

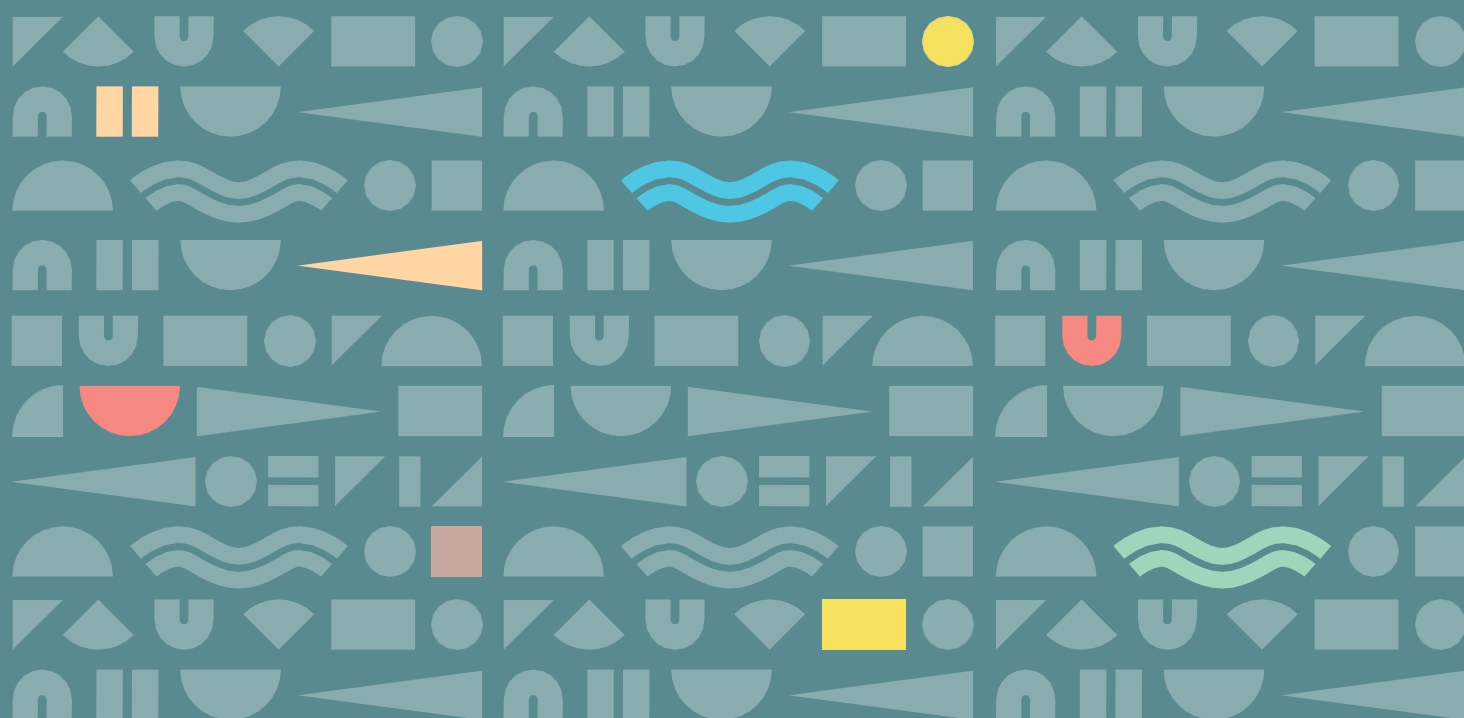


Tysvær
kommune

Eg e meg å du e deg

Progresjonsplan for barnehagene i Tysvær kommune

Revidert 02.07.2024



Innhold

Livsmestring og robuste barn	4
Forankring i lovverket.....	4
Rammeplan for barnehage	4
Lov om barnehager (Barnehageloven - Kapittel I og VIII)	5
Barnekonvensjon.....	5
Sammen om det beste for barnet (Temaplan for barn og unge, 2022-2026).....	6
1- og 2-åringen	7
Kjennetegn.....	7
Tema: Kropp og følelser.....	7
Mål og måloppnåelse	7
Forslag til aktiviteter.....	7
De ansattes rolle.....	8
3-åringen	9
Kjennetegn.....	9
Tema: Kropp og følelser.....	9
Mål og måloppnåelse	9
Forslag til aktiviteter.....	9
De ansattes rolle.....	10
4-åringen	11
Kjennetegn.....	11
Tema: Kropp og følelser.....	11
Mål og måloppnåelse	11
Forslag til aktiviteter.....	11
De ansattes rolle.....	12
5-åringen	13
Kjennetegn.....	13
Tema: Kropp og følelser.....	13
Mål og måloppnåelse	13
Forslag til aktiviteter.....	13
De ansattes rolle.....	13
Innhold til temasamlinger	15
Temasamling 1: Kroppen min.....	15
Temasamling 2: Hvordan blir vi til.....	16
Temasamling 3: Følelser	17

Temasamling 4: Relasjoner.....	18
Temasamling 5: Gode og vonde hemmeligheter Gode og vonde berøringer	19
Nettressurser	20
Følelser	20
Kompetanseheving for voksne.....	20
Filmer om følelser	20

Livsmestring og robuste barn

- Vi skal bidra til at barn i Tysværbarnehagene blir trygge og selvstendige individer som tør å si ifra for seg selv og andre, dersom de opplever noe som er vanskelig.
- Vi skal bidra til at barna blir robuste og klarer å stå imot alle former for krenkelser og vold.
- Livsmestring i barnehagen handler om å bidra til at barna utvikler et positivt selvilde gjennom mestringsopplevelser.

Forankring i lovverket

Rammeplan for barnehage

- Barnehagen skal ha en helsefremmende og forebyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller. Barnas fysiske og psykiske helse skal fremmes i barnehagen. Barnehagen skal bidra til barnas trivsel, livsglede, mestring og følelse av egenverd og forebygge krenkelser og mobbing. Barnehagen skal også bidra til at alle barn føler seg sett og anerkjent for den de er, og synliggjør den enkeltes plass og verdi i fellesskapet. Om et barn opplever krenkelser eller mobbing, må barnehagen håndtere, stoppe og følge opp dette.
- Barnehagen skal være et trygt og utfordrende sted der barna kan prøve ut ulike sider ved samspill, fellesskap og vennskap. Barna skal få støtte til å mestre motgang, håndtere utfordringer og bli kjent med egne og andres følelser. Å møte individets behov for omsorg, trygghet, tilhørighet og anerkjennelse og sikre at barna får ta del i og medvirke i fellesskapet, er viktige verdier som skal gjenspeiles i barnehagen. Barnehagen skal fremme demokrati, mangfold og gjensidig respekt, likestilling, bærekraftig utvikling, livsmestring og helse.
- Barnehagen skal fremme vennskap og fellesskap gjennom:
 - Støtte barna i å ta andres perspektiv, se en sak fra flere synsvinkler og reflektere over egne og andres følelser, opplevelser og meninger.
 - Støtte barna i å sette egne grenser, respektere andres grenser og finne løsninger i konfliktsituasjoner. Forebygge, stoppe og følge opp diskriminering, utestenging, mobbing, krenkelser og uheldige samspillsmønstre.

Lov om barnehager (Barnehageloven - Kapittel I og VIII)

- Barnehagen skal i samarbeid og forståelse med hjemmet ivareta barnas behov for omsorg og lek, og fremme læring og danningsgrunnlag for allsidig utvikling (§ 1, første ledd).
- Barnehagen skal ikke godta krenkelser som for eksempel utestenging, mobbing, vold, diskriminering og trakassering. Alle som arbeider i barnehagen, skal gripe inn når et barn i barnehagen utsettes for slike krenkelser (§ 41, første og andre ledd).
- Barnehagen skal forebygge tilfeller hvor barn ikke har et trygt og godt barnehagemiljø ved å arbeide kontinuerlig for å fremme helse, trivsel, lek og læringen til barna (§ 41, tredje ledd).

Barnekonvensjon

- **19. VERN MOT MISBRUK**
Staten skal verne barnet mot fysisk eller psykisk mishandling, vanstell eller utnyttning fra foreldre og andre omsorgspersoner.
- **34. SEKSUELL UTNYTTING**
Barnet har rett til vern mot alle former for seksuell utnyttning og misbruk. For å verne barn mot slik utnyttning skal staten sette i verk alle nødvendige tiltak, nasjonalt og internasjonalt.

Sammen om det beste for barnet (Temaplan for barn og unge, 2022-2026)

Felles målsetting for alle tjenester i Tysvær kommune:

Alle barn og unge skal oppleve et godt og inkluderende oppvekstmiljø som fremmer trygghet, læring, helse og trivsel.

Temaplanen setter fokus på fire innsatsområder:

- Vi har tidlig innsats; Barnehager, skoler, støttetjenestene og alle som arbeider med barn og unge bidrar med å forebygge utfordringer, og at tiltak settes inn umiddelbart når utfordringer avdekkes.
- Vi er brobyggere; Vi må se på og forstå disse ulike aktørene som likestilte aktører og lagspillere med forskjellig ansvar inn i arbeidet med å bistå eller hjelpe det enkelte barn og dets familie.
- Vi gir robuste tjenester; Vi skal ha ansatte som både kan og vil. Det handler både om kompetanse til å oppdage, se og identifisere adferd og krenkende situasjoner, samtidig ha forutsetningene for å kunne gripe tidlig inn med de rette tiltakene.
- Vi vil ha alle med; Å bygge store og små fellesskap, som bidrar til å styrke robusthet hos barn og familier, som gir den enkelte mulighet for å delta ut i fra sine egne forutsetninger.

1- og 2-åringen

Kjennetegn

- Sosial, nysgjerrig, livsnyter og lever i øyeblikket.
- Kommuniserer med hele kroppen og vil være med der det skjer.
- Både tålmodig og utålmodig.
- Liker rutiner og har behov for å bli møtt på følelser.

Tema: Kropp og følelser

Mål og måloppnåelse

- Barnet skal utforske og oppleve glede ved allsidig bruk av kroppen.
- Kunne uttrykke egne og respektere andres ønsker og behov. Vis med kroppsspråk og lyder.
- Kunne uttrykke/vise ulike følelser.

Forslag til aktiviteter

- Hinderløyper:
 - Alle hverdagssituasjoner og i smågrupper.
- Bli kjent med ansiktet: Hvor er? Hva bruker vi?
 - Øynene, hårfarge, ørene, nesa, kinnene, halsen, pannen, bakhodet.
 - Bruk gjerne et speil
- Bli kjent med kroppen, armer, mage, bryst, rygg, rumpe, lår, kne, legg, fot.
- Lag bilde av kroppen som limes på gulvet.
- Fingermaling/maling:
 - La barna lage hånd- og fotavtrykk.
 - La barna bruke hendene og føttene og male på ark teipet fast på gulvet.
- Doktorlek:
 - Skriv ut bilder av de ulike kroppsdelene og heng de opp i barnehøyde på naturlige plasser. Snakk om dette og bruke ulike begreper.
- Følelser:
 - Henge opp bilder av ulike følelsesuttrykk, snakk om de. Alle kan ha alle følelser og respekteres for det.
 - Bruk gjerne et speil for å se på hvordan vi ser ut når vi viser ulike følelser.
- Herme følelser:
 - Se på bilde er noen er lei seg, vis med ansikt og kropp at du hermer følelsen.

- Bruke ulike materialer for å bli kjent med kroppen og kjenne på ulike følelser materialer kan gi.

De ansattes rolle

Sosioemosjonell støtte

- Skaper god stemning.
- Er engasjerende og motiverende.
- Er nær og deltar i aktiviteten.
- Er fleksibel, og følger barnas initiativ.
- Anerkjenner barnas følelser, og tilbyr støtte ved behov.

Organisering og ledelse

- Tar hensyn til barnets utviklingssone.
- Har tilgjengelig nok materiell.
- Legger til rette for barna, slik at de får øve på selvregulerende atferd.
- Støtter barnas positive atferd, og deltar aktivt i aktivitetene sammen med barna.
- Tilbyr klare og enkle forventninger.

Læringsstøtte

- Nytter kjennskap til barna, og knytter aktivitetene til barnas liv eller erfaringer.
- Tilbyr språklig eller fysisk støtte for å øke barnas forståelse.
- Oppmuntrer, responderer og utvider barnas verbale og nonverbale språk, gjennom å sette ord på, gjenta, benevne og beskrive for barna.

3-åringen

Kjennetegn

- Alt er magisk og mange spørsmål blir stilt.
- Kropp er spennende.
- Venner og fantasivenner blir viktige.
- Finner viljen sin og er egosentrisk.
- Mye prøving og feiling, vil klare selv.

Tema: Kropp og følelser

Tema fra 1- og 2-åringene videreføres og videreutvikles sammen med barna.

Mål og måloppnåelse

- Vite og få kunnskap om hvordan vi ser ut «utenpå» og benevne de enkelte kroppsdelene.
- Vite eller få kunnskap om hvordan kroppen fungerer.
- Ha gode og naturlige samtaler rundt kroppen både fysisk og psykisk.
- Utvikle et positivt forhold til egen kropp.
- Utvikle respekt for egen og andres kropp.
- Ha samtaler rundt ulike følelser og at alle følelser er ok.

Forslag til aktiviteter

- Snakke om kroppen i naturlige situasjoner, i samlingsstund og smågrupper.
- Hva er forskjellen på barne- og voksenkroppen?
 - Benevn alle delene av kroppen, også kjønnsorganer. Bruk begreper som er naturlige.
- Aktiviteter:
 - Tegne rundt barnet og la de tegne på alt fra hår, øyne, nese munn, ører, pupper, kjønnsorgan, rumpe, knær m.m.
- Følelser:
 - Henge opp bilder av ulike følelsesuttrykk, snakk om de. Alle følelser er lov å ha, og alle skal respekteres om de viser dem.
- Herme følelser:
 - Se på bilder av ulike følelser, og vis med ansikt og kropp at du hermer følelsen.
- Kjenne igjen og forstå egne og andres følelser:
 - Snakke om hvordan det er å være lei seg, hvordan har du det da?

De ansattes rolle

Sosioemosjonell støtte

- Skape god stemning.
- Engasjerende og motiverende.
- Nær og deltar i aktiviteten.
- Fleksibel, følge barnas initiativ.
- Anerkjenne barnas følelser, og tilby støtte ved behov.

Organisering og ledelse

- Tar hensyn til barnets utviklingssone.
- Har tilgjengelig nok materiell.
- Legger til rette for at barna får øve på selvregulerende atferd.
- Støtter barnas positive atferd, og deltar aktivt i aktivitetene sammen med barna.
- Tilbyr klare og enkle forventninger.

Læringsstøtte

- Utnytter kjennskap til barna, og knytter aktivitetene til barnas liv eller erfaringer.
- Tilbyr språklig eller fysisk støtte for å øke barnas forståelse.
- Oppmuntrer, responderer og utvider barnas verbale og nonverbale språk, gjennom å sette ord på, gjenta, benevne og beskrive.
- Utnytte hverdags-situasjoner til god dialog med barna der det er helt naturlig å snakke om disse temaene.

4-åringen

Kjennetegn

- Tar tak i store følelser som skam og frustrasjon.
- Er nysgjerrig på alt som er nytt.
- Stiller mange spørsmål, «hvorfor...».
- Bruker mye fantasi.
- Har behov for å forstå hva som er rett og galt.

Tema: Kropp og følelser

- Kroppen
 - Hvordan fungerer kroppen?
- Følelser
 - Empati/medfølelse
 - Ha mot/sladring
- Relasjoner
 - Familier

Mål og måloppnåelse

- Bevisstgjøring i form av at kroppen utvikler seg.
- Utvikling av språk og begreper. Være oppmerksom på at vi kan slå med ord.
- Kunne sette seg inn i andres situasjon, forholde seg til andres følelsesuttrykk.
- Kunne si i fra/sette grenser/si stopp både på vegne av andre og seg selv.
- Ha aksept og respekt for ulike familiesituasjoner.
- Selvregulering i ulike kontekster.

Forslag til aktiviteter

- Gi barna opplevelsen av å være betydningsfulle og viktige
 - «Det er så kjekt å være sammen med deg»
 - «Du forteller så mye spennende»
 - «Du får meg til å le»
 - «Du har mange gode tanker»
- Snakke om hvorfor Kari liker å sitte litt alene når hun er lei seg før hun vil ha trøst. Hvorfor noen vil sitte på do med døren åpen og andre vil ha den igjen. Hvorfor noen synes høye lyder er skumle. Hva er skummelt, kan det skumle være litt spennende eller bare skummelt?
- Sette grenser
 - Lære barna hvordan si stopp.
 - Se og høre når og hvorfor andre sier stopp.
 - Lære barna å bruke stopptegnet.

- Hjelpe en annen som sier stopp.
- Hva heter de ulike kroppsdelene våre og hvor er de på kroppen? Er rompa foran? Hvordan fungerer kroppen vår? Hva heter kjønnsorganene?
- Hvordan blir vi mamma og pappa?
- Hvordan ser min familie ut, hvem er vi?
- Gode og vonde hemmeligheter.

De ansattes rolle

Sosioemosjonell støtte

- Er nær barna, og viser entusiasme, smil og glede over å være sammen med barna.
- Ser barnas behov, anerkjenner følelsene deres og tilbyr hjelp.
- Fleksibel, og lar barna få lede aktiviteter.
- Engasjerende og motiverende.

Organisering og ledelse

- Proaktiv, og forebygger uønsket atferd.
- Gir positive tilbakemeldinger til barna.
- Materiale er variert, klart og tilgjengelig.
- Hjelper barna slik at de forstår formålet med aktiviteten.

Læringsstøtte

- Stiller åpne spørsmål, og oppfølgingsspørsmål.
- Hjelper barna til å se sammenhenger.
- Gir hint, og oppfordrer barna til høyere ordens tenking og tilbyr barna informasjon når barna viser interesse.
- Setter ord på begreper og fenomener, og bruker et rikt og variert språk.

5-åringen

Kjennetegn

- Selvstendig, setter ord på egne ønsker og behov.
- Kan sette ord på egne og andres følelser.
- Tuller med ord, setter sammen ord og rimer.
- Opptatt av rett og galt, rettferdighet og urettferdighet.
- Motorikk og kroppsbeherskelse er i stor utvikling.

Tema: Kropp og følelser

- Hvordan blir vi til?
- Gode, vonde og ulovlige hemmeligheter.
- Gode, vonde og ulovlige berøringer.

Mål og måloppnåelse

- Etablere handlingsstrategier
- Motvirke skyldfølelse
- Utvide kunnskap

Forslag til aktiviteter

Fem temasamlinger som tar for seg temaene:

- Kroppen min
- Hvordan blir vi til?
- Følelser
- Relasjoner
- Gode og vonde hemmeligheter

Ressurser til samlingene:

- [Salaby Barnehage](#)
- [Redd Barna – Ressurser til skole og barnehage](#)
- Eget innhold til samlingene finner du på slutten av dette kapittelet.

De ansattes rolle

Sosioemosjonell støtte

- Er nær barna, viser entusiasme, smil og glede over å være sammen med barna.
- Ser barnas behov, anerkjenner deres følelser og tilbyr hjelp.
- Fleksibel, og lar barna få lede aktiviteter.
- Engasjerende og motiverende.

Organisering og ledelse

- Proaktiv og forebygger uønsket atferd.
- Gir positive tilbakemeldinger til barna.
- Materiale er variert, klart og tilgjengelig.
- Hjelper barna slik at de forstår formålet med aktiviteten.
- Forberedt på barnas reaksjoner og eventuelle konsekvenser, og følger opp de reaksjonene som kommer.
- Følger rutiner for vold og overgrep.

Læringsstøtte

- Stiller åpne spørsmål, og oppfølgingsspørsmål.
- Hjelper barna til å se sammenhenger.
- Gir hint, og oppfordrer barna til høyere ordens tenking.
- Tilbyr barna informasjon når barna viser interesse.
- Setter ord på begreper og fenomener.
- Bruker et rikt og variert språk.

Innhold til temasamlinger

Temasamling 1: Kroppen min

Din kropp er helt perfekt!

Du bestemmer over kroppen din!

Aktiviteter:

- Tegne rundt en voksen, tegner på ører, øyne, munn osv. (kan henges opp til dokumentasjon)
 - Skriver en navn på kroppsdelene
 - Blå farge på de barna kan
 - Grønn for de som de lærer
- Bildelotto med kroppsdelar
- Barna trekker kort med kroppsdelar og forteller andre hva det er.
- Fargelegge ark av nakne kroppar.
- Velg et barn som er med og deltar. Den voksne peker på kroppsdelene til barnet, de andre barna sier hva kroppsdelene heter. Vi ser på likheter og ulikheter hos barn og voksne.
- La barna få klippe fra ukeblader, og lage plakater.
- Snakke om hva kroppen vår trenger:
 - Mat og drikke
 - Vaske seg
 - Pusse tenner
 - Bevege seg
 - Hvile/sove
 - Bli tatt på/nærhet
- Vis bilder av nakne mennesker - bilder av kvinne og mann, fra barn til voksen (Bok: «Jeg er meg! Min meg», Rygg/Aasland/Morka, s. 14-15)
 - Ser dere hva dette er? Snakk om bildene.
 - Snakke om likheter, forskjeller, kjønn, alder osv.
- Snakk om kroppen i hverdagssituasjoner, sett ord på kroppsdelar. Bruk ord som er naturlig å bruke.
- Hjelp barna og sette ord på det hvis du ser at barnet ikke liker noe. Eks: jeg vil ikke at du klemmer meg nå.

Sanger, rim og regler:

- Lille Hasse hare
- Når jeg er lei av å ligge
- Hånden er her
- Hermegåsa kommer
- Hvis dine ører henger ned
- Du har to øyne
- Buggi, buggi
- I kroppen min bor jeg
- Rumpesangen
- [Kroppen Fantorangen](#)

Litteratur, Nettsted, film:

- Kroppen (Trond Viggo Torgersen)
- Kroppen (Birte Svaton)
- Sånn ser jeg ut (Pierre Winters & Eline van Lindenhuizen)
- [Kroppen Fantorangen](#)
- Salaby Jeg vet no, film og aktiviteter: Min kropp og mine grenser

Temasamling 2: Hvordan blir vi til

For mange voksne kan dette være et tema som er vanskelig å finne de rette ordene til. Her må en bare prøve seg frem og se hva som føles riktig.

Bruk litteratur som finnes for å ha noe konkret å støtte seg til.

Legg til rette for samtaler, hva vet barna fra før?

Aktiviteter:

- Hvordan kommer babyen inn i magen?
- Du kan bruke boken "Jeg er meg! Min meg".
- Lag bildekort som barn kan se på og undre seg sammen med en voksen. Bruk bøker.
- Tegneaktivitet. La barna få tegne etter at opplegget er ferdig.
- Bruk puslespill.

Litteratur:

- Jeg er meg! Min meg (Eli Rygg og Margrete Wiede Aasland)
- Kroppen (Trond Viggo Torgersen)
- Vi skal få en baby (Gunilla Hansson)
- Da Emma ble Emma (Peter Gotthardt)
- Uno i mammas mage (Sara Gimbergsson)

Temasamling 3: Følelser

Det er viktig at barn skal få erfaring med at alle følelser er lov å ha, og det å kunne snakke om følelser sammen med andre.

Det er lov å føle akkurat det du føler. Ingen kan bestemme hvordan du har det inni deg.

Aktiviteter:

- Snakkehjerte
 - Et hjerte som barna kan holde i dersom de ønsker å dele noe i for eksempel samlingsstund.
- Hjertekrok
 - Et område på avdelingen der barna har mulighet til å snakke med en voksen om ting som opptar dem.
- Maleaktivitet til musikk.
- Musikk setter i gang følelser hos barn og voksne.
 - La barna bli kjent med ulike sjangre som klassisk, rock, folkemusikk og barnemusikk.
 - La barna sette ord på hvilke følelser de kjenner på når de hører musikken.
- Barn og voksne kan vise forskjellige følelser med kropp og fjes. La de andre barna gjette hva de uttrykker.
- Tankekart om hvilke følelser barna kjenner.
- Se på bilder av mennesker som viser ulike følelsesuttrykk.
 - Barna bytter på å si hvilke følelse personen på bildet viser, og de andre barna sier om de enig eller ikke.
- Rollespill, der ulike følelser kommer til uttrykk.
- Tegne en som er redd, glad, sint, osv. «Tegn en gang du ble glad...»
- Snakke om følelser, bruke følelseskortene eller psykologisk førstehjelp som verktøy.
- Bruke speil og se på hvordan vi ser ut når vi lager ulike følelsesuttrykk.
- Bruke digitale verktøy for å dokumentere ulike følelsesuttrykk barna viser.
- Hvordan kjennes følelser ut inne i kroppen din.

Sanger, rim og regler:

- Jeg er så glad når jeg ser deg
- Å glede seg er det beste jeg vet
- Ikke redd (Fantorangen)
- Morgenstemning
- Air
- Molde Canticle-Pt.1.
- Har du fyr?
- Vem kan segla forutan vind?
- [Kroppen, Fantorangen \(Sesong 8\)](#)

Litteratur, nettsted, film:

- Du og jeg og Truls og Trine (Kari Lamer)
- Fantorangen, psykisk helse
- Feiling, Gleding og Undring (Siri F. Abrahamsen)
- Sint og glad i barnehagen (Solfrid Raknes)
- Boka om alle følelsene (Mary Hoffman)
- Hva er følelser? (Birte Svatum, Bo Gaustad)

Temasamling 4: Relasjoner

For å få de gode relasjonene må trygghet og tillit skapes, vi må bli kjent med hverandre.

Viktig å forklare at en god relasjon kan bestå av flere ulike uttrykk.

Glede, sinne, kjærlighet, sorg som noen av temaene dere må snakke om.

Aktiviteter:

- Hvor mange bor i huset til barnet. Hva heter familiemedlemmene?
- Lag familietreet eller hus for å henge opp på vegg.
- Hva er en familie?
- Formingsaktiviteter.
- Snakke om hvem som tilhører familien til barnet.
- Kan familier være forskjellige? Hvordan? To mammaer?
- Hvem er du glad i? Hvordan vet du at noen er glad i deg?
- Kan venner krangle? Hvordan føler du deg når du har kranglet med noen? Hvordan blir vi venner igjen?
- Lage sant / usant kort om temaet.
- Vennskap hva er det? Er vi alltid gode med hverandre?

Sanger, rim og regler:

- Hei, hei, hei jeg heter
- Så lager vi en sang
- Ri, ri på islandshest
- Alle killebukkene på haugen sprang

Litteratur:

- Familier-ulike og unike (Silje Hrafa Tjersland)
- Gullhår og de tre bjørnene (Robert Southey)

Temasamling 5:

Gode og vonde hemmeligheter

Gode og vonde berøringer

Gjør barna kjent med at det er forskjell på å sladre og si fra om en vond hemmelighet.

Snakk med barna om hva en god hemmelighet er, og hva en vond hemmelighet er.

Aktiviteter:

- Øv på å si en hyggelig ting til hverandre.
- Utfordre barna til å ordne opp selv dersom noe er vanskelig. Voksne må vise at de er der som støtte.
- Bruke rollespill til å forsterke budskapet.
 - Dramatisering av hendelser som for eksempel trusler om å ikke bli invitert i bursdag, ikke får være med i lek, osv.
- Hva er en hemmelighet?
- Hvordan kjennes det inni oss når vi har en god eller vond hemmelighet? Hva er å true noen?
- Hvem kan man si en hemmelighet til?
- Hvem kan man snakke med dersom man opplever noe ugreit? Gi eksempler: et familiemedlem, en nabo, en som jobber i barnehagen, eller andre de føler seg trygge på.
- Ta utgangspunkt i boka «Jeg er meg! Min meg» for samtaler med barn (s. 35-40)
 - Hvordan kan man si fra at man ikke vil?
 - Hvem bestemmer over kroppen din?
- Venneberøring:
 - Barna sitter to og to. Den ene stiller seg bak den andre og legger hendene på skuldrene. Hendene ligger rolig i ett til to minutter. Begge lukker øynene og er helt stille.
 - Snakk med barna, hvordan føltes det?

Sanger, rim og regler:

- Lille Petter Edderkopp kan brukes på mange måter. Fingerlek på armen, med ulike varianter. Skal det være en glad edderkopp, eller en sint edderkopp? Snill og god berøring. Bruk fantasien.

Litteratur, nettsted, film:

- Si stopp (Linda Palm)
- Jeg er meg! Min meg (E. Rygg og M. W. Aasland) Kapittel 5, side 31-34.
- Har du en hemmelighet? (Jennifer Moore Mallions)
- Barnestemmen (Sølvi Schei)
- jegvet.no
- kroppen min eier eg

Nettressurser

Følelser

- jegvet.no
- Salaby.no
- Minstemme.no
- Følelseskompasset.no
- æemæ.no
- Kroppen min eier jeg
- Redd barna
- Nrk super
- Livetogsann.no

Kompetanseheving for voksne

- Språkløyper
- Språket som tankeredskap – å sette ord på egne følelser

Filmer om følelser

- Innsiden ut
- Se opp
- Dumbo
- Wall-E
- Frost
- Chihiro og heksene
- Alfred og skyggen