elementer i barnets trivsel og udvikling af en stærk OAS.

I tiden fra 1 til 6 år udvikler barnet evnen til først at bruge symbolsættet til at konstruere sætninger, dernæst erkende at symbolanvendelse- og udsagn varierer fra individ til individ. Barnet lærer altså, at en anden person har andre meninger og overbevisninger end barnet selv, og at han/hun selv har haft en anden overbevisning tidligere i livet. Det sås tydeligt i spilafprøvningserne i børnehaverne, hvor de deltagende børn, som alle var 5 år, ikke havde problemer med at acceptere, at de andre måske godt kunne lide smagen af grapefrugt, selvom de ikke selv kunne lide den. Ydermere når barnet en erkendelse af, at en persons synspunkt og symbolanvendelse kan være forkert og stride imod tingenes faktiske tilstand; det kaldes ”beherskelse om falsk tro”²⁹. Både daginstitutionen og hjemmet har en stærk indflydelse på, hvordan barnet kategoriserer og bedømmer verden omkring dem. Dette er vigtigt da rollemodeller, hvad enten der er pædagoger eller forældre, påvirker barnets me-

²⁶ Gardner 2006 s. 120-122

²⁷ Gardner 2006 s. 123-124

²⁸ Gardner 2006 s. 125-134

²⁹ Gardner 2006 s. 136-138

ning, smag og præferencer³⁰ og derigennem har stor indflydelse på barnets selvværd, udvikling af OAS og livsstil.

De pædagogiske læreplaner

Nedenstående er en beskrivelse af de pædagogiske læreplaners målsætninger samt i hvilken kontekst pilotprojektets aktiviteter og spillet ”Sans for sjov” kan sættes i forbindelse med hvert enkelt af de 6 kerneområder.

I 2004 indførtes *Socialministeriets lov om pædagogiske læreplaner i dagtilbud til børn*. Det betød, at alle dagtilbud til børn skulle udarbejde en pædagogisk læreplan, der giver rum til leg, læring og udvikling. Læreplanerne skal indeholde den enkelte daginstitutions mål og delmål for, hvilke kompetencer og erfaringer børnene skal tilegne sig gennem den pædagogiske læreproces. Derudover skal det beskrives, hvordan udsatte børns læring skal støttes³¹. Læreplanen skal omfatte og tage hensyn til 6 kerneområder, og implementering er afhængig af det enkelte område. Disse kerneområder er:

1. Alsidig personlig udvikling (Personlige kompetencer)
2. Sociale kompetencer
3. Sprog
4. Krop og bevægelse
5. Naturen og naturfænomener
6. Kulturelle udtryksformer og værdier³²

Analyse

Aktiviteterne og ”Sans for sjov” i læreplanerne

Et af målene med sansetræning i børnehaven er, at det skal være en integreret del af børnenes hverdag, hvorfor blev der taget udgangspunkt i de pædagogiske læreplaner, da pilotprojektets aktiviteter blev udviklet, herunder også spillet ”Sans for sjov”.

Herunder beskrives hvorledes pilotprojektets aktiviteter og spillet ”Sans for sjov” kan integreres i de seks kerneområder:

1. Alsidig personlig udvikling (Personlige kompetencer)

Nøgleord: *Samhørighed, grænsesætning, selvværd, fællesskab, konfliktløsning*

Alle aktiviteterne var noget børnene skulle gøre i fællesskab. Under smagsprøverne var alle samlet i køkkenet, og børnene talte også sammen om, hvordan de syntes tingene smagte samtidig med, at flere af børnene overvandt nogle personlige grænser ved at smage på ting, de ikke før havde smagt. Skattejagten involverede et decideret samarbejde imellem børnene. De var nødt til at hjælpe hinanden og tale sammen for at løse de forskellige opgaver og komme i mål.

³⁰ Gardner 2006 s. 143

³¹ Sti 10

³² Sti 11

At spille ”Sans for sjov” er en social aktivitet, og de deltagende børn indgår som en betydningsfuld deltager i et fællesskab, hvor de er på lige fod med hinanden. Barnets kognitive udviklingstrin er uden betydning for oplevelsen og læreprocessen; alle får en lærerig oplevelse ud af det. Mens der spilles indgår børnene i en dialog med den voksne deltager og de andre børn, hvilket kan motivere dem til at sætte ord på hverdagsoplevelser, erfaringer, meninger, traditioner samt deres sundhedsopfattelse. Børnene får ligeledes mulighed for at tilegne sig ny viden omkring fødevarer og sanser, samt kroppens funktioner og reaktioner. Følelsen af at være en betydningsfuld deltager, styrker børnenes selvværd, hvilket er uhyre vigtigt i forhold til deres sundheds- og kropsoptagelse, personlige udvikling og generelle trivsel samt i forhold til udviklingen af en stærk OAS.

2. Sociale kompetencer

Nøgleord: *Empati, fællesskab, respekt, tilknytning, anerkendelse, demokratiske værdier*

Især skattejagten, bagedagen og spillene var udviklet med henblik på, at børnene skulle indgå et decideret samarbejde, hvor de måtte hjælpe, respektere og anerkende hinanden, men også smagsprøvningerne involverede børnenes gensidige respekt og anerkendelse af hinandens forskellige smagspræferencer.

”Sans for sjov” giver børnene mulighed for at udtrykke deres meninger og tale om deres erfaringer og oplevelser i et forum, hvor de er anerkendt og respekterede, og hvor de også selv anerkender og respekterer de andre deltagere samt deres meninger og erfaringer. Børnene vil opleve, at deres meninger er lige så vigtige som kammeraternes. Dette skaber trygge rammer og relationer for barnet, som vil opleve, at det giver mening at være aktivt deltagende i dette fællesskab, hvilket vil medføre, at barnet efterhånden vil give sig mere og mere til kende i gruppen. Spillet giver mulighed for, at alle bliver hørt og alle kan fortælle om det de har på hjerte.

3. Sprog

Nøgleord: *Ordforråd, kommunikationsformer og -værktøjer, italesættelse, forståelse*

Sproget og dialogen er vigtig i aktiviteterne. Under smagsprøverne fortalte børnene hvad de smagte på, og hvordan de syntes det smagte. Posterne i skattejagten var udformet som spørgsmål, hvor børnene skulle dele deres viden om forskellige træer, buske og frugter. Spillet ”Hvad taler jeg om?” krævede ligeledes at børnene havde en forståelse af hvordan forskellige madvarer så ud.

”Sans for sjov” er et spil, hvor erfarings- og vidensdeling omkring mad, råvarer, sundhed, følelser samt kroppens funktioner og reaktioner, i høj grad er til stede gennem dialog med den voksne deltager og børnene imellem. Dette har stor betydning for barnets sproglige udvikling, og jo flere gange børnene har deltaget, jo flere begreber vil de kunne forstå og italesætte. Sprogelementet findes i alle tre kategorier, men dog mest i kategorierne mad og sanser, hvor de skal tale om mad og råvarer, sanser og følelser. Dette kan vække nysgerrighed overfor nye områder, fx i madsammenhænge og give dem lyst til at smage nye ting og derigennem udvikle deres maddannelse.

4. Krop og bevægelse

Nøgleord: *Sundhed, ernæring, bevægelse, motorik, sanser, fysiske muligheder*

Alle aktiviteterne indeholdt elementer af bevægelse og brug af kroppens sanser og grov- og finmotorik. Under smagsprøverne skulle børnene smage på og genkende de forskellige grundsmage både

hver for sig og kombineret. I skattejagten skulle børnene ved hver post afslutte med en fysisk aktivitet, såsom englehop, balancegang eller sparke en bold i et mål, for at kunne gå videre til næste post. Da børnene skulle lave deres madbøger, skulle de bruge en saks og limstift, hvilket udfordrede deres finmotoriske evner.

I kategorien ”Bevægelse” indeholder beskrivelser af en fysisk aktivitet som alle, inklusive den voksne deltager, skal udføre. Dette giver børnene mulighed for at stimulere de grovmotoriske sanser, mærke deres krop og se hvad den er i stand til samt at få pulsen op og få ilt til hjerne og muskler. Fysisk aktivitet er en vigtig faktor i forbindelse med læring, da undersøgelser viser at aktive børn lærer bedst³³. Børnene lærer, at det er sjovt at bevæge sig, og det skaber sammenhold og styrker fællesskabet med kammeraterne.

5. Naturen og naturfænomener

Nøgleord: *Miljø, respekt, udfoldelse, viden, sansning, bevægelse, genkendelse, erfaring*

I pilotprojektet blev der lavet en skattejagt for børnene. Her skulle de ud på legepladsen og svare på spørgsmål omkring naturens træer, buske, bær og frugter. De blev vist nogle billeder af fx et kastanjetræ, hvorefter de skulle prøve om de kunne finde dette træ på legepladsen.

Naturen kommer ligeledes til udtryk i alle tre kategorier. I kategorien ”Mad” findes fx spørgsmål om forskellige råvarers oprindelse, der kan give mulighed for at tale om råvarerne i deres naturlige omgivelser samt at komme ud i naturen og opleve den, enten ved at tage på en udflugt eller ved at komme ud på legepladsen, hvor der er træer, buske græs og blomster.

I kategorierne ”Sanser” og ”Bevægelse” er børnene selv en del af naturen, da disse kategorier omhandler kroppen og dens funktioner samt reaktioner. Ved at børnene taler om naturen og lærer, at de selv er en del af den, skaber det mulighed for at de opnår respekt for den.

6. Kulturelle udtryksformer og værdier

Nøgleord: *Kulturkendskab, udtryksformer, værdier, sansning, kreativitet*

”Sans for sjov” indeholder i sig selv ikke et kulturelement, men ligesom under de andre emner kan erfaringsdelingen og dialogen medføre nye ideer og påfund.

Børns maddannelse og italesættelse af mad

Hjemmet

Børn mellem 3 og 6 år danner deres madvaner ud fra det de ser og oplever. Familiens traditioner og skikke vedrørende mad og måltider er af afgørende betydning for barnets præferencer, og måltidsstrukturen er forskellig fra familie til familie. Fælles for de fleste er dog, at måltiderne som familien spiser samlet, er en vigtig del af fællesskabet i familien³⁴. Lotte Holm referer til en undersøgelse, som viste, at aftensmåltidet blev anset som værende det vigtigste familiemåltid i børnefamilier, og at der blev brugt mange midler på at få alle samlet til det ene måltid³⁵. For mange er det af stor betydning, at fællesmåltidet er præget af ro og hyggelig samtale, og dette kan efter vores vurdering have den utilsigtede konsekvens, at forældrene serverer den mad, som børnene nu engang kan lide

³³ Jespersen 2006

³⁴ Holm 2003 s. 27-33

³⁵ Holm 2003 s. 23

for at undgå konflikter. Dette underbygges af en svensk undersøgelse fra 1990 af Marianne Ekström, hvori hun beskriver de modstridende hensyn og splittelser de måltidsansvarlige i den primære arena oplever: mange kvinder beskriver at:

”... de gerne vil give deres familier flere grønsager og mere fisk, men de afstår fra at gøre det for ikke at skabe konflikter”³⁶.

Det er et uheldigt valg, fordi børnene netop skal præsenteres for stor variation af fødevarer som en del af deres maddannelse, og for at give dem mad-mod.

Forældre kan understøtte deres børns maddannelse ved at involvere børnene i de daglige gøremål i det omfang, det passer ind i en travl hverdag. På hverdage kan barnet dække bord eller skære lidt gnavegrønt ud, hvilket ikke medfører, at madlavningen tager længere tid. Det er så forældrenes ansvar at inddrage børnene mere i weekenderne, hvor der er mere tid til madlavningen. Børnene kan komme med ud at købe ind, måske endda bestemme hvad der skal serveres, og involvering i madlavningen kan blive et hyggeligt og lærerigt element i maddannelsen. Weekenden kan blive der, hvor der eksperimenteres med variationen af råvarer, fordi barnets involvering i madlavningsprocessen kan give dem mod på at smage den mad, de selv har været med til at lave.

Daginstitutionen

Med den politisk vedtagne madordning bliver madpakken hjemmefra erstattet af enten varm eller kold mad serveret i institutionen. Derfor vil måltidskulturen blive ændret primært i de mange daginstitutioner, som i dag ikke har en madordning, og hvor børnene udelukkende spiser madpakken hjemmefra. Som tidligere nævnt anslås det, at børn indtager 40-50 % af deres energiindtag i børnehaven³⁷. Det gør måltiderne i institutionen vigtige, både med hensyn til barnets næringsindtag og energiniveau og dermed deres trivsel, men også med hensyn til barnets maddannelse. Måltiderne i institutionen har – ligesom i familien – mange perspektiver; ernæringsmæssigt, pædagogisk, psykologisk og socialt. Pædagogen er også rollemodel for børnene, og dennes personlige præferencer og overbevisninger i forhold til madkultur, smag og udseende på maden samt måltidsstruktur kan (utilsligt) komme til udtryk hos pædagogen. Barnet ser hvad pædagogen gør, og tolker det. Rynker pædagogen på næsen af råkostsalaten med rosenkål og hvidkål, så kan barnet aflæse pædagogens kropssprog, som at det er noget, hun ikke bryder sig om, og tolke at råkostsalaten ikke smager godt. Konsekvensen kan blive, at barnet nægter at smage. Derfor er det vigtigt, at maden præsenteres ordentligt, og at alle børn som pædagoger, spiser det samme. Præsentationen af maden har betydning for barnets opfattelse af og viden om mad. Gennem en ordentlig præsentation udvises respekt for maden og den, som har tilberedt den, ligesom barnet får nyttig viden om råvarer. Et eksempel fra børnehave Z. Menuen lyder på farsbrød med spidskål, og køkkenassistenten præsenterer maden således: ”I dag skal vi have farsbrød med spidskål. Kødet er lavet af det samme som frikadeller, nu er det bare blevet lavet som et langt brød, som er skåret i skiver. Giv nu jeres mund lov til at smage på det. Værsgo.” Ved at præsentere maden og tale om madens udseende, smag, konsistens, lugt og hvilke råvarer maden indeholder øges barnets begribelighed (jf. Antonovsky). Desuden hjælper det barnet til at kategorisere, danne nye begreber og forme nye eller ændre eksisterende teorier.

³⁶ Holm 2003 s. 23

³⁷ Biltoft-Jensen et al. 2005 s. 17

Sansestimulering i smagsworkshop og i ”Sans for sjov”

Samtlige aktiviteter var nøje planlagt således, at børnenes sanser og motorik blev udfordret. Smagsprøverne udfordrede samtlige af børnenes sanser, da de både skulle se og føle på fødevarerne, lugte til dem og smage på dem, samt høre hvordan de lød, når de kom ind i munden.

På bagedagen skulle børnene se, hvordan de forskellige ingredienser blev blandet sammen og blev til en dej, som de selv skulle have i hænderne og føle på, for derefter at forme til foccaciabrød. Derudover skulle børnene også selv smøre tomatkoncentrat på brødene, og drysse friske krydderurter på. Børnene observerer hinanden og den voksne, både i dialogen og i aktiviteterne, og lærer herigennem fx sociale processer.

I kategorien ”Mad” kan smagssansen stimuleres, hvis pædagogen forbereder nogle smagsprøver. Disse smagsprøver stimulerer ligeledes de resterende exteroceptive sanser, da barnet kan betragte, lugte til, føle på og lytte til det de smager. Hørelsen stimuleres endvidere gennem dialogen, hvor børnene lytter til hinanden og den voksne.

I kategorien ”Sanser” opfordres børnene til at røre ved forskellige ting, for derefter at fortælle hvordan det føles. Ligeledes skal de selv finde frem til ting, der ex er bløde/hårde eller varme/kolde. Vi har overvejet at inkludere en sansepose i spillet, hvor der er samlet forskellige ting, fx noget blødt, hårdt eller koldt og varmt, der hver især stimulerer især følesansen, og hvor den enkelte institution kan tilføje ting, de synes er interessante for børn at røre ved.

Overvejelserne omkring hvilke aktiviteter spillet skulle indeholde tog primært udgangspunkt i ønsket om, at børnene skulle røre sig. Aktiviteterne varierer i sværhedsgrad, og afhængigt af det enkelte barns motoriske udvikling vil noget være nemt, andet mere udfordrende. Den voksne deltager ligeledes i aktiviteten, hvilket virker motiverende på børnene, så de gør deres bedste. Endvidere er det en fordel, i forhold til at barnet kan betragte den voksne, og efterligne aktiviteten, hvis den er svær at udføre for barnet.

Smags workshop

Aktiviteter og resultater

De forskellige aktiviteter var fordelt over 5 dage

Mandag skulle de 12 udvalgte børn introduceres til 4 af de fem grundsmage: surt, sødt, salt og bittert.

Hensigten med denne aktivitet var, at det ikke udelukkende skulle handle om smagen på madvarerne, men også om farver, lugt og konsistens, således at syns-, lugte- og følesansen også kom i brug. Dette blev valgt, fordi det ville give børnene mulighed for også at italesætte og iagttage, 2 vigtige elementer i deres maddannelse, ligesom deres ordforråd øges gennem aktiviteterne.

Alle børnene var spændte og forventningsfulde og meget villige til at smage på alt.

Børnene og de to pædagoger kom ud i køkkenet, hvor de forskellige smagsprøver var anrettet. Hver smag blev taget hver for sig og i udvalgt rækkefølge.

Prøvesmagningen startede med søde madvarer, fordi børn generelt godt kan lide sødt, og det ville give dem en god start og mod til at gå videre. Derefter det sure, som jo er den direkte modpol til det søde. Dernæst kom turen til det bitre, som var valgt der skulle præsenteres efter smagsprøven på surt, da det ville hjælpe børnene til at kunne smage forskellen, når de lige havde smagt på surt. Som

afslutning smagte de på det salte. Dette da de fleste børn har en smagspræference for det salte, hvilket ville sikre at smagsprøvningen blev afsluttet med noget de kunne lide. Børnene blev præsenteret for smagsprøver indenfor én grundsmag ad gangen.

Smagsprøverne bestod af følgende:

Sødt:

- Akaciehonning
- Kunstigt sødemiddel

Honningen var et stort hit. Børnene gættede dog ikke, at det var honning før de havde mærket konsistensen og smagt på det. Akaciehonnings forskellighed fra almindelig bihonning i både farve og konsistens kunne være en af årsagerne. Før børnene skulle smage på sødemidlet, blev de spurgt om de troede, at alt der smagte sødt også smagte godt. Det mente de alle. Da de smagte på det var det dog ikke helt tilfældet. Nogle sagde, at det smagte surt, nogle mente det smagte alt for sødt. En enkelt af drengene udbrød:

"Heksedrik!"

Ingen af børnene kunne lide smagen af sødemidlet. De blev forklaret, at det var en erstatning for sukker, hvilket var svært for dem at forestille sig.

Surt:

- Limefrugt i tynde skiver
- Granny Smith æbler i små stykker

Børnene gættede på, at limefrugten var citroner. Da de lugtede til dem, sagde nogle af børnene, at limefrugten ikke lugtede af noget, andre sagde, at den lugtede surt. En af drengene sagde:

"Det er limefrugt, sådan noget man kommer i vandet."

Børnene syntes, at æblerne var lidt sure, men at det smagte godt. En enkelt sagde:

"Det smager SINDSSYGT meget bedre end lime."

En anden råbte:

"Jeg kan rigtig meget godt li' æbler."

Bittert:

- Rucolasalat
- Grapefrugt i tynde skiver
- Radiser i tynde skiver

De fleste af børnene kunne godt lide rucolasalaten. De bad om at få mere end et blad. Enkelte kunne ikke lide det. Pædagogerne forklarede børnene at de skulle spise det ligesom kaninerne gør – fra bladene og ned til stilken.

Da grapefrugten kom på bordet gættede flere af børnene på, at det var appelsiner, men da de smagte på den kunne de godt smage, at det ikke var tilfældet. Mange af børnene kunne ikke lide smagen, men især to af pigerne var helt vilde med det og bad om mere.

Børnene kunne alle lide radiserne, dog sagde nogle at de syntes det smagte stærkt³⁸.

Salt:

- Saltkiks (TUC)
- Saltede peanuts

Kiksene var et hit. Børnene syntes alle, at de smagte godt og salt. Det samme gjorde sig gældende for de saltede peanuts.

Tirsdag var der igen planlagt prøvesmagning. Men denne gang med de forskellige grundsmage blandet sammen. Desuden var der bagt tre slags pandekager, en slags med sukker, en slags med kunstig sødestof og en slags med salt. Grunden til, at der var bagt disse tre forskellige slags pandekager var, dels for at se om børnene kunne smage forskel på de pandekager bagt med sukker og sødestof, men også for at gøre børnene opmærksomme på, at selvom maden ser ens ud var det ikke sikkert, at det smagte ens.

Forskellige grundsmage:

Sødt blandet med surt:

- Limesaft og akaciehonning

Børnene kunne sagtens smage limesaften, men de fik hjælp af pædagogerne til at gætte, at den anden ingrediens var honning. De kunne dog godt smage, at det var blandet sammen med noget der var sødt.

Surt blandet med bittert:

- Grapesaft på tynde skiver af Granny Smith æbler

De syntes alle, at det smagte bedre end grapefrugt alene. En af pigerne gættede, at det var grapesaft vi havde kommet på æblerne.

Salt blandet med bittert:

- Saltkiks med radiser

Børnene syntes, at radiserne smagte af salt nu, men at de også stadig var lidt stærke.

Salt blandet med sødt:

- Saltkiks med jordbærsyltetøj

Et af børnene sagde, at det smagte af syltetøj med salt, en anden sagde, at det smagte af jordbær.

Bittert blandet med sødt:

- Grapefrugt med sukker

Børnene syntes at det smagte surt/bittert.

De 3 slags pandekager:

- Pandekager bagt med sukker

Alle børnene udbrød ”Uhm!”, da pandekagerne kom på bordet. Én sagde:

”De smager ligesom de gør derhjemme!”

³⁸ Stærkt er ikke en smag, men en følelse af en meget svag smerte i munden.

Der var generel enighed blandt børnene om, at pandekagerne smagte godt og sødt.

- Pandekager bagt med kunstigt sødestof
”De ser lidt anderledes ud end de andre.”
”Der er mere mørkt på.”
” De smager af pandekager.”

Børnene kunne ikke smage den lidt kemiske smag fra sødemidlet, men det kunne pædagogerne derimod

- Pandekager bagt med salt
” De ligner de andre pandekager.”
” De smager ikke som de andre.”

Ingen syntes, at disse pandekager smagte bedre end de to foregående. C sagde:

”Ja jeg synes ikke de smager særligt godt.”

En af drengene gættede på, at der var salt i.

Onsdag skulle børnene på skattejagt i børnehave A's udendørsarealer. Der var valgt at udnytte alle de frugttræer og buske der befinder sig på børnehavens udendørsområde og udarbejdede poster dertil. Skatten var hjemmebagte muffins med grønsager, som var pakket fint ind og lagt i en skattekioste.

Børnene blev delt op i to hold med hver deres voksen tilknyttet. Posterne bestod af billeder af, samt en række spørgsmål om de frugter og bær der vokser på de træer og buske de var hængt ved. Pædagogerne skulle stille børnene de spørgsmål og få en snak om de forskellige frugter og bær. Ved hver post skulle børnene også udføre en fysisk aktivitet for at kunne komme videre til den næste post. De skulle blandt andet kravle op i legetårnet og rutsje ned ad rutsjebanen, løbe rundt om huset og sparke en bold i et mål. De fik derfor rørt sig rigtig meget og de nød at være udenfor på trods af det kolde vejr.

Generelle observationer:

Posterne med billeder og spørgsmål fungerede fint, og dialogen mellem pædagogerne og børnene var god. Der blev snakket om mange forskellige ting, som havde med både frugterne at gøre, og hvad de kunne bruges til. Børnene fik rørt sig rigtig meget både ved at løbe rundt mellem posterne og ved de aktiviteter, de skulle udføre ved hver post. Det tog ca. 1 time før begge hold havde gennemført og fået deres del af skatten, men det var ikke et problem at holde børnenes fokus på lige netop denne aktivitet.

Torsdag skulle børnene spille de to nyudviklede spil. Børnene blev delt op i to hold, som hver havde en voksen tilknyttet. Når det ene hold var inde og spille, legede de andet hold i børnehaven.

Spillet ”Hvad taler jeg om?”

Her blev der lagt 8-10 kort med billeder af fødevarer ud på et bord så børnene kunne kigge på dem. Den voksne fik udleveret nogle tekstkort der matchede den kategori af billeder der ligger på bordet (fx drikkevarer). På disse kort stod der oplysninger om de forskellige fødevarer, som den voksne

læste op i rækkefølge en af gangen. Det barn der skulle gætte hvilken fødevarer der var tale om havde fået udleveret en bamse. Bamsen symboliserede, at det kun var det barn der sad med den, der havde lov til at tale.

Generelle observationer:

Konceptet med bamsen fungerede rigtig godt. Børnene havde ingen problemer med at overholde, at det kun var den der havde bamsen der havde taleret.

Børnene var meget dygtige til at gætte, og langt de fleste lod sig ikke narre af, at pædagogerne læste flere oplysninger op efter at barnet havde givet et bud. De fleste fastholdt deres gæt og udviste derved stor selvsikkerhed.

Spillet ”Sans for sjov”

”Sans for sjov” er et spil, som handler om sanser, mad og bevægelse, og kan spilles af én voksen og 3 til 6 børn.

Formålet med at udvikle spillet var, at det skulle være et pædagogisk redskab der kunne integreres i hverdagen i børnehaverne til at støtte børnene i deres:

- sproglige udvikling, samt deres evne til at sætte ord på deres oplevelser og handlinger
- udvikling i brugen af sanser og motorik
- udviklingen af deres maddannelse
- udvikling af sociale kompetencer
- udvikling af personlige kompetencer
- udvikling af en stærk opfattelse af sammenhæng (herefter benævnt som OAS) i det der sker omkring dem

Spillet indeholder tre kategorier: ”Mad”, ”Sanser” og ”Bevægelse”. I spillet indgår børnene i en dialog med den voksne og de andre børn om mad og sanser. Til kategorien ”Mad” er der en række billedkort, som kan hjælpe børnene med at visualisere dialogen. Disse er billeder af fx frugter, grønsager, forskellige kød- og fiskeprodukter, samt drikkevarer.

Det var ligeledes ønsket at børnene skulle være mere fysisk aktive, da undersøgelser viser, at børn udvikler sig og lærer bedre når de er fysisk aktive (Jespersen, 2006). Derfor indeholder spillet tekstkort hvorpå forskellige fysiske aktiviteter er nævnt, der vil udfordre børnene grov motorisk. Disse øvelser skal alle deltage i, også den voksne.

Spillet indeholder mange muligheder og berører både udviklingen af børnenes sanser, motorik, sprog og maddannelse. Udviklingen af spillet er en fortsat proces, men information kan fås via henvendelse til Dorte Skovbo Heuser og Anne Sode Gregersen på sans.for.sjov@gmail.com.

Fredag var der bagedag i køkkenet. Børnene skulle bage grov-focaccia-brød med tomat og krydderurter. Dette brød skulle alle i institutionen spise som eftermiddagsmad. Børnene så det som en stor ære at de skulle lave brød til hele børnehaven, og de fortalte med stor glæde de andre børn, at de havde været med til at bage. Valget faldt på netop dette bagværk, da der er tilknyttet mange forskellige lugte og farver i form af tomater og krydderurter, men også fordi der var mulighed for at

børnene kunne stå med dejen i hænderne og føle hvordan det var. Børnene fik lov at beskrive hvad de kunne føle, lugte og se.

Generelle observationer:

Denne aktivitet blev videofilmet. Børnene var meget engagerede og de syntes at det var sjovt at stå med dejen i hænderne og fornemme at noget der i starten var så klistret, kunne blive blødt og formes til brød. Selv det at de skulle have forklæde på gjorde at de følte sig som noget specielt. Der var valgt at tilsætte havregryn i dejen af to årsager: dels fordi de tilfører vitaminer og fibre til brødet, dels fordi vi ville udvide børnenes viden om havregryns anvendelse. Reaktionen fra de fleste børn var forbavselse, da de så, at havregrynene blev hældt ned i dejen.

Konklusion: Metode og resultater

Det kan diskuteres, om de deltagende børnehaver er et repræsentativt udsnit af danske børnehaver idet de har alle velfungerende madordninger, og pædagogerne er nysgerrige og åbne overfor nye tiltag, hvad angår børnenes udvikling. På baggrund af denne empiri kan det ikke vurderes, om det er et generelt billede i alle børnehaver i Danmark.

Smagsworkshop

Forældrene kommenterede blandt andet, at aktiviteterne virkede meget spændende, og at det var skønt at kunne se billeder fra alle aktiviteterne inde på institutionens hjemmeside. Ligeledes havde den udleverede pjece og aktivitetsplan været meget informativ og rar for dem at have, så de både fik lidt baggrundsviden om projektet, samt hvad deres børn skulle foretage sig. Børnene havde udtrykt stolthed over at være blevet udvalgt til projektet, og havde generelt snakket meget med deres forældre om deres oplevelser.

Børnehave A overvejer at indføre en sanseuge for børnehavegruppen (det findes allerede for vuggestuegruppen), hvor de blandt andet vil lave nogle af de aktiviteter de har været med til at gennemføre. Som en direkte følge af projektet er det pædagogiske personale begyndt at tale mere med børnene om maden, når de spiser frokost.

Mandag og tirsdag, smagsprøvning i køkkenet:

Pædagogerne syntes, at ideen er sjov, og var enige om, at det var en stor succes, som sagtens kan gentages. Børnene var engagerede i hele forløbet (ca. 1 time), og havde sidenhen snakket meget om prøvesmagning. De snakkede meget om hele pilotprojektet med både de andre børn i institutionen, det pædagogiske personale og deres familie. En del af gruppen havde nu ofte grape med som frugt – en frugt som ellers ikke havde været ret tit på menuen.

Onsdag, Skattejagten:

Pædagogerne var enige om, at ideen var rigtig god, og at den bestemt kunne bruges i fremtiden. Det fungerede godt med billederne der var hængt op, og spørgsmåls- og informationskortene fungerede også fint. Alle børnene gik meget op i de fysiske aktiviteter de skulle lave ved hver post.

Torsdag, Spilledagen:

Både L og C udtrykte stor begejstring for spillene, og syntes at det havde været en succes for både voksne og børn. Her syntes de, at de så sider af børnene, som de aldrig havde set før, og som havde givet anledning til refleksion. De fleste børn udviste stor begejstring, da de spillede.

”Hvad taler jeg om?”

Gennem observationer blev det erfaret, at der skal foretages visse ændringer i reglerne. For det første skal der max. være 3-4 deltagere ud over den voksne pr. spil. Er der flere deltagere, går der for lang tid mellem deres tur, og de når at lade sig distrahere af andre ting. Ligeledes skal rækkefølgen af oplysningerne på tekstkortene ændres, da nogle af dem var alt for nemme at gætte i forhold til andre. Det skal også skrives ind i regelsættet, at når barnet har gættet hvad det er der tales om, kan den voksne sige det er rigtigt, og derefter kan alle tage en snak om de resterende oplysninger. Til sidst blev det vurderet, at det ville være en god ide at fjerne de kort fra bordet, der er gættet.

”Sans for sjov”

Det blev erfaret, at der skulle en del ændringer til for at tilpasse spillet til denne målgruppe. Igen er vores vigtigste erfaring at der max. skal være 3 spillere ud over den voksne. Derudover skal det meste af spillet revideres, både med større og mindre ændringer. Spillepladens layout skulle gøres mere enkelt, der var for få tekstkort, og derudover vil både børn og pædagoger få gavn af nogle medfølgende billedkort, hvor børnene kan hjælpes visuelt.

Fredag, bagedag i køkkenet:

Pædagogerne udtrykte igen, at det var skønt at se børnene i uvante situationer, så nye sider kom frem. Det var tydeligt at se hvilke børn, som var vant til at hjælpe til i køkkenet derhjemme, idet nogle var rigtig gode til at ælte, andre mosedede dejen så meget, at den bare klistrede mere og mere til deres hænder. Børnene holdt fint koncentrationen oppe i den time, de var i køkkenet. De virkede stolte og imponerede over, at de selv kunne bage brød, som resten af institutionen også skulle spise.

Sans for Sjov

De deltagende pædagoger i institutionerne udvalgte selv hvilke børn, der skulle deltage i spilafprøvningen. De eneste krav var, at børnene skulle være 4 til 5 år gamle, der skulle være en ligelig fordeling af køn, ligesom der skulle være både udadvendte, mere indadvendte, kræsne og ikke kræsne børn. En heterogen gruppe vil give et mere nuanceret billede af børns oplevelse af spillet, hvilket er vigtigt for vores samlede vurdering af spillets egenskaber og egnethed som pædagogisk redskab, specielt i lyset af at institutionerne kun havde to uger til afprøvningerne.

Institutionerne har hver haft deres tilgang til spilafprøvningerne, hvilket vi også lagde op til i introduktionerne. Børnehave Z og Y delte de deltagende børn op efter alder, så der var en gruppe med 4-årige og en gruppe med 5-årige. Den største forskel under selve spillet med de to aldersgrupper var, ifølge begge institutioner, børnenes sproglige evner til at indgå i dialogen, hvor de 4-årige havde sværest ved at italesætte deres holdninger, erfaringer og kategoriseringer. Desuden havde de 4-årige sværere ved at forstå tekstkortene end de 5-årige. De to andre børnehaver A og X spillede udelukkende spillene med 5-årige. I børnehave A blev børnegruppen udvidet med adskillige børn, fordi der var meget stor interesse fra ikke-deltagende børn. Disse sad ofte med ved bordet, hvor de, uden

at deltage i spillet med deres egen brik og terning, deltog i dialogen i det omfang de havde lyst. Denne interaktion mellem de deltagende børn, pædagogen og resten af børnehavegruppen gav spillet en særlig dynamik, som har styrket relationerne mellem mange af børnene på tværs af gruppetilhørsforhold, alder og interesser. Børnehave X havde flere gange 3-årige med som bisiddere, når der blev spillet, men de deltog ikke aktivt i spilafprøvningen. Det vurderes, at de 3-årige på sigt alligevel opnår nogle sproglige kompetencer, når de lytter til dialogen mellem de deltagende børn og pædagogen. Alle institutioner var dog enige om, at "Sans for sjov" var et yderst anvendeligt spil.

Workshoppens og spillets potentiale som pædagogisk redskab i hverdagen

Udvikling af sprog

I spørgeskemaerne uddelt efter afprøvningen af spillet ses det, at 33 % af pædagogerne vurderer, at børnene har udvidet deres ordforråd en smule. En pædagog udtaler endvidere i et uformelt samtale-interview:

"Der er kommet nye begreber frem og børnene tænker mere over de forskellige ting" .

Under observationerne blev det observeret at nogle børn gentog det de havde hørt andre børn svare, og dette understøttes af pædagogerne i deres logbogs-notater og ved de uformelle samtaler. Citat fra logbog:

"Han prøvede nye ord, og efterlignede ord der blev nævnt af andre og på kortene".

Spillet kan anvendes på mange forskellige måder. I én af institutionerne tog de sommetider alene tekstkortene eller billedkortene frem, og fik en dialog i gang med børnene. Andre har integreret smagsprøver i spillet til stor glæde hos børnene. Endvidere er det muligt for pædagogen at udvælge tekstkortene, så dialogen målrettes et specifikt udviklingsområde. En pædagog fremhævede således i et uformelt samtaleinterview:

"... Vi ser børnene fra en anden side, som viser os, hvordan vi kan styrke dem fremadrettet."

Hun forklarede derefter, at hun havde anvendt spillet til at observere børnenes sociale og sproglige styrker samt svagheder. Her ser vi, hvordan en pædagog har anvendt spillet til at spore sig ind på hvilket niveau børnene aktuelt befinder (*aktuelle udviklingszone*) med den hensigt at være en støtte i deres videre udvikling (jf. Vygotskij)

Udvikling af sanser og motorik

33 % af pædagogerne har i det afsluttende spørgeskema svaret, at de har observeret en større lyst hos børnene til at bruge kroppen samt en større interesse for kroppens funktioner og reaktioner. 16,7 % svarer at de har observeret, at børnene udfører bevægelser og aktiviteter, de ikke tidligere har vist interesse for. En pædagog skriver i logbogen:

"Prøver at være med til alle de fysiske aktiviteter i spillet; også på legepladsen er især balancen blevet bedre"

Dette viser hvor vigtigt målrettet motorisk træning er i forhold til børns fysiske udvikling. I forhold til udviklingen af sansesystemet har ingen observeret specifikke ændringer.

Udvikling af maddannelse

I det afsluttende spørgeskema til pædagogerne svarer 41,7 %, at de har observeret en ændring i forhold til, hvor meget børnene taler om og spørger ind til mad. Børnene er blevet mere nysgerrige overfor det de spiser, og har fået større kendskab til forskellige madvarer. En pædagog skriver i logbogen:

"Vi talte om hvordan maden smagte; om den var sød, sur, blød/hård at tygge i – og barnet refererede til kortene, vi havde spillet med."

Ud fra dette ses, at børnene har fået nogle erfaringer ved at spille spillet, og kan anvende disse i andre relationer, som fx under et måltid.

Pædagogerne er af stor betydning for hvor meget spillet anvendes. I to af de fire institutioner efter-spurgte børnene ikke selv spillet. En pædagog siger således i et uformelt samtaleinterview:

”De spørger ikke efter at komme til at spille det, men når vi tager det frem er de meget interesserede i det.”

Børnehavebarnets personlige udvikling og trivsel afhænger af, at pædagogerne er engageret i og lydhør overfor barnets ønsker og behov³⁹, og barnets interesse i spillet vil afspejles i den interesse pædagogerne har i det.

Ifølge pædagogernes logbogs-notater og deres udtalelser ved de uformelle samtaleinterviews har det ikke været et problem at integrere spillet i hverdagen. Dog har perioder med personalefravær eller andre aktiviteter i børnehaven været årsag til, at spillet ikke har været anvendt så meget som ønsket. På trods af dette mener alle blandt det pædagogiske personale, at spillet indeholder mange muligheder og vil kunne fungere godt i hverdagen. En pædagog udtaler i et uformelt samtaleinterview:

”Hvis spillet var tilgængeligt for os i hverdagen, er jeg ikke i tvivl om at det ville blive brugt rigtig rigtig meget.”

Hyppigheden af hvor ofte spillet bliver spillet er, som førnævnt, afhængig af personaleressourcer. Om spillet stadig er lige sjovt og interessant for både børnene og de voksne efter en længere periode kan ikke vurderes ud fra indsamlet data, men spillet har mange muligheder både udviklingsmæssigt og socialt. Børnene og den voksne oplever et fællesskab, hvor alle har lige stor betydning. Dette udtrykkes meget fint af en af pædagogerne i et uformelt samtaleinterview:

”Det er ikke ligesom et spil ludo; her har alle mulighed for at komme med noget”.

Børn lærer og udvikler sig gennem sansning, aktiv handling og leg. Deres naturlige nysgerrighed motiverer dem til at udforske verden og omgivelserne og herved opnå erfaring og viden gennem aktiv handling. Barnet er selv udgangspunktet for, at denne læring finder sted, men er samtidig afhængig af støtte fra andre børn og voksne. Denne støtte og påvirkning fra de sociale omgivelser får barnet til at føle sig som en betydningsfuld del af fællesskabet, hvilket støtter dets udvikling af en stærk OAS. Børns konstante udforskning af verden giver dem en intuitiv forståelse af tingenes sammenhæng, og denne forståelse og de teorier som barnet danner, giver barnet en voksende forståelse for verdens sammenhæng og dets egen rolle i denne verden. Dialogen i pilotprojektets aktiviteter og i spillet ”Sans for sjov” samt selve spiloplevelsen vil bidrage til både børnenes og pædagogens læring i en cirkulær proces, som Kolb beskriver i hans læringscirkel. Ligeledes opnår barnet via dialogen viden (begribelighed), anerkendelse og accept af dets meninger og holdninger som betydningsfulde (håndterbarhed) og støtte fra pædagogen til at mestre de udfordringer barnet står overfor (meningsfuldhed). Dialogen udfordrer børnene sprogligt, ved at de skal udtrykke deres oplevelser, præferencer og meninger når de bliver stillet et spørgsmål. Børns trivsel og udvikling af en stærk OAS afhænger af forældrenes OAS, men dette gælder også for andre rollemodeller i børnenes livsverden fx pædagoger. Jo bedre rollemodellerne er i stand til at mestre tilværelsens udfordringer, jo bedre trives barnet, og jo bedre mulighed har barnet for at udvikle en stærk OAS. Igennem dialogen i både aktiviteterne og i ”Sans for sjov” får barnet viden (begribelighed), bekræftelse på at dets meninger og holdninger er betydningsfulde (håndterbarhed) og støtte fra pædagogen til at mestre de udfordringer barnet står overfor (meningsfuldhed).

Læringselementerne i spillet ”Sans for sjov” er forsøgt gjort forståelige for børnene, så de gennem dialogen med pædagogen og de andre børn kan indgå i en ligeværdig social relation, hvorved barnet vil opleve anerkendelse og accept. Dette udvikler barnets personlige og sociale kompetencer.

³⁹ Broström 2005

Sansestimulering påvirker og udvikler os gennem hele livet, hvilket gør os bedre i stand til at opleve og fornemme vores rolle og tilstedeværelse i de omgivelser, vi befinder os i. Barnets fysiske, psykiske, sproglige og motoriske udvikling afhænger af, hvor meget de anvender deres sanser, lige-som deres maddannelse udvikles gennem stimuli af især lugte-, smags-, og synssansen.

I kategorien ”Mad” kan især lugte- og smagssansen stimuleres, hvis pædagogen forbereder nogle smagsprøver. Disse smagsprøver stimulerer ligeledes de resterende exteroceptive sanser, da barnet kan betragte, lugte til, føle på og lytte til det, de putter i munden. Hørelsen stimuleres gennem dialogerne, hvor børnene lytter til hinanden og den voksne.

I kategorien ”Sanser” opfordres børnene til at røre ved forskellige ting, for derefter at fortælle, hvordan det føles. Ligeledes skal de selv finde frem til ting, der fx er bløde/hårde eller varme/kolde. Aktiviteterne i kategorien ”Bevægelse” varierer i sværhedsgrad, og afhængigt af det enkelte barns motoriske udvikling vil noget være nemt, andet mere udfordrende. Den voksne deltager ligeledes i aktiviteten, hvilket virker motiverende på børnene. Endvidere er det en fordel i forhold til, at barnet kan betragte den voksne, og efterligne aktiviteten, hvis den er svær for dem.

Et mål med sansetræning i børnehaverne er, at det bliver en fast del af børnenes hverdag. ”Sans for sjov” kan implementeres i alle 6 kerneområder i læreplanerne, og derved blive en del af denne hverdag. Implementeringen er afhængig af det enkelte kerneområde, og fokus kan sættes på hvert enkelt område for sig, afhængigt af hvilket område det pædagogiske personale vurderer som relevant at styrke.

Da børn tilbringer oftest over 7 timer om dagen i institutionen, giver dette institutionen en ligeså betydningsfuld rolle i børnehavebørns socialisering og maddannelse, som hjemmet har. Med indførelsen af den politisk vedtagne madordning vil debatten vedrørende børnehavebørns sundhed, maddannelse og institutionernes madpædagogik forhåbentlig bidrage positivt til børnenes muligheder for at lære kompetencer, som er vigtige i forhold til deres trivsel, udvikling af en stærk OAS og deres evne til at træffe sunde valg i fremtiden. For både pædagoger og forældre drejer det sig om, at de som rollemodeller for børnene gør sig bevidste om det ansvar de har i barnets maddannelse. Jo flere stimuli børn får, des bedre vilkår for deres psykiske, motoriske og sproglige udvikling, lige-som barnets maddannelse udvikles i højere grad ved stimuli af især syns- smags- og lugtesansen. Der bør derfor være fokus på stimulering af alle børnenes sanser i den sekundære arena, ikke mindst de grovmotoriske, som er specielt vigtige i forhold til barnets læring, dets trivsel og sundhed. På trods af de deltagende institutioners forskellige tilgang til spilafprøvningerne, er der enighed om, at spillet udvikler børnenes sprog, motorik og deres viden. Både børn og pædagoger synes, at det er sjovt at spille, og resultatet af læringselementet ses i den høje andel af børn, som efter pædagogernes vurdering, har en større interesse for mad og italesættelse af denne, en større interesse for kroppens funktioner og reaktioner, og som har lyst til at bruge kroppen mere. Yderligere er der en signifikant, men dog mindre udvidelse af børnenes ordforråd. Der er derfor evidens for, at ”Sans for sjov” understøtter børnenes sproglige, sociale og motoriske udvikling. Projektet har givet anledning til refleksion hos personalet, både egen refleksion og refleksioner om det pædagogiske arbejde med børnene.

Litteraturliste

- Aarup, Mie et al.:** ”Prævalens af overvægt og fedme blandt treårige i Aalborg kommune samt beskrivelse af risikofaktorer”, Ugeskrift for Læger 2008; 170 (6): 452
- Andersen, Ib:** ”Den skinbarlige virkelighed – vidensproduktion inden for samfundsvidenskaberne”, 3. udgave, Forlaget Samfundslitteratur 2005
- Andersen, Lars Bo og Froberg, Karsten:** ”Sundhedsmæssige aspekter af fysisk aktivitet hos børn – et 3-årigt forsøg med 2 kommuner fra København: Ballerup og Tårnby”, Sundhedsstyrelsen 2006
- Andersen, Merethe (red):** ”Mat för alla sinnen. Sensorisk träning enligt SAPERE-metoden”, Livsmedelverket 1999
- Antonovsky, Aaron:** ”Helbredets mysterium”, 1. udgave 7. oplag, Hans Reitzels Forlag 2000
- Biltoft-Jensen, Anja et al.:** ”Forslag til retningslinjer for sund kost i skoler og institutioner”, Danmarks Fødevarerforskning 2005
- Borregaard, Dinna og Damgaard Pedersen, Inge-Merete:** ”*Sansemotorik*”, 1. udgave, 1. oplag 2007. Forlaget Dafolo
- Brodersen, Anne og Pedersen, Bente:** ”*Børn og motorik – Grundmotorik, testning og træning*”, 1. udgave, 1. oplag 1994. Forlaget Børn og unge
- Broström, Stig:** ”*Lov om pædagogiske læreplaner i dagtilbud*”, artikel bragt i tidsskriftet Kognition og pædagogik, april 2005
- Broström, Stig og Vejleskov, Hans:** ”*Dannelse, mudvikling, erfaring, selvvirksomhed – En pædagogisk citat-mosaik*” Frydenlund og forfatterne 2008
- BUPL:** ”*Sundhed, krop og bevægelse*”, 2009
- “Folkesundhedsrapporten 2007”**, Statens Institut for Folkesundhed
- Gardner, Howard:** ”Sådan tænker børn – sådan lærer de”, 1. udgave 3. oplag, Nordisk Forlag A/S 2006
- Grønfeldt, Vivian et al.:** ”Hvor sunde er de danske børnehaver? Resultater fra en spørgeundersøgelse blandt dagtilbud til 3-6 årige”, 1. udgave, Fødevarerinstitutionen DTU 2007
- Hansen, Benthe et al.:** ”Livsstilsbesøg til 3½-årige og deres familier i Høje-Taastrup Kommune”, Sundhedsplejen 2005
- Holm, Lotte:** ”Mad, mennesker og måltider – samfundsvidenskabelige perspektiver”, 1. udgave 1. oplag, Munksgaard 2003
- Illeris, Knud:** ”Læring”, 2. reviderede udgave 2006, Roskilde Universitetsforlag
- Illeris, Knud (red):** ”Tekster om læring”, 1. udgave 2000, Roskilde Universitetsforlag
- Jensen, Torben K og Johnsen, Tommy J:** ”Sundhedsfremme i teori og praksis”, 2. udgave 9. oplag, Forlaget Philosophia 2006
- Jespersen, Susan:** ”*Bliver man klogere af motion?*”, artikel bragt i magasinet STORK, august 2006
- Jonsson, Inger M. et al.:** ”Ett lustfyllt lärande om mat. Utvärdering av SAPERE-metoden”, Livsmedelverket 2000
- Koch, Bente et al.:** ”Anbefalinger for spædbarnets ernæring – Vejledning til sundhedspersonale”, Sundhedsstyrelsen 2005
- Launsø, Laila og Rieper, Olaf:** ”Forskning om og med mennesker. Forskningstyper og forskningsmetoder i samfundsforskning”, 5. udgave, Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck A/S 2005
- Lindqvist, Gunilla (Red.):** ”*Vygotskij – om læring som udviklingsvilkår*”, 1. udgave 2004. Klim

- Mygind, Johanne:** ”Vi elsker børnehaver, men det har vi ingen grund til”, artikel bragt i dagbladet ”Information” d. 15.05.09
- Mølgaard, Christian et al.:** ”Forebyggelse af overvægt hos børn og unge – oplæg til strategi”, Motions- og Ernæringsrådet 2007
- Nader PR, O’Brien M, Houts R et al.:** ”Identifying risk for obesity in early childhood” PEDIATRICS Vol. 118 No. 3 September 2006
- Nielsen, Anne et al.:** ”Børn og børnefamiliers sundhed og velfærd i Danmark – og udviklingen siden 1984”, Statens Institut for Folkesundhed 2001
- Pedersen, Bente:** ”Teorien bag børns bevægelser”, 2. udgave, 1. oplag, Dafolo 2001
- Pedersen, Bente Klarlund og Saltin, Bengt:** ”Fysisk aktivitet- håndbog om forebyggelse og behandling” Sundhedsstyrelsen, Center for forebyggelse 2003
- Romme, Pauline Voss:** ”Børn i bevægelse”, 2. reviderede udgave, Forlaget MMVII 2007
- Sabinsky, Marianne Sønderby:** ”Statusundersøgelse om madordninger og mad- og bevægelsespolitikker i dagtilbud og på skoler”, DTU Fødevareinstituttet 2007
- Saltin, Bengt et al. (red.):** ”Fysisk aktivitet og sundhed: en litteraturgennemgang – Forebyggelse og sundhedsfremme 2001/19”. Publikation nr. 19, 1. udgave, Sundhedsstyrelsen 2001
- Skodvin, Arne:** ”Lev Semenovitj Vygotskij: Udvikling i kulturhistorisk perspektiv”, kapitel 8 i: Gulbrandsen, Liv Mette (red): ”Opvækst og psykisk udvikling” Grundbog i udviklingspsykologiske teorier og perspektiver”, 1. udgave 1. oplag, Akademisk Forlag 2009
- Sørensen, Karsten:** ”Evaluering af projekt sund mad i dagtilbud – et pilotprojekt i Hedensted Kommune”, University College Syd, Udvikling og forskning, *Videncenter for Sundhedsfremme* Nationalt videncenter KOSMOS 2009
- Vaage, Sveinung (red.):** ”*Learning by Dewey*”, 1. udgave, 1. oplag 2000. Abstrakt Forlag A/S
- Vygotsky, Lev S.:** ”Tenkning og tale” Revideret og redigeret af Alex Kozulin, 1. udgave, 2. oplag 2004, Gyldendal Norsk Forlag AS
- Widmaier, Eric P. et al.:** ”*Vander’s Human Physiology – The Mechanisms of Body Function*”, 10th Edition 2006
- Øhrgaard, Per:** ”Kan pædagogen se barnet?”, Kap. 4 i **Sanderhauge, Tue og Øhrgaard, Per (red.):** ”Pædagogik-læring, udvikling og forandring”, 1. udgave, 1. oplag 2008. Forfatterne og Hans Reitzels Forlag
- Østergaard Andersen, Peter et al (Red.):** ”Klassisk og moderne pædagogisk teori”, 1. udgave, 1. oplag 2007. Forfatterne og Hans Reitzels Forlag

Internet adresser

Sti 1: **Kommunernes Landsforenings undersøgelse af prævalensen af overvægtige børn i udvalgte kommuner** (hentet den 20.08.09)

<http://www.kl.dk/Momentum/Artikler/62162/2009/08/Flere-og-flere-born-bliver-tykke/>

Sti 2: **Indenrigs- og Socialministeriets hjemmeside** (hentet den 14.01.10)

http://www.ism.dk/temaer/velfaerdsudv/kvalitetsreform/nye_initiativer/initiativbeskrivelse_27/Sider/Start.aspx

Sti 3: **Drivhusets hjemmeside** (hentet 15.12.09)

<http://www.drivhuset.net/>

Sti 4: **Lilholtgårds hjemmeside**, hentet 15.12.09

<http://www.lilholtgaard.vejle.dk/>

Sti 5: **Barnekost** (hentet den 14.01.10)

<http://www.barnekost.dk/index.php?boernogsoedesager>

Sti 6: **Barnekost** (hentet den 14.01.10)

<http://www.barnekost.dk/index.php?boernogsoedesager>

Sti 7: **Food of Life – Det biovidenskabelige Fakultets hjemmeside** (hentet den 14.01.10)

http://www.foodoflife.dk/Masseeksperiment/Baggrundsartikler/Smagsoplevelser_spisevaner.aspx

Sti 8: **Sapere** (hentet den 14.11.09)

<http://www.maltidenshus.com/>

Sti 9: **Sapere** (hentet den 14.11.09)

<http://www.sapere.se/mallar/start1.html>

Sti 10: **BUPL** om pædagogiske læreplaner (hentet den 10.11.09)

http://www.bupl.dk/paedagogik/paedagogiske_temaer/paedagogiske_laereplaner?OpenDocument

Sti 11: **Indenrigs- og Socialministeriet** om pædagogiske læreplaner (hentet 15.12.09)

<http://www.ism.dk/Temaer/sociale-omraader/Boern-unge-og-familie/Dagtilbudsomraadet/Dagtilbud/Paedagogiske-laereplaner/Sider/Start.aspx#>

Sti 12: **Bente Klarlund Pedersen: Om børn, bevægelse og sundhed** (hentet 17.12.09)

<http://www.udeskole.dk/site/helemenneske/316/>

Sti 13: **BUPL; om stressede børn** (hentet 09.11.09)

http://www.stressforeningen.dk/underside_boern_og_unge.html

Bilag

Før-spørgeskemaer til pædagogerne (inkl. resultater)

Svarprocent: (100 %)

Indledende:

Hvad er din alder? ____ år

○ Informanternes aldersfordeling:

30-34 år:	(33 %)
35-39 år:	(22,2 %)
40-44 år:	(11,1 %)
45-49 år:	(11,1 %)
Over 50:	(22,2 %)

Hvad er dit køn?

(Sæt ring om det rigtige svar)

<input type="radio"/> Mand	(0 %)
<input checked="" type="radio"/> Kvinde	(100 %)

Hvad er din uddannelse?

<input checked="" type="radio"/> Pædagog	(88,9 %)
<input checked="" type="radio"/> Pædagogmedhjælper	(11,1 %)
<input type="radio"/> Ufaglært	(0 %)
<input type="radio"/> Andet (Hvilken? _____)	(0 %)

Hvad er din funktion i institutionen?

<input checked="" type="radio"/> Almindelig medarbejder	(66,7 %)
<input checked="" type="radio"/> Leder eller souschef	(33,3 %)

Hvor lang tid har du arbejdet i institutionen? ____

○ Informantens ansættelse i institutionen:

Under 1 år:	(11,1 %)
1-3 år:	(44,4 %)
3-5 år:	(33,3 %)
Over 5 år:	(11,1 %)

Sundhedsbegrebet:

 **Hvordan vil du definere sund mad?**

○ De 3 mest nævnte

- Begrænset fedtindhold
- Groft brød, pasta og ris
- Variert med masser af grønsager

 **Hvordan vil du definere en sund livsstil?**

○ De 3 mest nævnte

- Spise sundt
- Regelmæssig motion
- Ikke have stress

Hvilke elementer lægger du vægt på når du hører ordet sundhed? (Sæt nummer ved sætningerne, hvor 1 er det du vægter mest, 2 næstmest osv.) - 1 har ikke besvaret spørgsmålet korrekt

	Rang 1	Rang 2	Rang 3	Rang 4	Rang 5
At spise sundt og varieret	81,3 %	2,3 %	2,3 %	0 %	0 %
At motionere regelmæssigt	0 %	50 %	12,5 %	25 %	6,3 %
At være sygdomsfri	0 %	6,3 %	0 %	37,5 %	37,5 %
At have det godt med sig selv	18,8 %	25 %	31,3 %	12,5 %	6,3 %
At være fri for stress	0 %	0 %	31,3 %	18,8 %	43,8 %

Andet:					
Ikke ryge og ikke være afhængig af alkohol/andre rusmidler	0 %	0 %	12,5 %	0 %	0 %

3: Hvor stor indflydelse mener du nedenstående har på barnets sundhed?

(Sæt ring om det svar du mener er rigtigt for hvert punkt)

✿ Forældrene	<input checked="" type="radio"/> Meget stor indflydelse	(100 %)
	<input type="radio"/> En vis indflydelse	(0 %)
	<input type="radio"/> Mindre indflydelse	(0 %)
	<input type="radio"/> Ingen indflydelse	(0 %)
✿ Det pædagogiske personale i børnehaven	<input type="radio"/> Meget stor indflydelse	(31,2 %)
	<input type="radio"/> En vis indflydelse	(68,8 %)
	<input type="radio"/> Mindre indflydelse	(0 %)
	<input type="radio"/> Ingen indflydelse	(0 %)
✿ Kammeraterne	<input type="radio"/> Meget stor indflydelse	(6,3 %)
	<input type="radio"/> En vis indflydelse	(25 %)
	<input type="radio"/> Mindre indflydelse	(68,8 %)
	<input type="radio"/> Ingen indflydelse	(0 %)
✿ Samfundet som helhed	<input type="radio"/> Meget stor indflydelse	(43,8 %)
	<input type="radio"/> En vis indflydelse	(25 %)
	<input type="radio"/> Mindre indflydelse	(31,3 %)
	<input type="radio"/> Ingen indflydelse	(0 %)

Evt. Uddybende kommentar:

4: Hvor stort ansvar mener du nedenstående har for barnets sundhed?

(Sæt ring om det svar du mener er rigtigt for hvert punkt)

✿ Forældrene	<input checked="" type="radio"/> Meget stort ansvar	(100 %)
	<input type="radio"/> Et vist ansvar	(0 %)
	<input type="radio"/> Mindre ansvar	(0 %)
	<input type="radio"/> Intet ansvar	(0 %)
✿ Det pædagogiske personale i børnehaven	<input type="radio"/> Meget stort ansvar	(37,5 %)
	<input type="radio"/> Et vist ansvar	(62,5 %)
	<input type="radio"/> Mindre ansvar	(0 %)
	<input type="radio"/> Intet ansvar	(0 %)
✿ Kammeraterne	<input type="radio"/> Meget stort ansvar	(0 %)
	<input type="radio"/> Et vist ansvar	(6,3 %)
	<input type="radio"/> Mindre ansvar	(62,5 %)
	<input type="radio"/> Intet ansvar	(31,3 %)
✿ Samfundet som helhed	<input type="radio"/> Meget stort ansvar	(37,5 %)
	<input type="radio"/> Et vist ansvar	(50 %)
	<input type="radio"/> Mindre ansvar	(12,5 %)
	<input type="radio"/> Intet ansvar	(0 %)

Evt. Uddybende kommentar:

Mad og sanser

5: Kender du eller har du hørt ordet maddannelse?

(Sæt ring om det rigtige svar)

✿ Ja	(75 %)
✿ Nej	(25 %)

Uanset dit svar, hvad mener du det betyder?

6: Kender du eller har du hørt om Sapere-metoden?

(Sæt ring om det rigtige svar)

- | | | |
|----------------------------------|-----|--------|
| <input checked="" type="radio"/> | Ja | (25 %) |
| <input checked="" type="radio"/> | Nej | (75 %) |

Hvis ja, hvorfra/ i hvilken forbindelse har du hørt det?

7: Har du erfaringer med sansetræning af børn?

(Sæt ring om det rigtige svar)

- | | | |
|----------------------------------|-----|----------|
| <input checked="" type="radio"/> | Ja | (87,5 %) |
| <input checked="" type="radio"/> | Nej | (12,5 %) |

8: Anvender du sansetræning (bevidst eller ubevidst) når du omgås børnene?

(Sæt ring om det rigtige svar) - 1 har ikke besvaret spørgsmålet

- | | | |
|----------------------------------|-----|----------|
| <input checked="" type="radio"/> | Ja | (87,5 %) |
| <input checked="" type="radio"/> | Nej | (0 %) |

9: Laves der målrettede aktiviteter i børnehaven, for at træne barnets sanser?

(Sæt ring om det svar du mener er rigtigt for hver sans) - 1 har ikke besvaret spørgsmålet

Synssansen:

- | | | |
|----------------------------------|-----|----------|
| <input checked="" type="radio"/> | Ja | (81,3 %) |
| <input checked="" type="radio"/> | Nej | (6,3 %) |

Hvis ja, giv da gerne et eksempel:

Her nævnes at se på maden, udeleg, boldspil, gådeleg og årstidernes skiften

Høresansen:

- | | | |
|----------------------------------|-----|----------|
| <input checked="" type="radio"/> | Ja | (62,5 %) |
| <input checked="" type="radio"/> | Nej | (37,5 %) |

Hvis ja, giv da gerne et eksempel:

Her nævnes at lytte til musik, lytte til fuglene/dyrene, rim og remser, tale stille/tale højt, lytte til trafikken

Lugtesansen:

- | | | |
|----------------------------------|-----|----------|
| <input checked="" type="radio"/> | Ja | (87,5 %) |
| <input checked="" type="radio"/> | Nej | (12,5 %) |

Hvis ja, giv da gerne et eksempel:

Her nævnes lugte til maden og gætte forskellige lugte

Smagssansen:

- | | | |
|----------------------------------|-----|---------|
| <input checked="" type="radio"/> | Ja | (100 %) |
| <input checked="" type="radio"/> | Nej | (0 %) |

Hvis ja, giv da gerne et eksempel:

Her nævnes at lugte til maden og sansesege

Følesansen:

- | | | |
|----------------------------------|-----|----------|
| <input checked="" type="radio"/> | Ja | (56,3 %) |
| <input checked="" type="radio"/> | Nej | (43,7 %) |

Hvis ja, giv da gerne et eksempel:

Her nævnes at mærke på tingene, massage/tegne på ryggen af hinanden, sanse naturen, føle-pose leg, sanseleg med fjer og leg i sandkassen

10: Hvilken madordning er der i børnehaven?

(Sæt ring om det rigtige svar)

- | | | |
|----------------------------------|--|--------|
| <input checked="" type="radio"/> | Vi har ingen madordning, børnene har selv madpakke med | (0 %) |
| <input checked="" type="radio"/> | Vi får mad fra en ekstern leverandør | (25 %) |
| <input checked="" type="radio"/> | Maden bliver tilberedt i børnehaven af køkkenpersonale | (75 %) |

Hvis der ingen madordning er, går du videre til spørgsmål 12.

Hvis maden tilberedes i institutionen, deltager børnene så i tilberedningen?

(Sæt ring om det rigtige svar)

- | | |
|--------------------------------------|--------|
| <input checked="" type="radio"/> Ja | (25 %) |
| <input checked="" type="radio"/> Nej | (75 %) |

Hvorfor/hvorfor ikke?

11: Hvordan serveres maden i børnehaven?

(Sæt ring om det rigtige svar) - 1 har ikke besvaret spørgsmålet

- | | |
|---|----------|
| <input checked="" type="radio"/> Børnene får serveret i portioner | (25 %) |
| <input checked="" type="radio"/> Maden står på bordet, så børnene selv kan tage det de vil have | (68,8 %) |
| <input checked="" type="radio"/> Maden står på bordet, men personalet øser op for børnene | (0 %) |

12: Tales der med børnene om maden i spisesituationen?

(Sæt ring om det rigtige svar)

- | | |
|--------------------------------------|---------|
| <input checked="" type="radio"/> Ja | (100 %) |
| <input checked="" type="radio"/> Nej | (0 %) |

Hvis ja, giv da gerne et eksempel:

13: Tales der med børnene om mad udenfor spisesituationerne?

(Sæt ring om det rigtige svar) - 1 har ikke besvaret spørgsmålet

- | | |
|--------------------------------------|----------|
| <input checked="" type="radio"/> Ja | (68,8 %) |
| <input checked="" type="radio"/> Nej | (18,8 %) |

Hvis ja, giv da gerne et eksempel:

Aktivitet

14:

Laver I aktiviteter, hvor du er fysisk aktiv sammen med børnene?

(Sæt ring om det rigtige svar)

- | | |
|--------------------------------------|----------|
| <input checked="" type="radio"/> Ja | (87,5 %) |
| <input checked="" type="radio"/> Nej | (0 %) |

1 har ikke besvaret spørgsmålet

Hvis ja, hvor ofte?

(Sæt ring om det rigtige svar)

- | | |
|---|----------|
| <input checked="" type="radio"/> Flere gange om ugen | (75 %) |
| <input checked="" type="radio"/> 1 gang om ugen | (12,5 %) |
| <input checked="" type="radio"/> 2-4 gange om måneden | (0 %) |
| <input checked="" type="radio"/> Sjældnere | (0 %) |

1 har ikke besvaret spørgsmålet

Giv gerne eksempler på nogle aktiviteter:

Her nævnes eks. boldspil, gåture, leg på legepladsen, fangeleg, rytmik, forhindringsløb, leg i skoven osv.

Efter-spørgeskema til pædagogerne (inkl. resultater)

Mangler spørgeskema fra børnehave A, derfor er denne ikke medregnet.

Gennemsnitlig svarprocent: 75 %

1: Har du talt med børnene om deres oplevelser med spillet?

(Sæt ring om det rigtige svar)

- Ja (100 %)
- Nej (0 %)

Hvis ja, hvordan kom I til at tale om det?:

(Sæt ring om det rigtige svar)

- Børnene kom selv og fortalte om det (50 %)
- Jeg spurgte ind til det (91,7 %)

Nogle har sat ring om begge besvarelser, derfor er summen højere end 100 %

2a: Oplever du ændringer hos børnene i forhold til?:

(sæt gerne ring om flere svar)

- Mad (41,7 %) - Sanser (0 %) - Aktivitet (16,7 %) - Kroppen (0 %) - Sprog (0 %)
- Andet Hvad? Nysgerrighed (8,3 %)

Uddyb gerne:

2b: Hvordan oplever du denne/disse ændring(er) hos børnene?

(sæt gerne ring om flere svar)

Mad

- Børnene taler mere om mad (33,3 %) - Børnene taler mindre om mad (0 %)
- Børnene spørger mere om mad (41,7 %) - Børnene spørger mindre om mad (0 %)
- Interessen for mad er større (0 %) - Interessen for mad er mindre (0 %)
- Børnene tør prøve ny mad (0 %) - Børnene tør ikke prøve ny mad (0 %)
- Andet (Hvad? _____)

Uddyb gerne:

Sanser

- Høresansen:

- Børnene lægger mærke til lyde han/hun normalt ikke lægger mærke til (0 %)
- Børnene fortæller mere om de lyde han/hun har hørt (0 %)

Kommentar:

- Synssansen:

- Børnene lægger mærke til nye ting han/hun normalt ikke lægger mærke til (16,7 %)
- Børnene fortæller mere om ting han/hun har set (0 %)

Kommentar: (til synssansen)

- Lugtesansen:

- Børnene lægger mærke til lugte han/hun normalt ikke lægger mærke til (16,7 %)
- Børnene fortæller mere om lugte han/hun har lugtet (0 %)

Kommentar:

- Smagssansen:

- Børnene udviser interesse for nye smage og smagsindtryk (0 %)

- Børnene fortæller mere om forskellige smage han/hun har smagt (0 %)

Kommentar:

- Følesansen:

- Børnene vil gerne røre ved forskellige og nye ting (0 %)
- Børnene fortæller mere om forskellige og nye ting han/hun har rørt ved (0 %)

Kommentar:

 **Aktivitet**

- Børnene har lyst til at røre sig mere (33,3 %)
- Børnene har lyst til at røre sig mindre (0 %)
- Børnene laver aktiviteter han/hun ikke før har vist interesse for (16,7 %)

Kommentar:


 **Kroppen**

- Børnene udviser større interesse for kroppens funktioner (33,3 %)
- Børnene udviser større interesse for kroppens reaktioner (33,3 %)

Kommentar:

 **Sprog**

- Børnene har udvidet sit ordforråd
 -  Mærkbart (0 %)
 -  en smule (33,3 %)
 -  slet ikke (0 %)
 -  det er blevet ringere (0 %)

 **Andet (Hvad? _____)**

Uddyb gerne:

Ingen signifikante ændringer i besvarelserne herefter i forhold til opstartspørgeskemaet, derfor er spørgsmål og besvarelser ikke medtaget

Før-spørgeskemaer til forældre (inkl. resultater)

Gennemsnitlig besvarelsesprocent for alle 4 institutioner: 81 %

Børnenes alders- og kønsfordeling:

3 år:	3,7 %
4 år:	40,7 %
5 år:	46,4 %
Mangler oplysn.:	7,1 %
Dreng:	55,6 %
Piger:	40,7 %
Mangler oplysn.:	3,7 %

Tid børnene tilbringer i børnehaven: 5-6 timer om dagen: 14,8 %

6-7 timer om dagen:	25,9 %
7-8 timer om dagen:	40,7 %
8-9 timer om dagen:	18,5 %

Informantens køn:

2 mangler at besvare spørgsmålet om køn

Mænd (14,8 %) Kvinder (77,8 %)

Informanternes aldersfordeling:

25-29 år:	18,5 %
30-34 år:	33,3 %
35-39 år:	29,6 %
40-44 år:	7,4 %
45-49 år:	3,7 %
Mangler oplysn.:	7,4 %

Informanternes uddannelsesniveau: 9-10 klasse: 3,7 %

Gymnasiel, htx el. lign:	3,7 %
Kort videregående: 37 %	
Lang videregående: 29,6 %	
Akademiker:	22,2 %
Studerende:	3,7 %
Ingen uddannelse: 0 %	
Ønsker ikke at besvare:	0 %

Indledende:

- Barnets alder: _____ år
- Barnets køn: (Sæt ring om det rigtige svar)
 - Dreng
 - Pige
- Antal timer (gennemsnit) barnet tilbringer dagligt i børnehaven: _____ timer

Sundhedsbegrebet:

Hvilke elementer lægger du/I selv vægt på når du hører ordet sundhed? (Sæt gerne ring om flere sætninger)

- At spise sundt og varieret (32 %)
- At motionere regelmæssigt (12,9 %)
- At være sygdomsfri (16,7 %)
- At have det godt med mig selv (28,8 %)
- At være fri for stress (0 %)
- Andet (Hvad? _____)

Hvad gør du/I selv i hverdagen for at være sund?

- Jeg forsøger som hovedregel at spise sundt og varieret (85,6 %)
- Jeg forsøger som hovedregel at motionere regelmæssigt (79 %)
- Jeg forsøger som hovedregel at "fravælge" stress (48 %)
- Andet (Hvad? _____)

Sprog:

1. Hvilke af disse ord forstår barnet betydningen af og anvender i dagligdagen? (Sæt gerne ring om flere svar)

- Salt (78,8 %)
- Surt (82,5 %)
- Sødt (94,4 %)
- Bittert (18,8 %)
- Sundt (83,8 %)
- Usundt (83,8 %)
- Smage (93,8 %)
- Lytte (76,9 %)
- Lugte (95,8 %)
- Føle (71,3 %)
- Se (87,7 %)

Mad:

2. Hvilke af disse madvarer kender barnet? (Sæt gerne ring om flere svar)

Frugt

Æble (100 %)	Banan (100 %)	Vindruer (100 %)	Blomme (88,8 %)	Granatæble (6,7 %)
Limefrugt (26,3 %)	Kokosnød (80,8 %)	Pære (100 %)	Passionsfrugt (2,5 %)	Grapefrugt (21 %)
Appelsin (100 %)	Papayafrugt (0,25 %)	Citron (93,8 %)	Nektarin (50,7 %)	Fersken (64,6 %)
Abrikos (40,8 %)	Figen (49,6 %)	Mandarin (52 %)	Klementin (54,2 %)	Mango (30,8 %)
Ananas (96,9 %)	Jordbær (100 %)	Solbær (55,8 %)	Hindbær (68,8 %)	Stikkelsbær (36 %)

Grønsager

Gulerod (100 %)	Agurk (100 %)	Kartoffel (100 %)	Peberfrugt (94,4 %)	Pastinak (5 %)
Majroe (2,5 %)	Kålramb (2,5 %)	Blomkål (81 %)	Broccoli (82,9 %)	Hvidkål (29,2 %)
Rødkål (55 %)	Løg (100 %)	Hvidløg (84,4 %)	Chilipeber (35,2 %)	Rødbede (70,6 %)
Persillerod (10,6 %)	Ærter (100 %)	Majs (100 %)	Tomat (100 %)	Bønner (72,7 %)
Squash (59,2 %)	Selleri (26 %)	Bønnespirer (30,8 %)	Radise (56,9 %)	Avocado (74,6 %)

Drikkevarer

Vand (100 %)	Saftevand (100 %)	Juice (100 %)	Kakaomælk (91,7 %)	Kærnemælk (34 %)
Sojamælk (12,3 %)	Letmælk (70,8 %)	Minimælk (73,3 %)	Skummetmælk (66,5 %)	Smoothie (67,3 %)
Sodavand (100 %)	Iste (52,1 %)	Kaffe (89,6 %)	Te (86,5 %)	Milkshake (62,1 %)

Andet

Oksekød (93,8 %)	Kylling (100 %)	Fisk (100 %)	Rugbrød (100 %)	Krydderbolle (45,9 %)
Hasselnød (46,5 %)	Chokolade (100 %)	Æg (100 %)	Ost (96,9 %)	Oliven (43,1 %)
Pasta (97,5 %)	Ris (100 %)	Vingummi (100 %)	Honning (89,6 %)	Margarine (57,5 %)
Oregano (25 %)	Kanel (70,6 %)	Karry (61,7 %)	Remoulade (100 %)	Majonæse (76 %)
Pizza (96,9 %)	Kartoffelchips (81,9 %)	Kiks (100 %)	Wienerbrød (45,4 %)	Hamburger (91,3 %)

3. Hvor ofte taler I om madens smag, farve, lugt og konsistens med barnet? (Sæt ring om det svar I finder mest rigtigt)

<input checked="" type="radio"/> Flere gange om ugen	(68,6 %)
<input checked="" type="radio"/> 1 gang om ugen	(17,7 %)
<input checked="" type="radio"/> 2-4 gange om måneden	(8,8 %)
<input checked="" type="radio"/> Sjældnere	(2,5 %)
<input checked="" type="radio"/> Aldrig	(0 %)

I har ikke besvaret spørgsmålet

4. Hvilke ting taler I om når/hvis I taler med barnet om mad? (Sæt gerne ring om flere svar)

<input checked="" type="radio"/> Om det er sundt eller usundt	(80,6 %)
<input checked="" type="radio"/> Om det smager godt eller dårligt	(100 %)
<input checked="" type="radio"/> Om hvordan maden ser ud	(49,8 %)
<input checked="" type="radio"/> Om hvordan maden lugter	(46 %)
<input checked="" type="radio"/> Om hvor råvarerne kommer fra	(59,2 %)
<input checked="" type="radio"/> Om hvordan maden er tilberedt	(39 %)

5. Har barnet en eller flere livretter?

<input checked="" type="radio"/> Nej
<input checked="" type="radio"/> Ja (Hvilken/hvilke? De 5 mest nævnte)
<input checked="" type="checkbox"/> Boller i karry
<input checked="" type="checkbox"/> Pandekager
<input checked="" type="checkbox"/> Pasta (med sovs)
<input checked="" type="checkbox"/> Frikadeller
<input checked="" type="checkbox"/> Kylling

6. Oplever I/du, at barnets appetit påvirkes positivt (spiser mere) eller negativt (spiser mindre) når:

<input checked="" type="radio"/> Maden er farverig	Positivt <input type="checkbox"/> (32,3 %)	Negativt <input type="checkbox"/> (0 %)	Ved ikke <input type="checkbox"/> (67,7 %)
<input checked="" type="radio"/> Der er gæster til spising	Positivt <input type="checkbox"/> (37,3 %)	Negativt <input type="checkbox"/> (35,4 %)	Ved ikke <input type="checkbox"/> (21 %)
<input checked="" type="radio"/> Barnet har været med til at vælge maden	Positivt <input type="checkbox"/> (96,9 %)	Negativt <input type="checkbox"/> (0 %)	Ved ikke <input type="checkbox"/> (3,1 %)
<input checked="" type="radio"/> Barnet har deltaget i tilberedningen	Positivt <input type="checkbox"/> (63,1 %)	Negativt <input type="checkbox"/> (0 %)	Ved ikke <input type="checkbox"/> (30,6 %)
<input checked="" type="radio"/> Barnet er træt	Positivt <input type="checkbox"/> (0 %)	Negativt <input type="checkbox"/> (100 %)	Ved ikke <input type="checkbox"/> (0 %)
<input checked="" type="radio"/> Der snakkes ved bordet	Positivt <input type="checkbox"/> (47,1 %)	Negativt <input type="checkbox"/> (8,8 %)	Ved ikke <input type="checkbox"/> (34,8 %)
<input checked="" type="radio"/> Der snakkes om maden ved bordet	Positivt <input type="checkbox"/> (39,8 %)	Negativt <input type="checkbox"/> (5 %)	Ved ikke <input type="checkbox"/> (49 %)
<input checked="" type="radio"/> Der er baggrundsstøj (musik, tændt tv mm.)	Positivt <input type="checkbox"/> (0 %)	Negativt <input type="checkbox"/> (56,5 %)	Ved ikke <input type="checkbox"/> (43,6 %)

- Andet (Hvilket? _____)
 Positivt Negativt
- Ved ikke
7. Hvilke grønsager spiser I mest derhjemme? De 5 mest nævnte
- Gulerødder
 - Peberfrugt
 - Agurk
 - Tomat
 - Ærter
8. Hvilke frugter spiser I mest derhjemme? De 5 mest nævnte
- Bananer
 - Æbler
 - Vindruer
 - Melon
 - Pærer
9. Hvor ofte bestemmer barnet, hvad der skal købes ind?
- Flere gange om ugen (12,5 %)
 - 1 gang om ugen (19,8 %)
 - 2-4 gange om måneden (36,1 %)
 - Sjældnere (22,3 %)
 - Aldrig (3,1 %)
10. Hvor ofte køber I ind?
- Flere gange om ugen (79,6 %)
 - 1 gang om ugen (18 %)
 - 1 gang hver 14. dag (0 %)
11. Hvor ofte har I Barnet med ude og købe ind?
- Flere gange om ugen (34,8 %)
 - 1 gang om ugen (34,6 %)
 - 2-4 gange om måneden (16,5 %)
 - Sjældnere (5 %)
 - Aldrig (6,7 %)
12. Hvor ofte bestemmer barnet hvad der skal serveres til aftensmaden?
- Flere gange om ugen (12,5 %)
 - 1 gang om ugen (37,1 %)
 - 2-4 gange om måneden (36,7 %)
 - Sjældnere (8,8 %)
 - Aldrig (0 %)
13. Hvor ofte deltager barnet i tilberedningen af maden?
- Flere gange om ugen (17,5 %)
 - 1 gang om ugen (25,2 %)
 - 2-4 gange om måneden (31,5 %)
 - Sjældnere (25,8 %)
 - Aldrig (0 %)
14. Hvor ofte spiser I selv slik og/eller andre søde sager?
- Flere gange om ugen (48,6 %)
 - 1 gang om ugen (44,2 %)
 - 2-4 gange om måneden (7,3 %)
 - Sjældnere (0 %)
 - Aldrig (0 %)
15. Hvor ofte spiser barnet slik og/eller andre søde sager?
- Flere gange om ugen (46,7 %)
 - 1 gang om ugen (50,2 %)
 - 2-4 gange om måneden (0 %)
 - Sjældnere (3,1 %)
 - Aldrig (0 %)
- Aktivitet:**
16. Laver I aktiviteter, hvor I er fysisk aktive sammen med barnet?
- Ja (100 %)
 - Nej
- Hvis ja, hvilke aktiviteter laver I så?
- Boldspil
 - Flere gange om ugen (16,7 %)
 - 1 gang om ugen (17,5 %)
 - 2-4 gange om måneden (27,3 %)
 - Sjældnere (27,7 %)
 - Aldrig (0 %)
 - Gymnastik
 - Flere gange om ugen (10,4 %)
 - 1 gang om ugen (32,9 %)

	■ 2-4 gange om måneden	(16,7 %)
	■ Sjældnere	(11,5 %)
	■ Aldrig	(21,9 %)
✿ Løbe	■ Flere gange om ugen	(8,3 %)
	■ 1 gang om ugen	(6,7 %)
	■ 2-4 gange om måneden	(32,5 %)
	■ Sjældnere	(25,8 %)
	■ Aldrig	(24,2 %)
✿ Cykle	■ Flere gange om ugen	(43,6 %)
	■ 1 gang om ugen	(27,5 %)
	■ 2-4 gange om måneden	(14 %)
	■ Sjældnere	(15 %)
	■ Aldrig	(0 %)
✿ Svømme	■ Flere gange om ugen	(0 %)
	■ 1 gang om ugen	(9,8 %)
	■ 2-4 gange om måneden	(16,5 %)
	■ Sjældnere	(65,4 %)
	■ Aldrig	(6,3 %)
✿ Gå ture	■ Flere gange om ugen	(52,5 %)
	■ 1 gang om ugen	(27,3 %)
	■ 2-4 gange om måneden	(17,7 %)
	■ Sjældnere	(2,5 %)
	■ Aldrig	(0 %)
✿ Gør rent	■ Flere gange om ugen	(37,3 %)
	■ 1 gang om ugen	(5,6 %)
	■ 2-4 gange om måneden	(14,4 %)
	■ Sjældnere	(21,5 %)
	■ Aldrig	(21,3 %)
✿ Danse	■ Flere gange om ugen	(36,7 %)
	■ 1 gang om ugen	(21,3 %)
	■ 2-4 gange om måneden	(14,2 %)
	■ Sjældnere	(15,4 %)
	■ Aldrig	(12,5 %)
✿ Klatre i træer	■ Flere gange om ugen	(17,5 %)
	■ 1 gang om ugen	(2,5 %)
	■ 2-4 gange om måneden	(0 %)
	■ Sjældnere	(46,1 %)
	■ Aldrig	(31,5 %)
✿ Lettere havearbejde	■ Flere gange om ugen	(3,1 %)
	■ 1 gang om ugen(24,4 %)	
	■ 2-4 gange om måneden	(42,7 %)
	■ Sjældnere	(16,9 %)
	■ Aldrig	(12,9 %)
✿ Andet (Hvilket? _____)		
17. Laver I aktiviteter sammen med barnet når I skal hygge jer?		
	■ Ja	(100 %)
	■ Nej	
18. Hvis ja, hvilke og hvor ofte?		
✿ Ser tv	■ Flere gange om ugen	(93,8 %)
	■ 1 gang om ugen	(8,3 %)
	■ 2-4 gange om måneden	(0 %)
	■ Sjældnere	(0 %)
	■ Aldrig	(0 %)
✿ Spiller pc-spil eller konsol-spil (Wii, Playstation mm.)	■ Flere gange om ugen	(28,3 %)
	■ 1 gang om ugen	(20,4 %)
	■ 2-4 gange om måneden	(18,1 %)
	■ Sjældnere	(22,7 %)

■	Aldrig	(16,7 %)
✿	Spiller kort og/eller andre spil	
■	Flere gange om ugen	(15,4 %)
■	1 gang om ugen	(28,3 %)
■	2-4 gange om måneden	(36,3 %)
■	Sjældnere	(16,9 %)
■	Aldrig	(3,1 %)
✿	Læser	
■	Flere gange om ugen	(82,5 %)
■	1 gang om ugen	(17,5 %)
■	2-4 gange om måneden	(2,5 %)
■	Sjældnere	(0 %)
■	Aldrig	(0 %)
✿	Tegner	
■	Flere gange om ugen	(74,8 %)
■	1 gang om ugen	(21,3 %)
■	2-4 gange om måneden	(9,8 %)
■	Sjældnere	(0 %)
■	Aldrig	(0 %)
✿	Laver mad	
■	Flere gange om ugen	(27,9 %)
■	1 gang om ugen	(11,7 %)
■	2-4 gange om måneden	(38,8 %)
■	Sjældnere	(21,7 %)
■	Aldrig	(0 %)
✿	Bager brød/kager	
■	Flere gange om ugen	(0 %)
■	1 gang om ugen	(20,2 %)
■	2-4 gange om måneden	(32,1 %)
■	Sjældnere	(47,7 %)
■	Aldrig	(0 %)
✿	Leger med legetøj	
■	Flere gange om ugen	(76,5 %)
■	1 gang om ugen	(12,9 %)
■	2-4 gange om måneden	(3,1 %)
■	Sjældnere	(5 %)
■	Aldrig	(2,5 %)
✿	Andet (<i>Hvilket?</i> _____)	
■	Synger	(6,3 %)

Efter-spørgeskema til forældre (inkl. resultater)

Svarprocent: 39,7 %

Informanternes aldersfordeling:

25-29 år:	14,3 %
30-34 år:	28,6 %
35-39 år:	42,9 %
40-44 år:	7,1 %
45-49 år:	0 %
Mangler oplysn.:	7,1 %

Informanternes køn: Mænd (7,1 %) Kvinder (85,7 %)
1 mangler at besvare

Indledende spørgsmål

Hvad er din alder? ____ år

Hvad er dit køn?

(Sæt ring om det rigtige svar)

- Mand
- Kvinde

Hvad er din sidst gennemførte uddannelse?

(Sæt ring om det rigtige svar)

- 9. eller 10. klasse
- Gymnasiet, HHX, HTX mm.
- Kort videregående uddannelse (1½-3 år)
- Længere videregående uddannelse (3 år eller mere)
- Akademiker
- Er pt. under uddannelse (hvilken? _____)
- Ingen uddannelse
- Ønsker ikke at svare

Hvad er barnets alder? ____ år

Hvad er barnets køn?


(Sæt ring om det rigtige svar)

- Dreng
- Pige

Antal timer barnet tilbringer dagligt i børnehaven: ____ timer

Sundhedsbegrebet

 Hvordan vil du definere sund mad?

 Hvordan vil du definere en sund livsstil?

1: Har du talt med dit barn om hans/hendes oplevelser med spillet?

(Sæt ring om det rigtige svar)

- Ja (41,6 %)
- Nej (58,4 %)

Hvis ja, hvordan kom I til at tale om det?:

(Sæt ring om det rigtige svar)

- Barnet kom selv og fortalte om det (24 %)
- Vi som forældre spurgte ind til det (32,3 %)

2a: Oplever du ændringer hos dit barn i forhold til?:

(sæt gerne ring om flere svar)

- Mad (43,8 %) - Sanser (33,3 %) - Aktivitet (0 %) - Kroppen (40,6 %) - Sprog (28,1 %)
- Andet (Hvad? _____)

Uddyb gerne:

2b: Hvordan oplever du denne/disse ændring(er) hos barnet?


(sæt gerne ring om flere svar)

Mad

- Barnet taler mere om mad (22,9 %)	- Barnet taler mindre om mad (0 %)
- Barnet spørger mere om mad (44,8 %)	- Barnet spørger mindre om mad (0 %)
- Interessen for mad er større (27,1 %)	- Interessen for mad er mindre (0 %)
- Barnet tør prøve ny mad (14,6 %)	- Barnet tør ikke prøve ny mad (0 %)

- Andet (Hvad? _____)

Uddyb gerne:

 **Sanser**

- Høresansen:

- Barnet lægger mærke til lyde han/hun normalt ikke lægger mærke til (0 %)
- Barnet fortæller mere om de lyde han/hun har hørt (0 %)

Kommentar:

- Synssansen:

- Barnet lægger mærke til nye ting han/hun normalt ikke lægger mærke til (8,3 %)
- Barnet fortæller mere om ting han/hun har set (3,1 %)

Kommentar: (til synssansen)

- Lugtesansen:

- Barnet lægger mærke til lugte han/hun normalt ikke lægger mærke til (0 %)
- Barnet fortæller mere om lugte han/hun har lugtet (8,3 %)

Kommentar:

- Smagssansen:

- Barnet udviser interesse for nye smage og smagsindtryk (11,5 %)
- Barnet fortæller mere om forskellige smage han/hun har smagt (29,2 %)

Kommentar:

- Følesansen:

- Barnet vil gerne røre ved forskellige og nye ting (15,6 %)
- Barnet fortæller mere om forskellige og nye ting han/hun har rørt ved (8,3 %)

Kommentar:

 **Aktivitet**

- Barnet har lyst til at røre sig mere (3,1 %)
- Barnet har lyst til at røre sig mindre (0 %)
- Barnet laver aktiviteter han/hun ikke før har vist interesse for (25 %)

Kommentar: (til aktivitet)

 **Kroppen**

- Barnet udviser større interesse for kroppens funktioner (38,5 %)
- Barnet udviser større interesse for kroppens reaktioner (0 %)

Kommentar:

 **Sprog**

- Barnet har udvidet sit ordforråd

- Mærkbart (0 %)
- en smule (31,2 %)
- slet ikke (25 %)
- det er blevet ringere (0 %)

 **Andet (Hvad? _____)**

Uddyb gerne:

Ingen signifikante ændringer i besvarelserne herefter i forhold til opstartsspørgeskemaet, derfor er spørgsmål og svar ikke medtaget

Guide til interview med børnene i børnehave A

1: Kan du huske, at du har spillet ”Sans for sjov” før?

2: Hvad synes du om det? (Synes du det er sjovt/svært/kedeligt etc.)

2a: Synes du om det? (Hvorfor?)

3: Hvad er din livret?

3a: Hvad kan du allerbedst lide at spise?

4: Er der noget mad du ikke kan lide? (Hvad?)

5: Kender du noget mad, som er sundt? (Hvad?)

6: Kender du noget mad, som er usundt? (Hvad?)

7: Hvad kan du godt lide at lave når du er i børnehaven?

8: Går du til noget sport når du ikke er i børnehaven? (fodbold, svømning, gymnastik etc.)

9: Hjælper du din mor og far med at lave mad derhjemme? (Hvad hjælper du med?)

10: Snakker du med din mor og far om hvad du har lavet i børnehaven når I kommer hjem?

11: Snakker du med din mor og far om maden når I sidder og spiser aftensmad?

(fx om hvordan maden er lavet, hvordan den lugter, om det smager godt etc.)

12: Ved du hvad det betyder at være sund?

12a: Hvad skal du gøre hvis du gerne vil være sund?