

## Risikofylt lek

Barnehagen skal bidra til at barna «opplever å vurdere og mestre risikofylt lek gjennom kroppslige utfordringer» (Jf. Rammeplanen 2017).

Risikofylt lek er lek hvor barnet utfordres på sine egne grenser. Barn både søker og foretrekker risikofylt lek, og det ligger i barns natur å være nysgjerrige på seg selv og sine omgivelser.

I Nerigard barnehage jobber vi bevisst med risikofylt lek med spesielt fokus på mestringsopplevelser og gleden av å mestre nye utfordringer.

Risikofylt lek er delt inn i 6 kategorier:

1. lek i store høyder
2. lek med høy fart
3. lek med farlige redskaper
4. lek nær farlige elementer
5. komplek
6. lek hvor barna kan forsvinne/gå seg bort



## Risikofylt lek

Det er flere gode grunner til å la barna utføre risikofylt lek. Her er noen:

### Sosialt:

1. Det skaper sosiale ferdigheter ved samarbeid, sosial signalisering, å ta ulike sosiale roller, tilpasning/fleksibilitet.
2. Problemløsning - utfordringer løses og mestres

### Psykologisk:

1. Selvtillit og mot gjennom å mestre utfordrende og skumle ting, og å utvikle en realistisk selvfølelse av den faktiske risikoen
2. Emosjonelle ferdigheter - følelsesregister tas i bruk
3. Overbeskyttelse → engstelige barn → angst
4. Anti - fobisk effekt på medfødte "skrekker" og fobier

### Fysisk/motorisk:

1. Bedre motoriske og fysiske ferdigheter som muskelstyrke, koordinasjon, bevegelighet og reaksjonsevne, og bedre kroppsbevissthet, (muligheter/begrensninger).
2. Persepsjon av objekter; dybde, høyde, fart - beregning i forhold til disse.

