



# Årsplan for Ekrehagen friluftsbarnehage

# 2025





Om sommeren har vi stengt i to uker, uke 28 og 29.

Vi har stengt alle

### **Velkommen til Ekrehagen friluftsbarnhage**

Ekrehagen friluftsbarnhage er en privat, foreldreeid andelsbarnhage. Alle foreldrene eier en andel ved de kjøper seg inn når de får barnhageplass. Vi har et eierstyre bestående av foreldre og ansatte.

Barnhagen drives med et ideelt, ikke-økonomisk formål. Driften er regulert gjennom Lov om barnhager, rammeplan for barnhagens innhold og oppgaver og vedtekter for andelslaget og barnhagen.

Vi har tre avdelinger, 44 barn og 13 ansatte. Vi holder til i naturskjønne omgivelser, på toppen av Tromsøya, i nærbeliggenhet til UNN og Universitetet. Vi har skogen, lysløypa og kombinert fotballbane og skøytebane rett utenfor gjerdet vårt. I tillegg har vi to gapahuker og en lavvo i gangavstand. Disse benyttes flittig.

Barnhagen er medlem av Private barnhagers landsforbund (PBL) og IBID, et nettverk for private, ideelle barnhager.

Ekrehagen friluftsbarnhage har åpnet mandag til fredag fra klokken 7.30 til 16.30.

### **Praktisk informasjon:**

helligdager, samt julaften og nyttårsaften. I romjulen har vi 5 timer åpningstid, fra klokken 9.30 til 14.30, dersom det er flere enn 7 barn som har behov for plass. Mandag og tirsdag i påskeuken har vi vanlig åpningstid. Onsdag før skjærtorsdag stenger vi klokken 12.

Vi har også 5 fagdager i løpet av barnhageåret, hvor barnhagen holder stengt.

**Fagdager 2025: 2. januar, 2. mai, 30. mai, 3. oktober og 17. november**

### **Friluftsliv i barnhagen vår**

Vi ønsker å opparbeide naturglede, stimulere nysgjerrighet og bidra til motorisk utvikling hos barn. Dette gjør vi ved å sørge for ukentlige turer, lek og aktiviteter i naturen! Barnas frihet og selvstendighet i samspill med naturen vektlegges hos oss. Noe av det fineste med å være i naturen, er at den er tilpasset hvert enkelt barn, hvert modningsnivå og den har uendelige utforskningsmuligheter.

Gjennom forskjellige pedagogiske opplegg vil barna få være med på undring, utforsking og læring. Fjell og skiturer, bålfyring og utelunsj, fuglekassesnekring, innsanking av bær og sopp, tapping av bjørkesevje og rypesnarefangst er en del av vårt friluftstilbud. Vi gjennomfører lengre turer med fokus på ekspedisjoner, pakking av egen sekk, kle på seg rett klær for værforholdene og sunn og energirik mat. Dette er noe de eldste barna får lære. Uteuka i september-oktober er mange barns første møte med friluftslivet. Hver avdeling lager sin egen leir, de eldste barna leveres og hentes i skogen. Vi tilbereder og spiser mat ute, sover i lavvo og utforsker og leker og lærer i området rundt leiren.

Naturvern er en naturlig del av friluftslivet vårt, og det er derfor naturlig å drive aktivt vern om naturen og søppelplukking. Vi rapporterer til kommunen hvis vi ser skade på naturen.

Naturen er en læringsarena, Årshjulet, som er synlig på hver måned, tar for seg barnehagens konkrete aktiviteter knyttet til friluftsliv i utvidet forstand, og viser de naturfaglige elementene knyttet til årstidene. «Friluftstrappa» illustrerer progresjon fra avdeling Blåmann, via Tinden til Varden.

Skigåing er en naturlig del av vinteråret, og alle barn i Ekrehagen friluftsbarnehage vil få god kjennskap og erfaring med å bruke ski, både som fremkomstmiddel og i lek. Det ligger en fotballbane rett ved barnehagen, den blir skøytebane i vinterhalvåret. Barnehagen kan tilby skøyter til de som ikke har selv. Vi gjennomfører en felles isfisketur til Ramfjordisen hvert år, og vi avslutter barnehageåret med fjæratur til Hamna.

For at vi skal kunne drive barnehage med vekt på utelivet, forventes det også litt ekstra fra foreldrene. Alle barna må ha en anatomisk sekk hengende i

barnehagen til enhver tid, slik at vi har mulighet til å komme oss på spontane turer når barna har lyst. Praktiske klær til alle årstider, skiutstyr og gamasjer er en nødvendighet på vinteren, og i sekken skal det alltid ligge skifteklær og "spisehansker" (tynne bomullshansker). Termos med varm drikke må tas med hjemmefra på tur og klubb dager. Det forventes også at foreldre noen ganger, etter avtale, må hente barna andre steder, da vi noen ganger drar på turer i periferien.

Vi er opptatt av gjenbruk og oppfordrer foreldre til å bytte, arve og låne fra hverandre i stedet for å kjøpe nytt. Barnehagen har også en del låneutstyr, som ski og skøyter, hvis noen glemmer hjemme. Fellesarrangementer avholdes utendørs, innenfor gjerdet i barnehagen eller oppe i gapahuken og lavvoen. Hos oss tar foreldre og andre gjester alltid med sitt eget bestikk og fat og kopp når det er høst- og grøtfest, slik at plast og papp kan unngås. De eldste barna har to uteforestillinger for søsken, foreldre og besteforeldre i løpet av året. Kostymer fremskaffes i samarbeid med hjemmet, og er alltid tilpassa værforhold.

Vi tror og ønsker at et barn som har gått i Ekrehagen friluftsbarnehage har kunnskap om naturen, liker å være ute og har et ønske om å verne om den!



Vi i Ekrehagen friluftsbarnehage jobber aktivt med å forbedre kvaliteten i barnehagen når det gjelder tidlig innsats, sosial kompetanse, håndtering av uønsket atferd og relasjonsbygging på alle nivåer. Våre barn skal få oppleve å bli sett, hørt og få hjelp til å utvikle seg i fellesskap med andre.

Personalet har som mål å være autoritative voksne som viser varme, trygghet og setter grenser for barna.

Ved å være engasjerte, kompetente og omsorgsfulle voksne bidrar vi til å skape nulltoleranse for krenkende atferd og mobbing i barnehagen vår.

I møte med en autoritativ voksen vil barna lære seg å vente på tur, være vennlige, ta initiativ og møte nye utfordringer med nysgjerrighet, interesse og selvtillit. Den autoritative voksne skal hjelpe barna å bli bevisste på sine følelser og klare å regulere dem i samspill med andre barn. Personalet bruker veiledning som en aktiv metode for å utvikle kompetansen i barnehagen.



## Vibekebuss

Barnehagen har et samarbeid med Arctic Camp Brattli som tilbyr dagsturer i tromsø og omegn.

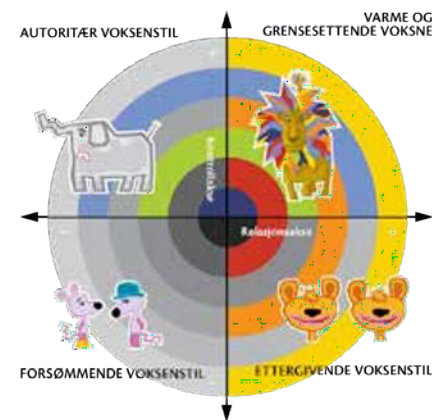
Arctic Camp Brattli drives av Vibeke Brattli som har 25 års erfaring fra arbeid i barnehagen som pedagogisk leder og styrer. Vibeke tilbyr pakketurer hvor hun henter grupper av barn og ansatte i barnehagen med egen turbuss og tar gruppen med på tur. Turene har ulike destinasjoner som blant annet fjellturer, tur i fjæra, isfiske, trugeturer, hundekjøring og sherpatrappa i Tromsdalen.

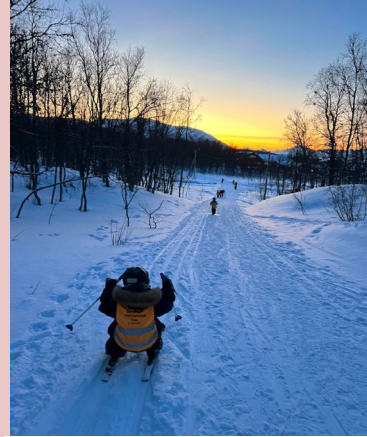
På disse turene blir det fokus på friluftsliv, naturfenomener, felles opplevelser i naturen, samarbeid og gruppefølelse. I vår barnehage er det i hovedsak barn fra Tinden og Varden som rullerer på turene.



«VÆRE

SAMMEN»





## VÅRT FRILUFTSLIV



## Progresjon

Med progresjon menes fremgang, fremskritt og utvikling. Vår oppgave er å møte barna på deres ståsted, og gi dem utfordringer etter ferdigheter, alder og modning. Barna skal få oppleve mestring, men samtidig er det viktig å få oppgaver som gjør at de får mulighet til å lære nye ting og opparbeide seg en god selvfølelse. Progresjonen skal følge barnet, ikke en bestemt aldersgruppe.

Vi tilpasser utfordringene til barnas interesser, erfaringer, kunnskaper og ferdigheter. Våre friluftaktiviteter vil variere fra avdelinger og barnas utviklingsnivå.





## Foreldresamarbeid

Foreldre er våre viktigste samarbeidspartnere for å sikre kvalitet i barnehagen. Den daglige kontakten mellom barnehage og foreldre skal preges av gjensidig respekt, tillit og informasjon. Dette samarbeidet skal alltid ha barnets beste som mål. Vi har et felles ansvar for barnets trivsel og utvikling. Barnehagen skal i samarbeid og forståelse med hjemmet ivareta barnas behov for omsorg og lek, og fremme læring og dannelse som grunnlag for allsidig utvikling.

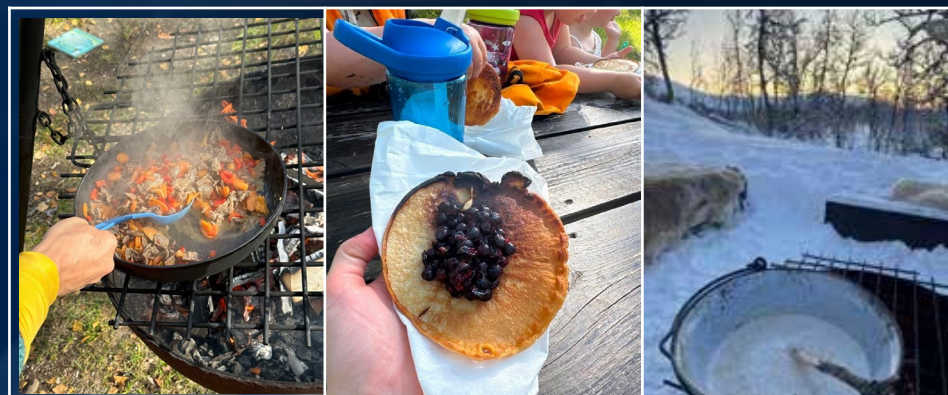
Barnehagen legger til rette for et godt foreldresamarbeid og god dialog med foreldrene. Foreldre og personalet har et felles ansvar for at barnehagen fungerer best mulig. Vi gir foreldrene mulighet til å medvirke bla. gjennom foreldresamtaler, foreldremøter og samarbeidsutvalget.

Tilvenning for nye barn samt ved bytte av avdeling tilpasses hvert enkelt families ønsker og behov.



## Kosthold i barnehagen

I vår barnehage ønsker vi å legge til rette for at barna får mat og drikke som er nødvendig for barn i vekst. Barnehagen jobber derfor tett med Helsedirektoratets retningslinjer for mat og måltider i barnehagen, og har økt kompetansen blant personalet gjennom videreutdanning innen kosthold og fysisk aktivitet i barnehagen.



I løpet av barnehagedagen spiser barna 3 måltider. Barnehagen legger til rette for 2 fullverdige ernæringsmessige måltider, og barna har med matpakker til ett av måltidene. Med fullverdig ernæringsmessige måltider mener vi at barna skal få tilbud av mat fra 3 forskjellige næringskilder: Protein, karbohydrater og fett. Maten skal være variert, fargerik og innbydende for barna.

### Våre måltider settes sammen av mat fra følgende grupper:

- 1 Gruppe: Grovt brød, grove kornprodukter, poteter, ris og pasta.
- 2 Gruppe: Grønnsaker, frukt og bær.
- 3 Gruppe: Fisk, annen sjømat, kjøtt, ost, egg, erter, bønner og linser.

### Slik jobber vi med måltidene i barnehagen:

- God tid til måltidene.
- Varmmat minimum 1 dag i uken.
- Dyrker grønnsaker og bær fra egen kjøkkenhage.
- Aktive voksne som legger vekt på et godt fungerende og trivelig spisemiljø.
- God hygiene før og under måltidene og ved oppbevaring og tilberedning av mat.
- Ivareta måltidenes pedagogiske funksjon, mye læring i et måltid.
- Variert mat med ulike smaksopplevelser.
- Mat og drikke med mye tilsatt sukker unngås.
- Høster bær til bruk i mat og syltetøy.







### **Overgang innad i barnehagen**

I Ekrehagen friluftsbarnehage har vi tre avdelinger, Blåmann, Tinden og Varden. På Blåmann går det barn i alderen 1-2 år. På Tinden går det barn i alderen 2-4 år og på Varden går det barn i alderen 4-5 år. Det innebærer at de fleste barna går på alle avdelingene før skolestart.

Overgang innad i barnehagen skjer når barnet bytter avdeling. I noen tilfeller vil det innebære at barnegrupper deles på tvers av alder. Hver høst er det en stor gruppe barn som bytter avdeling.

I april/mai starter avdelingene tilvenningen med besøk på den nye avdelingen, frokostbesøk og turer i lag.

Personalet som skal jobbe med barna på de «nye» avdelingene jobber tett på, for at barna skal knytte seg til dem. Vi bruker god tid på å bli kjent, slik at overgangen skal gå så bra som mulig!

Hvis det slutter barn i løpet av året er det lederteamet i samarbeid med foreldrene som tar avgjørelsen om hvilket barn som eventuelt skal bytte avdeling.

### **Overgang barnehage- skole**

Barnehagen har i samarbeid med skole og hjem ansvar for å tilrettelegge for en trygg og god overgang fra barnehage til skole. Det er viktig at barna møter skolen med et godt selvbilde og erfaringer som gjør de rustet til skolestart. Vi jobber derfor tett med Tromsø kommune sin overgangssplan slik at vi kan sørge for et godt samarbeid, kontinuitet og trygghet i overgangen.

Det siste året i barnehagen blir det dannet førskolegruppe hvor barna ukentlig skal ha aktiviteter som er relevant før skolestart. Vi øver på selvstendighet i påkledning, ta vare på egne ting, samarbeide og omsorg for hverandre, barnas selvbilde og mestring.

Målet med førskolegruppen er å legge til rette for at de eldste barna har med seg erfaringer, kunnskaper og ferdigheter som kan gi dem et godt grunnlag og motivasjon før de begynner på skolen. Før skolestart vil alle førskolebarn gjennomføre en samtale med pedagog som tar utgangspunkt i barnas forventninger til skolen.



## Barns medvirkning

Å gi barn medvirkning handler om å ta barn på alvor gjennom kommunikasjon og handling. Hos oss skal barna oppleve tydelige, imøtekommende og ansvarsfulle voksne. Personalet skal skape tid og rom for å samtale og lytte til det barna har å formidle.

Barna skal oppleve at deres synspunkt og meninger blir hørt. Opplevelsen av medvirkning er viktig som motivasjon for læring. Barn som får og tar ansvar, utvikler grunnlag for å utvikle tillit både til seg selv og andre. Barnehagen organiseres og planlegges slik at det blir tid og rom for barns medvirkning. På den måten ønsker vi at barna blir motiverte til å påvirke sin egen hverdag i barnehagen.

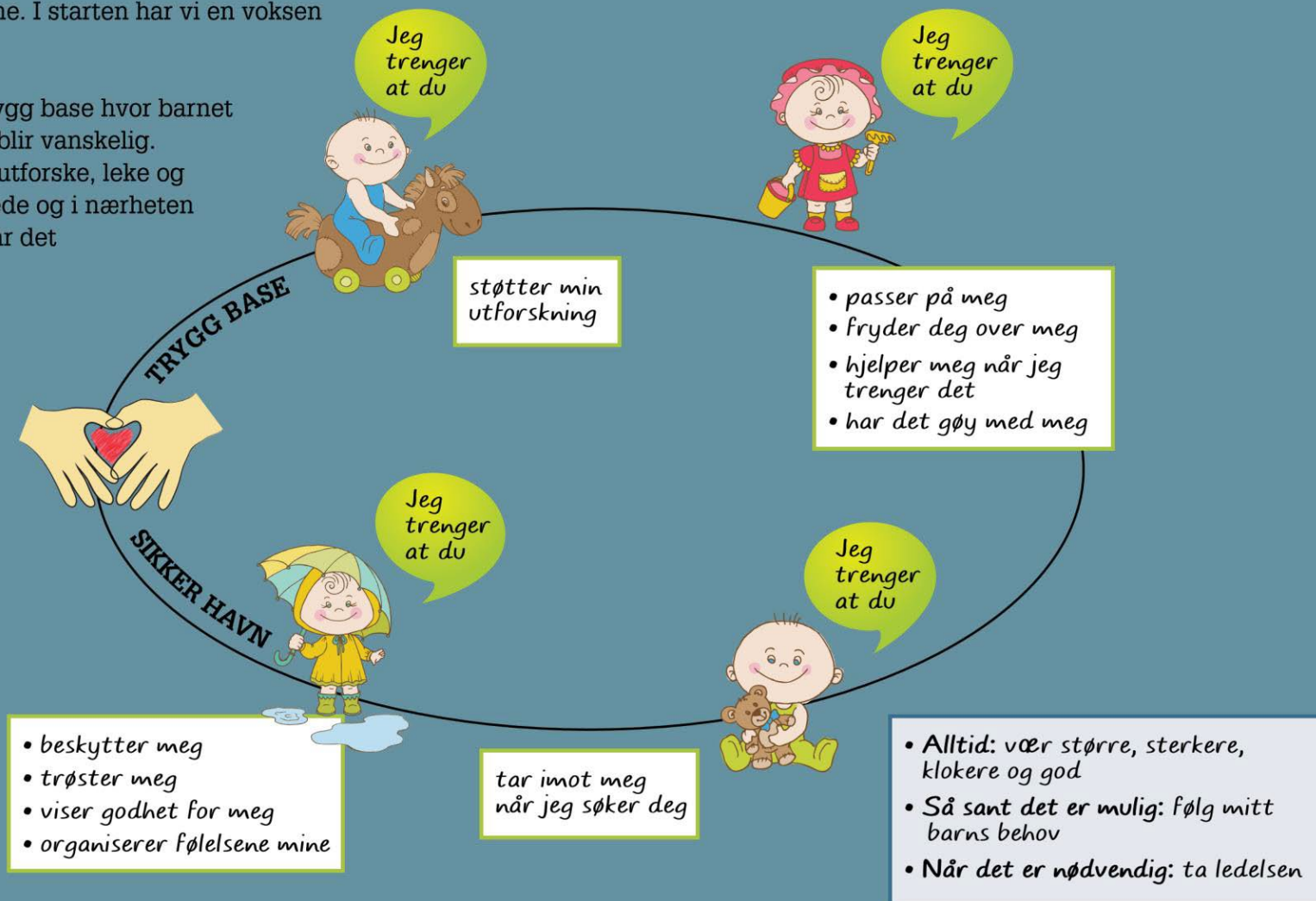


## Å begynne i barnehagen, tilvenning

Når barnet begynner i barnehagen er samarbeidet med foreldrene viktig. Barnehagen må legge til rette for at både barn og foreldre får en god start. Vi oppfordrer familiene til å bruke god tid under tilvenning, og vi tilrettelegger for hver enkel familie. Det er viktig at barnet blir kjent på avdelingen og etablerer gode relasjoner både med andre barn og voksne. I starten har vi en voksen som følger barnet tett opp.

Den voksne fungerer som en trygg base hvor barnet kan søke trygghet dersom ting blir vanskelig. Når barnet er trygt så tør det å utforske, leke og lære nye ting. Ved å være til stede og i nærheten av barna kan de oppsøke oss når det er behov. Av og til trenger det bare å sitte litt i fanget og få litt kos. Andre ganger trenger det trøst.

Vi fungerer som en trygg havn. Se Trygghetssirkelen.



## Vårt psykososiale barnehagemiljø – Omsorg for hverandre

Vår barnehage skal være et trygt og godt sted for alle barn. Vi har null-toleranse for krenkelser, utestenging, mobbing, vold og trakassering. Personalet i vår barnehage plikter å gripe inn hvis et barn utsettes for krenkelser. Vi prøver aktivt å legge til rette for omsorgsfulle relasjoner mellom barna, og med personalet for å kunne skape glede, trivsel og mestring. Å starte i barnehagen vil være en stor overgang for mange barn og derfor er det nødvendig med et godt foreldresamarbeid slik at man kan legge til rette for en trygg og god start i barnehagen.

Vi tilpasser rutiner, organisere rom og tid slik at barnet får bli kjent, etablere relasjoner og knyttet seg til personalet og andre barn. Små barn har behov for forutsigbarhet og stabilitet i nær relasjon med andre og vi skal gi barna gode erfaringer gjennom trygge relasjoner. Vi jobber daglig med å styrke barnas selvbilde og positive utvikling. I vår barnehage har vi fokus på å se hvert enkelt barn, være tilgjengelige voksne og la barna få medvirke i deres barnehagehverdag. For oss er det viktig at barna føler seg betydningsfull, og at vi lærer de å sette ord

på følelser og handling. Hvert år arrangerer barnehagen høstfest hvor barna lærer om empati og nestekjærlighet. På disse festene samler barna inn penger som gis til veldedige formål. Tidligere år har vi samlet inn til barnekreftforeningen, Stine Sofie stiftelsen, Kirkens Bymisjon og fadderbarn. Vi som barnehage synes det er viktig å lære barna om at man er forskjellig og at det er rom for alle hos oss.



## Sosial kompetanse, danning og læring

Barnehagen er en viktig arena for utvikling av sosiale ferdigheter og etablering av vennskap. Sosial kompetanse er det å kunne samhandle positivt med andre i ulike situasjoner. Sosial kompetanse er balansen mellom omtanke for andre og ivaretagelse av seg selv. Hos oss er det viktig at barnet føler seg betydningsfull i fellesskapet. Dette gjøres ved å legge til rette for vennskap, toleranse og inkludering. Selvtillit og vennskap styrker vi ved og blant annet danne små grupper og sørge for at barna får en nær kontakt til trygge voksne.

Barna trenger sosial kompetanse for å kunne bygge vennskap og bli en aktiv del av fellesskapet i barnehagen. Denne kompetansen handler om å kunne kommunisere og samhandle godt med andre i forskjellige situasjoner. Barna må utvikle og videreutvikle et sett av egenskaper som; selvfølelse, empati, prososial atferd, selvhevdelse og selvkontroll. Forskning viser at barns evne til å etablere vennskap i stor grad avhenger av deres sosiale kompetanse. Et barn som samhandler godt med andre, kan både tilpasse seg fellesskapet og være en synlig deltaker som hevder sin plass.

I Ekrehagen friluftsbarnehage øver vi oss på dette hver dag i sosialt samspill med hverandre. Vi øver oss på å dele, hjelpe, trøste og oppleve glede gjennom det vi gjør sammen. Barn trenger gode voksne som er til stede, støtter og veileder dem. Derfor må de voksne være der hvor barna er, enten det er på gulvet, i sandkassa eller på oppdagelsesferd ute i skogen. De voksne hjelper barna til å tolke og sette ord på egne tanker, meninger og følelser. Barnas trivsel er de voksnes ansvar. Målet er at alle skal kunne ta initiativ og kontakt med andre barn og voksne i barnehagen vår, og opprettholde vennskap. Da kan barna utvikle trygghet og respekt for både seg selv og andre – autoritativ og grensesettende



## Lek og lekemiljø

I vår barnehage bruker vi skogen aktivt som lekearena. Skogen er en del av vårt nærmiljø der barna får utfordret seg ut fra deres egne fysiske forutsetninger og risikofylt lek oppstår. Årstidene gir endringer i naturen noe som bidrar til varierte lekemiljøer.

Lek er barns primære arena for å uttrykke seg selv og har en sentral plass i barnehagen. Leken er det mest grunnleggende i et barns liv. Gjennom leken vil barn oppleve og skape mening. Leken gir glede, er lystbetont og gir mestringsfølelse og selvtillit, og det er derfor viktig at lekens egenverdi anerkjennes og blir gitt tid og rom til i barnehagen.

Leken er både psykisk og fysisk helsefremmende. Den skaper engasjement, fryd, trivsel, spenning, nysgjerrighet, utfordring, tilhørighet, samhold og felleskap.

Lek er den viktigste arenaen for barns utvikling og læring, og for sosial og språklig samhandling. Gjennom leken lærer barn å sosialisere seg, og dette gir grunnlag for danning. De lærer seg å vise omsorg, ta hensyn til hverandre og danner vennskap.



## Gjest i naturen

I vår barnehage ønsker vi å skape miljøbevisste barn. Vi har jobbet med prosjekter som omhandler gjenbruk, søppelsortering, grønnsakshage, høsting fra naturen, plast, fugler og fisk.

Når vi er på tur i nærmiljøet har vi fokus på å rydde etter oss og ivareta området vi har brukt. Med skogen som vårt nærmiljø prøver vi å skape ansvarsbevisste barn og opptre som gjester i naturen. Mate fugler og kjennskap til livet i skogen vår er en viktig del av vårt friluftsliv. Innenfor barnehagegjerdet har vi en grønnsakshage hvor vi lærer barna om dyrking.



## Yoga

I vår barnehage har vi en sertifisert barneyoga lærer som utfører yoga med barna. Barneyoga er gjort på barnas måte med fokus på lek, latter, pust/pusteteknikk og lyder. Barna får erfaringer med å bevege kroppen i alle finurlige posisjoner gjennom å bruke deres kreative evner. Hos oss er barneyogaen tilrettelagt for barnas alder, modenhet og utvikling. Eksempel på en yogatime kan være yogareiser, yogaleker eller hinderløype.



I disse timene får barna erfaringer med avspenning, pusteteknikker, barneyoga massasje og savasana. Vi mener at yoga er en metode som tar barna med i en prestasjonsfri sone hvor de får utfordret seg og dannet erfaringer med sine egne følelser, selvbilde og konsentrasjon. Barna vil lære seg mentale teknikker til å håndtere vanskelige situasjoner og få styrket smidighet, balanse, ro og mer energi.



# TRADISJONER



Måned	Hva
Januar	Solfest
Februar	Samefolkets dag Karneval
Mars	Ekspedisjon
April	Isfiske
<i>Mai</i>	Norges Nasjonaldag
Juni	Sommeravslutning Besøk i fjæra
Juli	Sommerbarnehage Feriestengt uke 28 og 29
August	Oppstart og tilvenning
September	Høstuger
Oktober	Høstfest
November	Mørketidsfest
Desember	Nissegrøttest Luciafeiring