

Prosjekt om selvregulering

Froland PPT i samhandling med barnehagene

Selvregulering

- Barn som i tidlige år har høy grad av selvregulering har større sjanse til å klare seg både faglig og sosialt på skolen.
- Hjelper barnet å:
 - Regulerer følelser.
 - Finne måter å trøste seg selv.
 - Velge bra aktiviteter for seg selv.
 - Finne måter å mestre utfordringer.
 - Finne alternativer til aggresjon/sinne.
 - Adekvat samhandling med andre skaper gode relasjoner.

Gjennomføring av prosjektet første år

- Prosjektet startet høsten 2022 på to 3 – 6 års avdelinger i to forskjellige barnehager, Eikely og Kringletoppen.
- Oppstartsmøte for hele personalet på den aktuelle avdelingen hvor det ble gitt en teoretisk innføring av hva selvregulering handler om.
- Månedlige observasjon fra 08.00 – ca 11.30 frem til jul og to i løpet av våren 2023.
- Samling/veiledning med hele personalet på avdelingen + styrer samme ettermiddag fra 16.30 – 18.00.

Fokus under observasjonene:

- Tydelig voksne
- Gode relasjoner
- Gode rutiner
- Forutsigbarhet
- Dagsplan
- Trygge rammer
- Forberede overganger
- Deles det i mindre grupper
- Leken

Selvreguleringsleker

- Regelleker
- Spill
- Fri lek
- Voksenstyrt lek
- Idresttsaktiviteter
- Mindfullness
- Rollespill
- Tegning



Evaluering av første år

- Foreldrene må involveres og informeres.
- Observasjonene kom for tett, det burde være lenger tid mellom dem slik at de fikk tid til å jobbe med endringer/prøve ut tiltak.

Gjennomføring av prosjektet, andre år/dette året

- Prosjektet er dette barnehageåret videreført til 2 nye avdelinger i to nye barnehager, Bliksåsen og Musikkbarnehagen
- I år startet vi med et foreldremøte hvor det ble snakket om hva foreldrene kan gjøre i forhold til å hjelpe barnet med å utvikle god evne til selvregulering:
 - Blant annet: Se barnet, møte dem på følelsene, sette ord på de, gode rutiner, medbestemmelse, men husk å være de store, sterke, gode og kloke voksne
 - Legg vekk Mobil og iPad osv, vær tilstede
- For barnehagene ble det satt av tid til 5 observasjoner med samling/veiledning samme ettermiddag dette barnehageåret