

### **Temaplan for perioden: Oktober**

#### **Tema: Vennskap (se temaplan for September) + Følelser**

<i>Mål for perioden</i>	<i>Litteratur</i>	<i>Barns medvirkning</i>	<i>Personalet skal for å nå periodens mål:</i>
<p>Alle barna skal få leke med andre, oppleve vennskap og lære å beholde venner</p> <p>Barna skal få rom til å reflektere over egne og andres følelser, opplevelser og meninger</p> <p>Alle barna skal øve seg på å sette egne grenser, respektere andres grenser og finne løsninger i konfliktsituasjoner'</p> <p>Vi øver oss å sette ord på ulike følelser og få redskap/verktøy til selvregulering.</p> <p>Når vi øver oss på selvregulering vil vi også bli bedre på relasjonskompetanse- det som skal til for at vi ser andre</p>	<p>«En liten vennebok: Vise følelser» av Linda Palm, Lisa Sollenberg</p>	<p>Barnas selvfølelse skal støttes, samtidig som de skal få hjelp til å mestre balansen mellom å ivareta egne behov og det å ta hensyn til andres behov. (Rammeplanen, 2017)</p>	<p>*støtte barna i å ta andres perspektiv, se en sak fra flere synsvinkler og reflektere over egne og andres følelser, opplevelser og meninger</p> <p>*støtte barna i å sette egne grenser, respektere andres grenser og finne løsninger i konfliktsituasjoner</p> <p>*forebygge, stoppe og følge opp diskriminering, utestenging, mobbing, krenkelser og uheldige samspillsmønstre</p>

<p>mennesker og kan knytte til dem. Den selvreguleringen man får tidlig blir en grunnmur for videre utvikling og læring.</p>			
<p><i>Fokusord og begreper</i></p>	<p><i>Sang, rim og regle</i></p>		<p><i>Aktiviteter og opplevelser</i></p>
<p>Følelser Vise følelser Trøtt Sint Glad Redd Lei seg</p>	<p>«Kan du Løveloven?» og andre sanger fra «Være sammen»- sjekk Spotify</p> <p>«En ring av gull» - dikt</p>		<p>Verktøy til selvregulering:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erkjenne følelsene våre og sette ord på dem</li> <li>• Holder på magen mens vi puster</li> <li>• Tramper i gulvet</li> <li>• Komme til en voksen for å få en klem</li> <li>• Lukke øyne og tenke på noe vi er glad i</li> </ul>