

Kunnskapsdepartementet  
Postboks 8119 Dep  
0032 OSLO

Deres ref.:  
Vår ref.: 16/35172-5  
Saksbehandler: Karl Kristian Rådahl Kirchhoff  
Dato: 18.01.2017

## Høringsinnspill til Kunnskapsdepartementets forslag til ny forskrift om rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver

Helsedirektoratet takker for anledningen til å komme med høringsuttalelse til Kunnskapsdepartementets forslag til ny rammeplan for barnehagen. Vi noterer også at det i den nye rammeplanen foreslås flere større endringer sammenlignet med rammeplanen fra 2006. Disse anser vi som viktige grep for å gjøre planen enklere å etterleve og forholde seg til både for barnehageeier, personalet, foreldre og tilsynsmyndigheten(e).

Rammeplanen er et sentralt folkehelsedokument som påvirker befolkningen på et viktig tidspunkt i livet. Helseforskjeller som etablerer seg i barnehagen påvirker barnas senere utvikling (se f.eks. 3.2). Kunnskapsdepartementets utkast har inkorporert flere viktige momenter knyttet til barnehagens helsefremmende rolle og vitner om at det er gjort grundig forarbeid. Helsedirektoratets innspill er derfor knyttet til justeringer i teksten og enkelte tillegg som vil tydeliggjøre ytterligere barnehagens rolle og ansvar i det helsefremmende og forebyggende arbeidet. I tillegg gis det innspill til veiledere, som forespurt i høringsbrevet.

Vårt høringsinnspill begynner med **konkrete innspill til teksten** (1) og går videre over til **innspill til veiledere** (2) som vi foreslår bør utarbeides eller revideres i forbindelse med ny rammeplan. Avslutningsvis (3) gis det **faglig utdypning** for noen av forslagene. Ta gjerne kontakt hvis det er ønskelig med mer bakgrunnsinformasjon.

### 1. Konkrete innspill til teksten og kommentarer

I det følgende presenteres Helsedirektoratets konkrete innspill til departementets tekstutkast. To av dem er gitt utdypende faglig begrunnelse under pkt. 3.

#### 1.1. Individuell tilpasning

Tilknyttet *Mangfold og gjensidig respekt på s. 4-5*.

Innspill til tekst: Barnehagen må tilby alle barn et rikt, variert, stimulerende og utfordrende læringsmiljø, uansett alder, kjønn, funksjonsnivå og sosial og kulturell bakgrunn. Dette betyr at omsorgen og aktivitetstilbudet må tilpasses hvert enkelt barn og den aktuelle barnegruppen. Dette burde få en plass i andre avsnitt under denne overskriften.

## **1.2. Tolk**

Tilknyttet *Barns medvirkning* på s. 6

Innspill til tekst: Barns medvirkning skal tilpasses barnets evne til å gi og motta informasjon. Foreldre har i utgangspunktet rett til medvirkning og informasjon sammen med barnet. Derfor bør det i teksten fremheves at barnehagen må lage rutiner for innhenting av tolk ved behov og at ansatte må sikres kompetanse i bruk av tolk.

Tilknyttet *Samarbeid mellom hjem og barnehage* på s. 7.

Innspill til tekst: Det er viktig at barn og foreldre erfarer at medvirkningen er reell. Det bør fremheves i teksten at barnehagen må ta høyde for at det kan være behov for språklig tilrettelegging, som tolking og oversettelser av skriftlig materiale, slik at ansatte og omsorgspersoner kan kommunisere med hverandre, og slik at barn får et godt individuell tilpasset barnehagetilbud.

## **1.3. Ansvars plassering for miljørettet helsevern**

Tilknyttet *Ansvar og roller* på s. 17 -18.

Innspill til tekst: Vi noterer at det under «*barnehagens formål og innhold*» (pkt. 3), «*arbeidsmåter*» (pkt. 4) og «*fagområder*» (pkt. 5) er forsøkt å tydeliggjøre personalets ansvar for innhold og drift av barnehagen. Helsedirektoratet mener at viktige forutsetninger for et godt, helhetlig miljø for barna også ligger i de fysiske rammene for virksomheten. Slik vi ser det, vil ansvaret for disse rammene i stor grad måtte ligge hos barnehagens eier. Det fremgår da også av «*ansvar og roller*» (pkt. 6) at «*barnehageeieren har det overordnede ansvaret for at barnehagen drives i samsvar med gjeldende lover og regelverk, jf. Barnehagelovens § 7, første ledd. Barnehageeieren har dermed det juridiske ansvaret for kvaliteten på barnehagetilbudet*».

**Barnehagens eier** har bl.a. ansvar for at barnehagen er godkjent, også etter forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler, samt at det er etablert et system (internkontroll) som skal ivareta god kvalitet i barnehagemiljøet, jf §§4 og 6 i forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler. Dette ansvaret bør tydeliggjøres bedre i rammeplanen.

Blant **styrers** ansvar og oppgaver bør fremheves plikten til å etterleve internkontrollsystemet hvor krav til det fysiske og psykososiale miljøet skal fremgå. Rammeplanen bør også synliggjøre styrers/leders plikt til å informere kommunen og foresatte om forhold som kan ha negativ innvirkning på barnas helse, herunder om barnehagens godkjenningsstatus, jf. § 5 i forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler.

Vi mener det vil være av vesentlig betydning at rammeplanen kan bidra til at bestemmelser om barnehagemiljøet, siden de er nedfelt i ulike regelverk, blir harmonisert i størst mulig grad. Dette bør spesielt gjelde grunnleggende forutsetninger for et godt barnehagemiljø som vi mener ligger i etterlevelse av krav til godkjenning og internkontrollsystem.

Se også pkt. 3.1 for kartlegging i 2015 av barnehagenes godkjenningsstatus.

#### **1.4 Utjevning av sosiale helseforskjeller og helsefremmende miljø i formålet**

Tilknyttet *Barnehagens formål og innhold* på s. 7.

Innspill til tekst: Barnehagen har en viktig rolle som universell arena for å fremme god helse og livsmestring hos barna, og samtidig fremme deres tilhørighet til samfunnet, natur og kultur, jf pkt. «*livsmestring og helse*». Rammeplanen har som et av sine mål å fremme barnas sosiale kompetanse. I den forbindelse er det også viktig å fremheve i formålsavsnittet at barnehagen har et særlig ansvar for å utjevne sosiale helseforskjeller, da det er dokumentert at sosial ulikhet påvirker helsevaner innenfor både psykisk og fysisk helse.<sup>1</sup>

Det bør videre inngå i barnehagens formål å skape og vedlikeholde et miljø som fremmer barnas helse og samtidig forebygger skader og ulykker. På denne måten vil barnehagen kunne ivareta sin viktige rolle i det lokale folkehelsearbeidet og samtidig sitt samfunnsmandat.

#### **1.5. Fysisk aktivitet**

Tilknyttet *barnehagens formål og innhold* på s. 7. *kropp, bevegelse, mat og helse* på s. 12 og *tilrettelegging av tilbudet for barn som trenger ekstra støtte* på s. 20.

Innspill til tekst: Barnehageårene er sentrale for utvikling av gode og dårlige vaner. Betydningen av lek og fysisk aktivitet er omtalt flere steder i eksisterende rammeplan. Likevel ser vi en stor skjevfordeling og forskjeller i aktivitetsmønster blant barnehagebarna og videre opp i skolealderen (se faglig grunnlag 3.2.).

Allerede i barnehageårene legges et solid grunnlag for inkludering og samspill gjennom lek, utvikling av motoriske ferdigheter, gode opplevelser gjennom lek og aktivitetsglede for resten av livet. Det er utfordringer knyttet til at en stor gruppe barn ser ut til ikke å være aktive nok. Målene i den nye rammeplanen bør derfor bli mer forpliktende, slik at færre barn faller utenfor. Det vil være viktig å få med i den nye rammeplanen at barn som faller utenfor når det gjelder sosial kompetanse, lek, friluftsliv, fysisk aktivitet, kosthold eller som har spesielle behov inkluderes av personalet slik at de får den oppfølgingen som trengs for at de kommer opp til et minimumsnivå sett opp mot de nasjonale anbefalingene. En stor del av barna utvikler allerede under barnehageårene et aktivitetsnivå som skiller seg fra majoriteten av barna. Dette på tross av at politiske styringsdokumenter har som ambisjoner om at barnehagen skal være en arena for å gi gode aktivitetsopplevelser for barnehagebarna. Det er urovekkende. Rammeplanen må sikre individuell tilpasning for disse barna under *tilrettelegging av tilbudet for barn som trenger ekstra støtte* på s. 20. Jf. Meld. St. 18 (2015–2016) omtalt under 3.2 nedenfor.

Rammeplanen bør være tydeligere på hvordan de ansatte og barnehagen ivaretar de barna som har et lavt fysisk aktivitetsnivå. Kjønnsforskjellene bør utjevnes. Dette bør tydeliggjøres innen barnehagens formål (s.7)

- «*Barnehagens fysiske miljø skal være trygt og utfordrende og gi barna allsidige bevegelseserfaringer.*» Det anbefales at setningen justeres noe slik at det blir «*...gi alle barna allsidige og gode bevegelseserfaringer gjennom hele året.*»
- Det står videre «*Personalet skal utforme det fysiske miljøet slik at alle barn får muligheter til å delta aktivt i lek og andre aktiviteter, og slik at leker og materiell er tilgjengelig for barna.*» Det anbefales at dette kompletteres med en etterfølgende setning: «*Det er spesielt viktig å følge opp med tilrettelegging av barn som er lite fysisk aktive eller bruker en stor del av dagen i ro.*»

---

<sup>1</sup> Dahl, Espen et al. [Sosial ulikhet i helse: En norsk kunnskapsoversikt](#), Særlig sidene 125 - 128

### **1.6. Tidlig Innsats og tverrsektorielt samarbeid**

Forslag til et nytt avsnitt, eventuelt tilknyttet *tilrettelegging av tilbudet for barn som trenger ekstra støtte* på s. 20.

Innspill til tekst: Det er viktig at barnehagedledelsen legger til rette for gode overgangsrutiner for barn med behov for oppfølging av flere sektorer i samarbeid med familien. Det er likeledes viktig med kjennskap til gode verktøy som individuell plan og koordinering for et godt samarbeid mellom familien, involverte fagfolk og tjenester om planlegging, overføring av informasjon og kompetanse i god tid før overgangen. Nedenfor er et utkast til et eget avsnitt om tidlig innsats og tverrsektorielt samarbeid, som er viktig for å oppnå målsettinger om avdekking av vold og overgrep og tidlig intervensjon ved problemutvikling:

#### **«Tidlig innsats**

*Tidlig innsats kan bety innsats tidlig i barns liv eller tidlig i en problemutvikling hos et barn eller ungdom. Tidlig innsats for å øke elevers skoleprestasjoner kan omhandle styrking av språkferdigheter i barnehage og tidlig skoleår. Å ha et velutviklet språk bidrar også til å styrke grunnleggende kognitive ferdigheter.*

*Kommunens helhetlige arbeid med tidlig innsats vil innebære å legge til rette for en helsefremmende oppvekst både når det gjelder læring og helserelaterte forhold. Det forutsetter et godt samarbeid over sektorgrensene slik at helse-, barnehage- og skolesektoren samarbeider om barn og unges oppvekst generelt og i den enkelte sektor med bl.a. barnehage- og skolemiljø som fremmer helse, trivsel og læring. Tidlig Innsats kan bestå av både barnehagens innsatser overfor barnet og egne foreldrestøttende tiltak overfor familier som trenger noe ekstra innsats, og som har mindre forutsetninger for å følge opp barna. Ved siden av foreldrene er barnehagen den virksomheten, som sammen med helsestasjonen, best er i stand til å avdekke behov for tidlig innsats. Barnehagen bør inneha kompetanse i hva de skal se etter for å oppdage barn tidlig, og deretter å vite hva barnehagen skal gjøre og hvordan og hvilke instanser i kommunen de kan samarbeide med for å følge opp barnet og familien.»*

Det kan med fordel her legges ved en lenke til barnehagens meldeplikt til barnevernet

[https://www.bufdir.no/Barnevern/Melde\\_fra\\_til\\_barnevernet/Melde\\_fra\\_til\\_barnevernet\\_offentlig\\_ansatt/](https://www.bufdir.no/Barnevern/Melde_fra_til_barnevernet/Melde_fra_til_barnevernet_offentlig_ansatt/)

### **1.7. Referanser til regelverk**

Tilknyttet *Samarbeid mellom hjem og barnehage* på side 7.

Innspill til tekst: I tilknytning til siste setning, «foreldresamarbeidet skal alltid ha barnas beste som mål» bør det vises til gjeldende regelverk; Barnehageloven, FNs barnekonvensjon og Barnelova (Lov om barn og foreldre), gjerne med konkrete paragrafhenvvisninger.

### **1.8 Samarbeid med helsestasjon**

Tilknyttet *pedagogisk leder* på s. 18, *tilrettelegging av tilbudet for barn som trenger ekstra støtte* på s. 20 og *når barnet begynner i barnehagen* på s. 20.

Innspill til tekst: Kommunene har etter [helse- og omsorgstjenesteloven](#) § 3-1 og § 3-2 første ledd nr. 1. plikt til å tilby helsefremmende og forebyggende tjenester i form av en helsestasjonstjeneste. Helsestasjonen møter foreldre og barn regelmessig fra spedbarnsalder og frem til barnet er to år gammelt. Dette bidrar til at helsestasjonstjenesten sitter på viktig kompetanse og mulighet til å støtte barnehagen både med det helsefremmende og forebyggende arbeidet og med avdekking av problematisk adferd, vold eller overgrep. Derfor bør det i teksten fremheves at pedagogisk leder har kontakt med helsestasjon og at helsestasjon kan inkluderes ved tilrettelegging av tilbudet for barn som trenger ekstra støtte og i overgangen til at barnet begynner i barnehagen. Jf. [Veileder til forskrift om kommunens](#)

[helsefremmende og forebyggende arbeid i helsestasjons- og skolehelsetjenesten](#) s. 14 og 16. I løpet av 2017 lanseres en ny faglig retningslinje for helsestasjons- og skolehelsetjenesten som også vil omtale samarbeid med barnehagen.

## **2. Innspill til veiledere**

### **2.1 Miljørettet helsevern**

Rammeplanen gir relativt omfattende beskrivelse av personalets ansvar og oppgaver for å ivareta barnehagens formål og innhold. Det vil være behov for å utdype disse oppgavene i støtte- og veiledningsmateriell til rammeplanen. Som nevnt over (1.3.), mener vi at eiers plikter og ansvar knyttet til grunnleggende forutsetninger for et godt barnehagemiljø bør fremgå tydeligere av rammeplanen. I tråd med dette bør ansvaret for tilrettelegging/utforming av det fysiske miljøet plasseres på barnehagens eier.

Vi har et nært samarbeid og kontakt med personell som arbeider med miljørettet helsevern i kommunene, bl.a. deres oppgaver vedr. godkjenning av og tilsyn med virksomhetene. Denne kontakten har avdekket kommunenes behov for veiledning når det gjelder planlegging, etablering, drift og vedlikehold av barnehagene (se 3.1 for mer om dette). For å imøtekomme dette behovet har direktoratet utarbeidet en del veiledningsmateriell som retter seg mot eiere, ansatte og tilsynspersonell:

- Veileder til forskrift om miljørettet helsevern «Miljø og helse i barnehagen» IS-2072
- Veileder for kommunenes tilsyn med miljørettet helsevern IS-2288
- Veileder for tilsyn med radon i barnehager, skoler og utleieboliger IS-2409

Rammeplanen inneholder i tillegg en rekke funksjonskrav som i stor grad rettes mot barnehagens personale. For å sikre at personalets plikter og barnas rettigheter blir ivaretatt og basert på oppdatert og omforent kunnskap om strukturelle og pedagogiske virkemidler, vil det være nødvendig å utvikle veiledning på flere fagområder:

- Samarbeid/samordning av godkjenningsprosess etter bl. a. barnehageloven og folkehelseloven
- Normer/anbefalinger for areal inne og ute til ulike formål, definisjon av oppholds-/lekerom, barnehagen i nærmiljøsammenheng, trafiksikkerhet, mv.
- Tydeligere definisjon og avklaring av ansvar og oppgaver for eier, styrer og øvrig personale.
- Beredskap, bla. knyttet til alvorlige/uønskede hendelser
- Barnehagen i lokalt planarbeid

Helsedirektoratet kan gjerne bistå i utarbeidingen av slikt veiledningsmateriell.

## **2.2 Ernæring, mat og måltider**

«Bra mat i barnehagen – råd, tips og oppskrifter» (IS-1536) er et veiledningshefte til Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen (IS-1484). Dette veiledningsheftet var en del av satsningen «Bra mat i barnehagen», en satsning i regi av Helsedirektoratet og Kunnskapsdepartementet. Første del av «Bra mat i barnehagen – råd, tips og oppskrifter» gir konkrete råd og tips om valg av mat og drikke og hvordan legge til rette for helsefremmende måltider i barnehagen i samarbeid med barna og hjemmet. Deretter presenteres en samling oppskrifter til hverdags, fest og på tur. Oppskrifter har vært etterspurt av barnehagepersonell. Veiledningsmateriellet ble utgitt i samarbeid med Kunnskapsdepartementet.

I lys av ny rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver og Helsedirektoratets planer om å revidere Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen, er det også naturlig å revidere veiledningsheftet «Bra mat i barnehagen», gjerne i samarbeid med Utdanningsdirektoratet og Kunnskapsdepartementet.

Tema i det forelagte utkastet til ny rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver som bør utdypes, videreutvikles eller revideres i veiledningsheftet «Bra mat i barnehagen» inngår i følgende (tekst i kursiv er sitat fra høringsutkastet):

- **Bærekraftig utvikling:** *Barnehagen har viktig oppgave i å fremme verdier, holdninger og praksis for mer bærekraftige samfunn på s. 5.*
  - ◆ Det blir stadig mer klart og vi får stadig økt kunnskap om mat og matproduksjon sitt klimaavtrykk. I et veiledningsmaterieell knyttet til mat og måltider, bør også hva som inngår i et bærekraftig kosthold og hvordan tilstrebe en miljøvennlig praksis omtales. For å ivareta barnas tilhørighet med og respekt for naturen bør veiledningsmaterieell også handle om hvordan introdusere barn for hvor maten kommer fra slik at de får en forståelse for at dyr, fisk og planter er det vi finner igjen på tallerkenen som mat.
- **Samarbeid mellom hjem og foreldre:** *På individnivå skal barnehagen legge til rette for at foreldrene og barnehagen jevnlig kan utveksle observasjoner og vurderinger knyttet til enkeltbarnets helse, trivsel... på s. 7.*
  - Det er viktig at mat som tas med hjemmefra og maten som tilbys i barnehagen til sammen gir et sunt, variert og fullverdig kosthold. Det er derfor viktig at hjem og barnehage samarbeider og har en dialog om hva som er gode matvaner, samt at mat og måltider er tema på foreldremøter og foreldresamtaler. Det er viktig å være lydhør overfor foreldrene, men samtidig må det tydeliggjøres at ansatte i barnehagen bør støtte seg til Helsedirektoratets faglige velbegrunnede retningslinjer for mat og måltider i barnehagen og kostråd. Barnehagepersonell har behov for å vite hvor de kan søke støtte i faglig materieell og hvorfor, slik at de trygt kan stå i mot press fra ulike kostholdstrender som til en hver tid måtte gjøre seg gjeldende.
  - Helsedirektoratet mottar flere henvendelser fra styrere og øvrig barnehagepersonell som lurer på når de skal inngå dialog med foreldre om matpakkens innhold (hvor ofte må uheldige matvarer sendes med barnet før man tar det opp). Det som tar kontakt lurer også på hvordan man skal gå fram og hva de skal gi foreldrene råd om å ha med i matpakkene. Dette er tema det vil være naturlig å ta opp i et veiledningshefte.

- **Livsmestring og helse:** *Barnehagen skal ha en helsefremmende og forbyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller på s. 5.*
  - Veiledning om mat og måltider må fremme hvordan kosthold, mat og måltider kan bidra til å utjevne sosiale forskjeller også i helse. Det er velkjent at foreldrenes utdanningsnivå påvirker barnas kosthold og dermed etablering av vaner. Barnehagen som en tilnærmet universell arena kan bidra til å utjevne dette noe. Det gjelder også et trivelig måltidsfellesskap og bordskikk for de barn som ikke eksponeres så mye for dette hjemme.
  - Rammeplanen omtaler også at matlaging skal bidra til å utvikle matglede og sunne matvarer. Veiledning på dette området bør omhandle hvordan man med enkle fasiliteter, dvs. uten tilgang på gode kjøkkenfasiliteter, kan imøtekomme dette punktet i rammeplanen.
- **Barnehagen skal fremme sosial kompetanse:** på s. 9.
  - Å bruke måltidene aktivt til å fremme trivsel og mestring kan bidra til å fremme den sosiale kompetansen og råd om dette hører naturlig hjemme i veiledningsmateriell.
- **Kropp, bevegelse, mat og helse:** *...at barna...utvikler gode vaner for hygiene og et variert kosthold på s. 13.*
  - Et veiledningsmateriell bør her gi personell råd om hvordan man i praksis og med relativt enkle metoder kan gi barna ulike smaksopplevelser og «matmot» samt skape nysgjerrighet på ulike smaker, konsistenser og råvarer.
  - Voksnes betydning ved aktiv deltakelse måltidet bør også omtales i et veiledningshefte. Voksne er viktige rollemodeller både når det gjelder å smake på mat og å oppleve gleden ved gode måltidsfellesskap samt bidra til å inkludere alle barn i fellesskapet.

Videre bør veiledningsmateriell gi innføring i hvordan mat og måltider kan brukes som en pedagogisk aktivitet der barna deltar aktivt.

### **2.3. Kropp, kjønn og grenser**

Utkastet til ny rammeplan innebefatter viktige tema knyttet til kropp, kjønn og grenser, i tillegg til kommunikasjon om følelser. De følgende er særlig relevante:

- *“veilede barna hvis leken medfører uheldige samspillsmønstre”* på s. 8.
- *“støtte barnas identitetsutvikling og positive selvforståelse”* på s. 8.
- *“støtte barna i å sette egne grenser, respektere andres grenser og finne løsninger i konfliktsituasjoner”* på s. 9.
- *“sørge for at alle barn får varierte og positive erfaringer med å bruke språket som kommunikasjonsmiddel, som redskap for tenkning og som uttrykk for egne tanker og følelser”* på s. 10.
- *“uttrykker sine følelser, tanker, meninger og erfaringer på ulike måter”* på s. 12
- *“blir kjent med egne behov, får kjennskap til menneskekroppen”* på s. 13
- *«blir trygge på egen kropp, får en positiv oppfatning av seg selv og blir kjent med egne følelser»* på s. 13
- *«setter grenser for egen kropp og respekterer andres grenser»* på s. 13
- *“bidra til at barna utvikler et bevisst forhold til retten til å bestemme over egen kropp, og respekt for andres grenser”* p s. 13

Til disse viktige temaene som omhandler barns tidlige erfaring med kropp, følelser, kjønnsidentitet og kjønnsuttrykk bør det lages veiledningsmateriell slik at barnehagens ansatte kan ta opp tema på en måte som er tilpasset barnas alder og sosioemosjonelle utvikling. Helsedirektoratet vil være behjelpelig med å utarbeide dette og viser til punkt 3.1 i «[Snakk om det!](#)», regjeringens livsløpsstrategi for seksuell helse.

### **2.4 Fysisk aktivitet**

Arbeid knyttet til lek og fysisk aktivitet i barnehagen kan med fordel utdypes med veiledningsmateriell og kompetansehevende kurs for pedagogisk og annet personell. Særlig kan dette knyttes til innhold i og praktisk tilrettelegging av fysisk aktivitet/lek i barnehagen.

### 3. Faglig utdyping

#### 3.1. Miljørettet helsevern

Direktoratet foretok i 2015 en kartlegging av barnehagenes godkjenningsstatus, kommunenes tilsynspraksis og flere andre forhold som er nedfelt i forskrift om miljørettet helsevern med hjemmel i folkehelseloven. Det foreligger en rapport fra kartleggingen, se IS-2447, som avdekker en del mangler iht. dette regelverkets krav. Direktoratet har forventninger til at en ny rammeplan for barnehagen skal bidra til å styrke barnas rettigheter til et trygt og godt miljø, bl.a. gjennom å ivareta forhold hvor det er avdekket mangler/svakheter i vår kartlegging.

Vi anser det for viktig at de krav og anbefalinger til det fysiske og psykososiale miljøet som barnehagene stilles overfor i helseregulverket i størst mulig grad kan gjenfinnes i og harmoniserer med føringer i den nye rammeplanen. Behovet for styrking av arbeidsmiljøet i barnehage (og skole), bl.a. gjennom et mest mulig helhetlig regelverk, er da også omtalt i St. Meld nr. 19 (2014-2015) Folkehelsemeldingen «Mestring og muligheter», pkt. 6.2.

#### 3.2. Fysisk aktivitet

Regelmessig fysisk aktivitet er nødvendig for normal vekst og utvikling av funksjonelle kvaliteter som motoriske ferdigheter, muskelstyrke og aerob kapasitet.<sup>2</sup> Barn og unge anbefales å være fysisk aktive minimum 60 minutter hver dag. Aktiviteten bør være variert og intensiteten både moderat og hard. Fysisk aktivitet utover 60 minutter daglig gir ytterligere helsegevinster. Minst tre ganger i uka bør aktiviteten være med høy intensitet, og inkludere aktiviteter som gir økt muskelstyrke og styrker skjelettet. I tillegg bør barn og unge redusere tiden de bruker i ro.<sup>3</sup>

Et høyt nivå av fysisk aktivitet hos barn i alderen 0-4 år er assosiert med bedre motorisk utvikling, lavere andel fedme, bedre ben og skjelett helse, bedre psykososial helse, bedre kognitiv utvikling og kardiorespiratorisk helse sammenlignet med barn som er lite aktive. Det er ikke påvist noen økt risiko for uhelse ved økt fysisk aktivitet.<sup>4</sup> Det er vist at barnehagebarn som har en utilstrekkelig mengde fysisk aktivitet av moderat eller høy intensitet og som tilbringer en stor del av dagen i ro har et høyere blodtrykk<sup>5</sup>, har lavere kardiorespiratorisk fysisk form (kondisjon)<sup>6</sup> og dårligere motoriske ferdigheter<sup>7</sup> sammenlignet med barn som er fysisk aktive. Videre er det påvist en opphopning av risikofaktorer for hjerte- og karsykdommer blant de 20 % av barna i alderen 2-6 år som er lite fysisk aktive sammenlignet med de mest aktive.<sup>8</sup> Blant

---

<sup>2</sup> Statens råd for ernæring og fysisk aktivitet (2000) Fysisk aktivitet og helse anbefalinger, Oslo

<sup>3</sup> <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/fysisk-aktivitet/anbefalinger-fysisk-aktivitet> (lastet 22.12.2016)

<sup>4</sup> Timmons BW, Leblanc AG, Carson V, Connor Gorber S, Dillman C, Janssen I, et al [Systematic review of physical activity and health in the early years \(aged 0-4 years\)](#). Appl Physiol Nutr Metab. 2012 Aug;37(4):773-92. doi: 10.1139/h2012-070.

<sup>5</sup> Vale, S., Trost, S. G., Rego, C., Abreu, S., & Mota, J. (2015). Physical Activity, Obesity Status, and Blood Pressure in Preschool Children. *J Pediatr*, 167(1), 98-102. doi:10.1016/j.jpeds.2015.04.031

<sup>6</sup> Burgi, F., Meyer, U., Granacher, U., Schindler, C., Marques-Vidal, P., Kriemler, S., & Puder, J. J. (2011). Relationship of physical activity with motor skills, aerobic fitness and body fat in preschool children: a cross-sectional and longitudinal study (Ballabeina). *Int J Obes (Lond)*, 35(7), 937-944

<sup>7</sup> Iivonen, K. S., Saakslanti, A. K., Mehtala, A., Villberg, J. J., Tammelin, T. H., Kulmala, J. S., & Poskiparta, M. (2013). Relationship between fundamental motor skills and physical activity in 4-year-old preschool children. *Percept Mot Skills*, 117(2), 627-646. doi:10.2466/10.06.PMS.117x22z7

<sup>8</sup> Jimenez-Pavon, D., Konstabel, K., Bergman, P., Ahrens, W., Pohlmann, H., Hadjigeorgiou, C., et al. (2013). Physical activity and clustered cardiovascular disease risk factors in young children: a cross-sectional study (the IDEFICS study). *BMC Med*, 11, 172. doi:10.1186/1741-7015-11-172

norske barn og unge er det vist en opphopning av metabolske riskfaktorer (blodtrykk, kolesterol, insulinresistens og livvidde) blant dem med lav muskulær og kardiorespiratorisk fysisk form.<sup>9</sup>

#### *Store forskjeller i fysisk aktivitet og stillesitting*

Den første større norske kartleggingen hvor fysisk aktivitet er kartlagt med aktivitetsmålere i barnehagetiden Norge er nå akkurat gjennomført. Det er 11 barnehager i Sandefjord som kartlagt aktivitetsnivået blant nesten alle 4-åringene. 32 % av jentene og 67 % av guttene hadde et aktivitetsnivå som gjør at de oppfyller minimumsanbefalingene. De 25 % av 4-åringene som har det laveste aktivitetsnivået er mindre fysisk aktive av moderat eller høy intensitet, videre bruker de en større del av dagen i ro. Resultatene viser at det allerede blant 4-åringene er store variasjoner i fysisk aktivitet av moderat eller høy intensitet fra de minst aktive til de mest aktive, fra 16 minutter/dag til 116 minutter/dag. Tid brukt i ro varierer, fra 2,7 timer i ro/dag til 6,5 timer i ro /dag.

Gutter bruker en større del av barnehagetiden i moderat og høy intensitet og mindre tid i ro sammenlignet med jenter. De 25 % av 4-åringene som har det laveste fysiske aktivitetsnivået har samme aktivitetsnivå inne som ute, blant de resterende 75 % av barna er aktivitetsnivået høyere ute enn inne. Når en ser til uteaktiviteten er gutter og jenter like aktive, det er positivt. Gutter har et høyere aktivitetsnivå innendørs.<sup>10</sup> Resultatene beskriver for første gang aktivitetsnivået i et større utvalg barnehager i Norge. Det er store variasjoner i aktivitetsnivået, spesielt urovekkende er de 25 % av barna som er minst aktive. De må fanges opp. Kartlegginger med spørreskjema eller observasjon klarer ikke å se slike nyanser i aktivitetsnivået som de objektive målingene avdekker, men andre undersøkelser kan være viktige for å beskrive andre nyanser i aktiviteten og gi et tydeligere bilde av aktivitetsnivået.

En mindre kartlegging med aktivitetsmålere av fysiske aktivitetsnivået blant noen barn i Stavanger området viser at hvordan barnehagen planlegger og tilrettelegger for fysisk aktivitet har store konsekvenser for aktivitetsnivået til barna.<sup>11</sup>

Funnene viser at barnehagene er en viktig arena for å stimulere til og legge til rette for variert lek og fysisk aktivitet. Aktiviteten utendørs er sentral. Ulik tilrettelegging og oppfølging skaper forskjeller i tidlig alder. Det er urovekkende.

#### *Føringer i Stortingsmeldinger*

I seneste [folkehelsemelding](#) planlegges et kompetanseløft for å styrke kvalitet i barnehagene. Barn og unges arbeidsmiljø poengteres som viktig. Det vektlegges videre at barnehager av god kvalitet er viktig for barn og unges fysiske utvikling og styrking av den enkeltes mestringsevne.<sup>12</sup> Når det gjelder folkehelseområdet vil dette være viktig for fremtidige generasjoner, spesielt med tanke på utvikling av en robust fysisk helse for fremtidens skoleelever og arbeidstakere som skal stå lengre i arbeid.

---

<sup>9</sup> Steene-Johannessen J, Anderssen SA, Kolle E, Andersen LB, Low muscle fitness is associated with metabolic risk in youth. Med Sci Sports Exerc. 2009 Jul;41(7):1361-7. doi: 10.1249/MSS.0b013e31819aaae5.

<sup>10</sup> Eivind Andersen Høgskolen i Sørøst-Norge, upubliserte data 2017.

<sup>11</sup> Giske R, Tjensvoll M, Dyrstad SM Fysisk aktivitet i barnehagen Et casestudium av daglig fysisk aktivitet i en avdeling med 5-åringene Nordisk barnehageforskning 2010 vol 3 nr 2 sid 53–62.

<sup>12</sup> Helse- og omsorgsdepartementet (2015) Meld. St. 19 (2014-2015) Folkehelsemeldingen — Mestring og muligheter.

Regjeringen er i seneste [stortingsmelding om friluftsliv](#) nr 18, *Friluftsliv Natur som kilde til helse og livskvalitet* (2016) opptatt av at det tilrettelegges for attraktive uteområder og nærmiljø knyttet til barnehagene. Det vektlegges at friluftslivsaktivitet, lek og læring i naturen i disse institusjonene er av stor betydning. I stortingsmeldingen poengteres videre at det er særlig betydningsfullt at barn i barnehagene som har et lavt aktivitetsnivå får mulighet til gode opplevelser og mestring utendørs og i naturen.<sup>13</sup> Kartleggingen fra Sandefjord som det henvises til ovenfor viser store forskjeller i barns aktivitetsnivå utendørs. Barnehagens rammer og de ansatte i barnehagene har her en sentral rolle.

Med bakgrunn i dette er det urovekkende at det vises til store forskjeller i aktivitetsnivået i dagens barnehager. Stortingsmeldingen om friluftsliv henviser til at det er en sammenheng mellom tiden avsatt til lek og utendørs aktivitet og kompetansen til de ansatte. Videre poengteres det flere ganger i stortingsmeldingen at individuell tilpasning og høy voksentetthet viktige forutsetninger for tilrettelegging av gode aktivitets- og uteopplevelser for de yngste barna. Stortingsmeldingen fremhever videre at et godt grunnlag for et sikkert friluftsliv legges gjennom gode rammer for barns og ungdoms motoriske utvikling i barnehage.

I tråd med politiske føringer mener Helsedirektoratet at revidert rammeplan bør bli mer forpliktende på disse områdene.

Vennlig hilsen

Linda Granlund e.f.  
divisjonsdirektør

Guri Sæther  
seniorrådgiver

*Dokumentet er godkjent elektronisk*

---

<sup>13</sup> Klima- og miljødepartementet (2016) Meld. St. 18 (2015–2016) Friluftsliv — Natur som kilde til helse og livskvalitet.

