

# FILIORUMs ressursbank

## Fra forskning til praksis

**FILIORUM** Senter for  
barnehageforskning  
Universitetet i Stavanger

**U** Universitetet  
i Stavanger

## Bevegelseslek i barnehagen

Bevegelseslek handler om fysisk aktivitet i en lekende kontekst. Deltakelse i allsidig bevegelseslek skaper et godt grunnlag for barns helhetlige utvikling, og skal ha en stor plass i barnehagen.

Publisert 20.12.2023  
[www.uis.no/filiorum](http://www.uis.no/filiorum)



Foto: NettOp

## Hvorfor er dette viktig?

Barn lærer om seg selv og sine omgivelser gjennom sansing og bevegelser. Barns kroppslige væremåte skal ha en stor plass i barnehagen. Den altoppslukende leken hvor barna er til stede og engasjerte med hele kroppen sin og alle sansene sine er sentralt. Det stilles betydelige krav til barnehageansatte når det gjelder organisering, holdninger og kunnskap for å støtte opp under barns motoriske utvikling og bevegelsesutforskning.

I fagfilmen presenteres nettressursen «Bevegelseslek». Bruk den til å skape et godt bevegelsesmiljø for barna i barnehagen.

## Barnehagebasert kompetanseutvikling

**Mål:** Ved å bruke ressursen vil barnehageansatte og barnehagelærerstudenter bli kjent med hvordan nettressursen «Bevegelseslek» kan bidra til å styrke kompetansen for å skape gode bevegelsesmiljø i barnehagen.

**For hvem:** Barnehageansatte, barnehagelærerstudenter og barnehagelærerutdannere. I barnehagen kan f.eks. ressursen brukes på et avdelings- eller personalmøte.

**Anbefalt tidsbruk:** ca. 45 min.

### Tips til gjennomføring:

1. Se fagfilmen.
2. Velg en bevegelseslek og lek leken sammen (se Aktiviteter).
3. Diskuter refleksjonsspørsmålene, gjerne i mindre grupper.
4. Prøv ut flere bevegelsesleker.



QR-kode til  
fagfilmen og  
nettressursen  
«Bevegelseslek»

## Sentrale elementer som trekkes fram i filmen

- Det finnes mange ulike former for bevegelseslek, f.eks. risikofylt lek, tradisjonslek og øvingslek.
- Ved å se og leke bevegelseslekene sammen i personalet, skapes det felles opplevelser og erfaringer som kan brukes i faglige refleksjoner etterpå. I nettressursen kan filmene ses flere ganger og diskuteres ut fra forskjellige perspektiver, noe som gir gode muligheter for dybdelæring.

## Aktivitet og spørsmål til diskusjon

- Gå inn på nettressursen «Bevegelseslek» og velg en av bevegelseslekene.
- Se filmen og lek bevegelsesleken dere nettopp har sett på.
- Diskuter og reflekter sammen om denne leken. Trekk gjerne inn relevant faglitteratur.

## Spørsmål til refleksjon

- Hva kan være gode mål for denne bevegelsesleken i barnehagen?
- Hvilke forutsetninger kan blir utfordret hos barna?
- Hvilke rammefaktorer kan påvirke bevegelsesleken? Rammefaktorer kan være type bevegelsesmiljø (inne, ute, ulike terreng og landskap), utstyr, tid, deltakere (f.eks. ansattes kompetanse, sammensetning av barnegruppe, antall deltakere).
- Hva kan din rolle være?
- Hvordan kan du skape progresjon i bevegelsesleken?

## Nettressurs og app

«Bevegelseslek» finnes både som en nettressurs og som en gratis app.

## Barnehageforskning fra FILIORUM

Denne ressursen fra FILIORUM bygger på resultater fra følgende forskningsartikkel:

Eikeland, S. & Skarstein, T. H. (2022). FOU-arbeid i fysisk fostring – utvikling og implementering av en læringsapp om bevegelseslek. I A.R. Moxnes, T. Wilhelmsen, S. Øvreås, M.O Santana & T.K. Aslanian (Red.), *Barnehagelærerutdanning i endring – å forske på egen undervisningspraksis i høyere utdanning* (s. 43 – 57). Universitetsforlaget.



QR-kode til bokkapittelet

**Mål:** Å utvikle en pedagogisk digital læringsressurs som kan styrke den praktiske planleggingen og tilretteleggingen av bevegelseslek i barnehagen.

**Problemstilling:**

- Hvilket potensial har nettressursen «Bevegelseslek» for å øke studentenes læringsutbytte i faget fysisk fostring?

## Faglig ansvarlig

Synnøve Eikeland, Institutt for barnehagelærerutdanning, UiS, epost: [synnove.eikeland@uis.no](mailto:synnove.eikeland@uis.no)

**FILIORUM** Senter for  
barnehageforskning

Universitetet i Stavanger