



# KARTLEGGINGSVERKTØY

## - Fysisk aktivitet og rørsleglede i SFO

I vår SFO ...

Ja Av og til Nei

	Ja	Av og til	Nei
1. ... legg vi til rette for dagleg fysisk aktivitet som kan fremje barna si rørsleglede og motoriske utvikling			
2. ... legg vi til rette for at alle barna får like moglegheiter til å delta i variert rørsleleik og fysisk aktivitet			
3. ... bidreg vi til aktivitetslyst			
4. ... legg vi til rette for aktivitetsformer som kan bidra til rørsleglede som oppstår i leik saman med andre barn			
5. ... ivaretek vi fysisk aktivitet gjennom organiserte aktivitetar			
6. ... deltek vi aktivt i fysisk aktiv leik			
7. ... vektlegg vi leik og medverknad i tilrettelegging og organisering av aktivitetane			
8. ... sikrar vi at det fysiske miljøet og utstyret er tilrettelagt og utforma med tanke på barna sin alder, funksjonsnivå og interesser, slik at det fremjar fysisk aktiv leik			
9. ... legg vi til rette for at barna tilbringer tid utandørs kvar dag			
10. ... tek vi nærmiljøet, turområde og/eller aktivitetsanlegg i bruk i leik, utforsking og fysisk aktivitet kvar veke			

Er svaret «nei» eller «av og til» på nokre punkt? Bruk følgjande refleksjonsspørsmål for vidare vurdering:

- Kva for punkt er **enklast** å ta tak i/endre?
- Kva for punkt er **viktigast** å ta tak i?
- Kven har **ansvaret** for å igangsetje og følgje opp endring?
- Korleis går ein fram for å gjere **endringane**? Kva er første steg?
- Korleis skjer **oppfølging** av endringar/tiltak?
- Når skal endringar/tiltak **igangsetjast**?



Høgskulen  
på Vestlandet



Nasjonalt senter  
for mat, helse og  
fysisk aktivitet