

*Rita Strand Frisk &
Ane Linn Haagaas*

GRUV

Glede – Rytme – Utvikling – Vekst

*Barns frie bevegelse til innspilt musikk –
en veileder*



**Norges
musikkhøgskole**
Norwegian Academy
of Music

**NMH-publikasjoner
2019:2**

GRUV

Glede – Rytme – Utvikling – Vekst

En veileder til fri bevegelse til innspilt musikk for barn fra 10 måneder til to år og 11 måneder.

Rita Strand Frisk &
Ane Linn Haagaas

NMH-publikasjoner 2019:2

GRUV
Rita Strand Frisk & Ane Linn Haagaas
Norges musikkhøgskole

Senter for forskning i musikk og helse
NMH-publikasjoner 2019:2

Foto: © Ane Linn Haagaas
Bildene kan ikke brukes i andre sammenhenger.

© Forfatterne og Norges musikkhøgskole
ISSN 0333-3760
ISSN 2535-373X (online-utgave)
ISBN 978-82-7853-261-4 (trykt)
ISBN 978-82-7853-262-1 (pdf)

Norges musikkhøgskole
Postboks 5190 Majorstua
0302 OSLO

Tel.: +47 23 36 70 00
E-post: post@nmh.no
nmh.no

Sats og trykk: 07 Media, Oslo, 2019

Innhold

Takk!	5
Forord I	7
Forord II	9
Forfatternes forord	11
Del 1 GRUV – hvordan gjør vi det?	13
Musikk & bevegelse	15
<i>Bevegelse, dans eller kaos?</i>	15
Kom i gang med GRUV!	17
<i>Tiden</i>	18
<i>Rommet</i>	20
<i>Musikken</i>	22
<i>Den voksne</i>	24
<i>Barnet</i>	26
<i>Hva skjer barna imellom?</i>	27
Del 2 Slik ble GRUV til	35
Ideen	37
Fra idé til utviklingsprosjekt	39
Gjennomføringen i barnehagene	40
Musikken	41
Noen erfaringer	41
<i>Hva hemmer – og hva fremmer?</i>	42
<i>Alle kan delta – på egne premisser</i>	43

Del 3 Om bevegelse, motorisk utvikling, musikk, hjernen og observasjon	45
Kropp, bevegelse og motorisk utvikling	47
Musikk og bevegelse i hjernen	48
Improvisasjon og lek	50
Observasjon (fag/læring)	51
<i>Video som observasjonsmetode</i>	53
Litteratur	54
Om forfatterne	55

Takk!

Aller først ønsker vi å takke alle aktører for at denne veilederen har blitt til.

Stor takk til CREMAH; Senter for forskning i musikk og helse ved Norges musikkhøgskole og senterets samarbeidspartner i GRUV, Karette Stensæth. Uten deres økonomiske og faglige støtte til GRUV-prosjektet ville hverken GRUV-prosjektet eller dette veiledningsheftet ha eksistert.

Det var fysioterapeut Anne Grete Sandbakken i Røros kommune som fikk ideen til GRUV. Hun har vært aktivt med hele veien, også i utarbeidelsen av GRUV-veilederen. Den faglige kompetansen og tyngden Anne Grete besitter, har vært uvurderlig i prosessen. Gjennom samarbeidet har vi økt vår kompetanse om barns kropp og bevegelser til musikk.

Seks av syv barnehager i Røros kommune takket ja til å delta i GRUV-prosjektet. Vi skylder også derfor de ansatte i barnehagene som deltok i prosjektet en stor takk. De kastet seg ut i noe de ikke helt visste hva ville innebære, i tillegg til at de måtte håndtere utfordringene rundt å få tilrettelagt GRUV inn i en allerede travel barnehagehverdag. I veiledningsmøtene og gjennom samtalene underveis, fikk vi ny innsikt i dagens barnehager og ny kunnskap om fri bevegelse til innspilt musikk. Dette har inspirert oss i utformingen av, og innholdet i GRUV-veilederen.

Uten alle barnehagebarna som beveget seg til GRUV-musikken, ville vi hverken ha fått ny innsikt eller kunnskap om temaet. Vi har observert og analysert 55 videoopptak på ca. 10 til 20 minutter, som ble filmet av de prosjektansvarlige i barnehagene. Det har vært en fantastisk opplevelse å se disse videoopptakene flerfoldige ganger. Vi har analysert alle videoene, og noen av disse resultatene preger innholdet i GRUV-veilederen.

Stor takk også til lege og førsteamanuensis Are Brean som bisto oss i utarbeidelsen av avsnittet om *Musikk og bevegelse i hjernen* i del 3.

Helt til slutt vil vi takke GRUV-barna på bildene, og deres foresatte som har underskrevet samtykke til at bildene kan illustrere teksten i dette veiledningsheftet.

Oslo, 31. oktober 2018

Rita Strand Frisk og Ane Linn Haagaas

Forord I

Først vil jeg takke for muligheten til å lese manus til dette veiledningsheftet, og ikke minst det ærefulle oppdraget med å skrive et kort forord. Glede, rytme, utvikling og vekst (GRUV) er kjernebegreper i arbeid med og i samspill med barn, og det å sette barns kroppslighet og barns eget initiativ og interesser i sentrum er helt sentralt.

Det er flott å se et prosjekt som har hatt dette som fokus, og at det har munnet ut i en metode som setter barns kroppslige utfoldelse i sentrum, som tar barns initiativ på alvor, og som tør å la barn få ta styring i deres egen aktivitet. Dette er en herlig motvekt til en del av de mer voksenstyrte verktøyene som strømmer inn i barnehager landet over.

I GRUV står barnets egen kreativitet, ekspressivitet og bevegelsesløsninger i sentrum, der ingen løsninger er mer viktige enn andre, og ingenting er riktig eller galt. Samtidig peker metoden også på viktigheten av observerende og reflekterende voksne; en utforskende og reflekterende pedagogikk.

Dette veiledningsheftet henvender seg først og fremst til ansatte i barnehagen, og fungerer på den måten som inspirasjon og veiledning til å tilrettelegge for barns kroppslige bevegelser til musikk på en enkel og barnesentrert måte. Likevel kan heftet også være til inspirasjon for foreldre og andre som jobber med de yngste barna.

GRUV er enkelt bygd opp, og det er lett og lite kostnadskrevende for barnehager å gjennomføre dette. Samtidig er det en forholdsvis fleksibel metode som også kan tilpasses hver enkelt barnehage lokalt. Det er også en metode som passer for ALLE barn, uansett om de har forskjellig kulturell eller etnisk bakgrunn eller om de har ulikt fysisk funksjonsnivå.

Ellen Beate Hansen Sandseter

Professor i fysisk aktivitet og helse

Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning

Forord II

Ut fra den kunnskapen vi har om barn i dag, vet vi at positive kroppslige erfaringer ikke bare er hyggelige og gir glede, men også bidrar til hjernens utvikling. Dette er kanskje grunnen til at barn helt fra fødselen reagerer på musikk og rytme med en innlevelse og naturlighet som er slående.

Musikk er med andre ord barnets eget språk, og derfor snakker flere spedbarnsforskere om en *medfødt musikalitet* hos barn. Denne naturlige kroppslige «musikaliteten» spiller en rolle i sosiale relasjoner – på tvers av kulturer. På tross av ulike verbale språk kan vi delta i nonverbalt fellesskap gjennom gester, bevegelser, rytme og tonefall. Det er snakk om å lære en koreografi som kommer før verbalspråket. Denne koreografien utvikles både gjennom levende musikk og gjennom ferdig innspilt musikk.

Å dele en grunnrytme gjennom å delta i samme musikkstykke kan gi en sterk opplevelse av et kroppslig fellesskap. Samtidig med at barnet merker at «det er jeg som beveger meg». Ved å bli kjent med, og utvikle sine egne bevegelser og bli trygg på egen kropp sammen med andre, vil det være lettere å ta initiativ til å kommunisere med andre. Kroppslig kommunikasjon har et mye større repertoar av muligheter enn verbalspråket – og oppleves mer direkte, uten å gå veien om kognitiv fungering. GRUV bidrar til å styrke den kroppslige evnen til sosial deltagelse, gjennom at barnet erfarer å kunne være en agent for egne bevegelser.

Å kunne hvile i en rytme over tid påvirker oppmerksomhet og konsentrasjon. Når barn beveger seg sammen til musikk, gir det en opplevelse av kontinuitet, helhet og sammenheng. Dette er svært viktig i en tid som preges av skiftende aktiviteter og ytre krav. Et kjennetegn ved deltagelse i musikk og lek er at det representerer et nødvendig rom for å utvikle sine kreative evner. Å utvikle trygghet på sin egen spontane kroppslige kommunikasjon styrker både barns utvikling – og kreativitet.

Unni Tanum Johns

Musikkterapeut, spesialist og førstelektor i barnepsykologi

Forfatternes forord

GRUV er akronymet for Glede, Rytme, Utvikling og Vekst.

GRUV er et viktig prosjekt i dag. I en stadig mer institusjonalisert oppvekst og stille-sittende hverdag, representerer GRUV en motvekt. Engelsrud (2013) skriver at «barn er læremestere når det gjelder bevegelse. Voksne betaler tusenvis av kroner for å lære disse kvalitetene. Likevel sosialiserer vi barna til å sitte mest mulig stille.» Vi trenger ikke å be et barn bevege seg. Barnet *er* bevegelse[✓]eller som Engelsrud hevder: «Barnet trenger ikke instrueres – de beveger seg helt av seg selv.» Barnets utfordring er derfor omgivelsene, som regulerer dets bevegelsesmuligheter.

Heftet du holder i hånden er skrevet for ansatte i barnehager, både pedagogisk utdannede og ufaglærte, eller yrkesgrupper som finner GRUV relevant i sitt arbeid med barn. Det er skrevet for deg som ønsker en enkel oppskrift på et bevegelsesopplegg, og dermed et utvidet aktivitetsrepertoar. Den er spesielt skrevet for deg som ønsker å reflektere over, utfordre og dermed utvikle egen pedagogisk praksis.

GRUV er et opplegg som er ment å supplere andre aktiviteter som retter seg inn mot bevegelse. Det finnes flere opplegg som er i bruk i dag, hvor innlæring av mer eller mindre bestemte bevegelser/koreografi til musikk er målet. Disse er både morsomme og gode opplegg. GRUV forsøker ikke å være en erstatter for slike opplegg, men å tilby en annen innfallsvinkel.

For å få utbytte av, og kanskje også for å få øye på poenget med den svært enkle meto-dikken i GRUV, er refleksjon rundt praksis helt sentralt. Veilederen inneholder derfor også spørsmål knyttet til de ulike delene av GRUV. Det underliggende spørsmålet i GRUV er: Hva hemmer og hva fremmer bevegelse hos barn? Hvilken rolle spiller musikken, rommet og tid i dette? Og kanskje aller viktigst: Hvordan kan den voksnes rolle hemme eller fremme bevegelsesglede og aktivitet?

Vi håper at bruk av GRUV i barnehagen bidrar til å åpne blikket for det store bildet i de små prosessene, også utover de som handler om musikk og bevegelse. Vi håper også at denne veilederen kan få deg og dine kollegaer til å bruke GRUV både som en kilde til refleksjon rundt egen praksis, og rundt din egen rolle som tilrettelegger for fri bevegelsesutfoldelse til musikk for små barn.

Engelsrud (2013) mener at det er et paradoks at det finnes altfor lite systematisk kunnskap om hvordan de minste barna og barn med spesielle behov får mulighet til å bruke kroppen i bevegelse. I så måte er GRUV et viktig bidrag på feltet.

Del 1

GRUV – hvordan gjør vi det?



Musikk & bevegelse

Behovet for å bevege på kroppen når du hører musikk du liker, er et kjent fenomen for de aller fleste mennesker. Å bruke musikk for å stimulere til bevegelse er også hyppig benyttet i barnehage, skole og i fritidsaktiviteter. Når vi er sammen med små barn bruker vi også musikk, nærmest intuitivt, for å stimulere til bevegelse. Dette gjør vi både gjennom klappeleker og gjennom sanger med bestemte bevegelser som hører til. Hvis du synger «Lille Petter edderkopp», vil mange barn begynne å «klatre med fingrene». Vi synger «nå tar vi høyre foten frem, så tar vi venstre foten frem», og gjør bevegelsene samtidig som vi synger.

Mange popsanger har musikkvideoer som knytter musikken til bestemte koreografier. Et godt eksempel på dette, er for eksempel *Gangnam style*, som ble en global hit i 2012. Når denne sangen spilles, vil mange av oss legge armene i kryss og gjøre de bevegelsene som PSY (artisten) gjør i musikkvideoen. Vi mennesker assosierer, strukturerer, lager system og imiterer.

Bevegelse, dans eller kaos?

Jo eldre vi blir, jo mer vil bestemt musikk invitere til ulike sett med mer eller mindre bestemte bevegelser som vi kaller «dans». Samtidig går vi rundt med en oppfatning om at dans i stor grad er forbeholdt «de som kan det», i alle fall om det er noe som andre mennesker kan se! Men – i prinsippet kan jo alle mennesker bevege seg til musikk. Grad av rytmefølelse og bevegelse varierer – men alle *kan*. Ettersom vi nærmest automatisk tenker at den kroppslige responsen til musikk er, eller *bør være* dans – kan opplevelsen av å *ikke kunne* eller *ikke mestre* bli noe som begrenser oss. Vi kan dermed ende opp med å begrense vår egen kroppslige utfoldelse.

Å danse eller bevege seg etter et bestemt mønster eller følge de assosiasjonene bestemt musikk gir deg, er ikke negativt i seg selv. Men hva skjer om vi prøver å fjerne så mange av disse «premissene» som mulig, og la barna selv finne ut av hvordan de skal bevege seg? Gjennom GRUV prøver vi å stimulere til nettopp det at barnet får lov til å utforske egne bevegelsesmuligheter, og finne gode måter å bevege seg på til musikken de hører. For voksne kan dette være en vanskelig øvelse, fordi vi ofte er redde for å se rare ut. Barn har ikke denne redselen i like stor grad.

Et annet aspekt som av og til kan være vanskelig for voksne, er å «slippe barna løs» i barnehageaktivitetene. Barnas barnehagedag er i stor grad voksenstyrt, og barna skal blant annet lære å innordne seg sosiale pedagogiske regler for å kunne ta til seg kunnskap og utvikle seg. Dette er en viktig del av det å bli en liten medborger. Men det bør alltid være balanse mellom frie og styrte barnehageaktiviteter. Gjennom å blant annet legge til rette for fri bevegelse til musikk, vil barnehagene kunne gi et bredere tilbud som møter barns naturlige behov for å bevege seg, stimulere til kroppslig aktivitet, og forhåpentligvis også skape glede i det å bevege seg ut fra egen spontanitet og kreativitet!

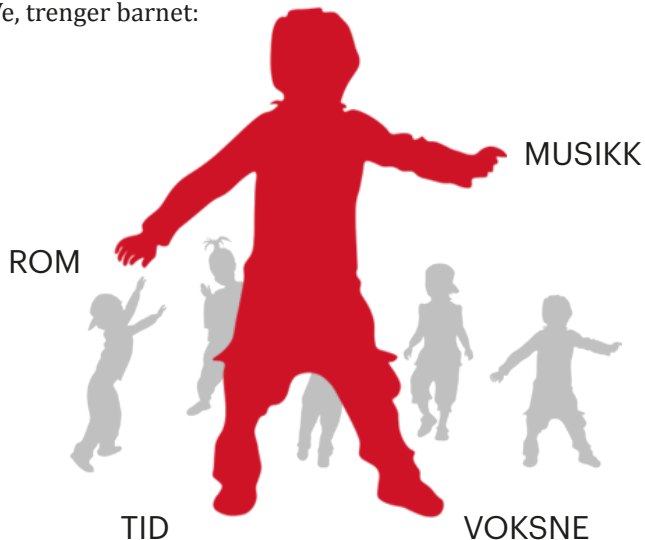
Kom i gang med GRUV!

GRUV passer fint som bevegelsesaktivitet for alle barn i barnehagen. Det er viktig å starte med de yngste i barnehagen før barna blir for mye preget av de tradisjonelle ledende sang- og lekeaktivitetene. De yngste barna blir også lett stimulert og opplever lyst til å bevege seg.

I GRUV står barnet i sentrum. Den grunnleggende ideen i GRUV er at barnet viser vei, forutsatt av at barnet selv får utforske musikken, rommet og sin egen kroppslighet. Målet er enkelt – å skape bevegelsesglede til musikk, og å la barnet selv finne bevegelsene.

Gjennom god tilrettelegging og en bevisst holdning til egen praksis, kan den voksne hjelpe barnet å gjøre nettopp dette.

For å GRUVe, trenger barnet:



Tiden

Når bør GRUV gjennomføres?

Barn liker forutsigbarhet! På lik linje med andre aktiviteter i barnehagen, bør også GRUV gjennomføres til faste tidspunkter. Det er opp til hver enkelt barnehage når på dagen GRUV skal gjennomføres, men vi anbefaler at barna som skal være med er mette og uthvilte.

Det er i hovedsak barna selv som styrer GRUV-rundens varighet. De vil oftest selv signalisere når de føler seg ferdige.

- Gjennomfør GRUV til et fast tidspunkt én gang i uken
- Velg et tidspunkt på dagen hvor barna er mette og uthvilte
- En god GRUV-runde kan vare fra 10 til 20 minutter
- Implementer GRUV i timeplaner, ukeplaner og årsplaner



Rommet

Hvor bør GRUV gjennomføres?

Barnehager er svært ulikt utformet, og tilgangen til ulike type rom varierer. I en barnehage er det naturlig nok både leker, spill og bøker i de fleste rom – og dette er elementer som kan virke distraherende. Vi anbefaler derfor at rommet som brukes til GRUV er så ryddig som mulig, innenfor rammene av *hva* som er mulig!

Har barnehagen eget gymrom eller tilgang til gymsal, er det en fordel. De som ikke har det, kan legge til rette gjennom å velge det rommet i barnehagen med størst gulvflate. Rom med små gulvflater og begrensende elementer kan innskrenke barnas opplevelse av bevegelsesfrihet.

Rommets størrelse vil legge føringer for hvor mange barn som bør delta i aktiviteten. I en gymsal kan det delta flere barn enn i rom med mindre gulvflate.

GRUV bør gjennomføres i et rom med god/normal akustikk. En god lytteropplevelse vil stimulere og motivere til bevegelse. GRUV stimulerer til aktivitet gjennom lyd, samtidig som at aktiviteten *i seg selv* skaper lyd. Så velg et rom som tåler lyd!

- Velg et rom som er så ryddig og tomt som mulig
- Velg et rom med størst mulig gulvflate
- Velg et rom med god/normal akustikk



Musikken

Hvilken musikk skal brukes?

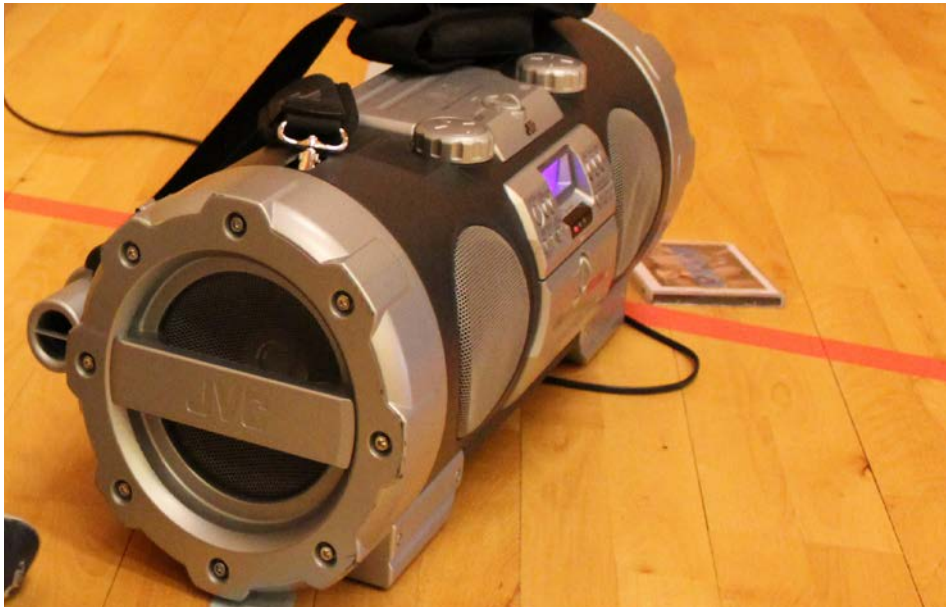
Allerede fra barna er veldig små kan de ha assosiasjoner til musikk og en oppfatning om hvilke bevegelser som «hører til» en bestemt type musikk. Et sentralt poeng med GRUV er derfor å forsøke å finne musikk som barna har få eller ingen assosierte bevegelser til.

Musikken kan lastes ned eller strømmes fra nettet. Prøv da for eksempel å finne musikk med trommer som eneste eller bærende instrument. Søkeord kan være “drum music”, “percussion” eller lignende. GRUV ligger også som egen spilleliste på Spotify.

Hvert spor bør være på ca. ett minutt, med tre sekunders pause mellom hvert spor. Her kan dere enten laste ned og klippe lydfilene, eller samarbeide om avspilling fra en spilleliste. Da vil den som styrer musikken ha kontroll over tiden.

Dere kan gjerne prøve dere frem med andre typer musikk og se hva som skjer i bevegelsene hos barna. Musikk med varierende tempo, mer melodi og ulike styrkegrader kan stimulere til andre typer bevegelser.

- *Utvalget av musikk* kan enten samles på en egenprodusert CD eller settes opp i spilleliste på Spotify/iTunes eller lignende tjenester.
- *Hvert lydspor/avspilling* bør være på ca. ett minutt, med tre sekunders pause mellom hvert spor.
- *Teknisk utstyr* med gode avspillingsmuligheter er viktig, uansett om dere bruker CD eller spilleliste på egen mobil, nettbrett eller lignende. Lydkvalitet er like viktig for barn som for voksne.
- *Plassering av lydkilden* i rommet er avhengig av hvilken type lydavsplayer som anvendes. Lydkilden trenger ikke gjøres utilgjengelig for barna.
- *Volum* vil kunne variere med hvilken type rom det GRUVes i, og kvaliteten på lydavsplayeren. Ikke vær redd for volum, men finn en balanse mellom det som oppleves engasjerende og behagelig.



Den voksne

Den voksnes rolle

I GRUV skal ikke barna bli ledet eller vist av en voksen hvordan de skal bevege seg, da dette kan føre til at de blir mer opptatt av å imitere den voksne enn å utforske sin egen spontanitet og autonomi. Den viktigste oppgaven den voksne skal ha i GRUV er å *observere*. Den voksnes optimale plassering i rommet er inntil en vegg eller ut mot siden, slik at barna opplever at de kan bevege seg fritt i hele rommet. Samtidig må den voksnes plassering være såpass nær at barn som trenger å henvende seg til en voksen, opplever at denne er tilgjengelig.

Barnas responser på musikken er ulike, og svarer ikke alltid til de voksnes forventninger. Å observere det barnet gjør er en enestående mulighet til å oppdage hvordan barna opplever musikken kroppslig, og hvordan barnas musikalitet, rytme, kreativitet og sosiale samhandling kommer tydelig til uttrykk. Den voksne bør være oppmerksom på hvordan musikken både understøtter og rammer inn barnas kroppslige bevegelsesaktiviteter og -uttrykk.

Den voksne skal:

- Observere
- Ikke lede
- Være tilgjengelig



Barnet

På barnets egne premisser

Barnet beveger seg til musikken på egne premisser. Det kan innebære at det løper, hopper, snurrer, ligger på gulvet, stopper opp og ser seg rundt, lytter. Et barn som står stille eller holder fokus på noe utenfor seg selv mens musikken fyller rommet, er ikke nødvendigvis passivt.

Noen barn trenger tid til å bli kjent med musikken før de beveger seg til den. Da er det ekstra viktig at den voksne ikke går inn og bryter barnets tilstand, men tillater barnet å bruke den tiden det trenger. Da kan den voksne heller observere – og prøve å legge merke til hva det er som egentlig skjer.

OBSERVER:

- Stopper barnet opp eller står det stille?
- Lytter det?
- Er det nært lydkilden, eller beveger det seg unna?
- Ligger/står/går/løper/hopper/snurrer det?
- Utvikler bevegelsene seg til noe som minner om dans?
- Ser du små bevegelser, som for eksempel
 - en fot som vipper?
 - en finger som følger takten?
 - hender som klapper?
 - hodenikking?
 - kniksing i beina?

Hva skjer barna imellom?

I en gruppe barn skjer det også alltid mye dem imellom. I en sammenheng hvor musikk er en ramme, åpner det seg nye muligheter for sosial interaksjon både språklig og kroppslig. Barn improviserer hele tiden gjennom kroppslig lek, og gjennom kreative bevegelser kan barnet få utløp for egne følelser, fantasi og få trening i kroppslig kommunikasjon og sosial samhandling (Nygård, 2018: 434). Barna gjør dette individuelt og sammen.

Hva ser du?

OBSERVER:

- Er barna avventende?
- Ser de på hverandre?
- Hermer de/imiterer de hverandre?
- Skjer det noe sosialt samspill i opplevelsen av musikken?
- Skapes det noe barna imellom?
- Hvor stort område beveger de seg over?
- Løper de?
- Om så, løper de «bare», eller er dette noe som skjer i relasjon til musikken?
- Ser du rytmiske bevegelser, individuelt/felles?
- Er det noen som lager noe som kan oppfattes som en «dans» mellom flere barn?



Hva gjør jeg hvis ...

Noen ikke vil være med?

Noen bare sitter ved lydavspilleren?

Noen bare løper?

Noen blir redd musikken?

Noen vil ha meg med i bevegelsene/aktiviteten?

Noen kjeder seg?

Hva gjør jeg hvis noen ikke vil være med?

Hvordan vet du at barnet ikke vil være med? Er det noe du oppfatter og tolker, eller er det fordi barnet selv sier eller gir uttrykk for at det ikke vil? Dersom barnet sier at det ikke vil, så svar at det er greit og inviter barnet til å sitte sammen med deg. Prøv å legge merke til om det følger med på hva de andre gjør. Kanskje kan du spørre hva barnet ser på eller tenker på. Legg merke til om barnet lar seg inspirere av musikken ved å gjøre små (rytmiske) tramp eller andre bevegelser som du vanligvis ikke ville ha lagt merke til. Når du viser barnet at du aksepterer at det ikke vil bevege seg, kan det i seg selv lede til at barnet etter hvert tar initiativ til å delta.

Dersom det er du som tolker at barnet ikke vil, så avvent situasjonen. Observer hva som skjer med barnet før du oppfordrer det til å bevege seg sammen med de andre barna. Sett deg sammen med barnet, samtidig med at du har et blikk på de barna som beveger seg til musikken. Hold øye med barnet som ikke vil være med; hvor er barnets fokus, hva er det opptatt av, hva skjer kroppslig med barnet, er det rolig eller urolig, responderer det på musikken og lignende?

I GRUV er det viktig å gi barnet tid. Barnet trenger tid til å finne ut hva GRUV går ut på før det selv er klar til å delta. Mange barn trenger tid til å oppdage eller se hva de andre barna gjør, og slik forstå hva det selv kan gjøre.

Hva gjør jeg hvis noen bare sitter ved lydavspilleren?

Slik som voksne, så forholder også barn seg ulikt til musikk. At barnet sitter ved lydavspilleren er barnets naturlige respons på musikken. Barnet gjør seg kjent med musikken gjennom å lytte. Noen barn trenger å lytte før de begynner å bevege seg.



Derfor er det viktig å ikke bryte inn når barnet lytter. Vær heller oppmerksom på hva som skjer med barnet i sin lytterposisjon. Observerer du noen små eller store bevegelser? Er barnets fokus kun rettet mot musikken, eller er barnet også oppmerksom på hva de andre barna gjør? Får barnet selskap av noen av de andre barna? Hva skjer i relasjonen barna imellom? Inspirerer de hverandre?

Gi deg tid til å se eller oppdage hva som skjer. Dersom det ikke skjer noe negativt barna imellom, så bare pust ut og gi barna tid. Stol på at de sammen, eller hver for seg, gjør noe som er godt og hensiktsmessig der ved lydavspilleren

Hva gjør jeg hvis noen bare løper?

Det er helt naturlig at barn løper, spesielt når de kommer inn i et stort rom. La dem derfor bare løpe, og for all del; ikke stopp dem. Observer hva som skjer når barna løper. Løper de rytmisk eller i takt med musikken? Avtar løpingen eller øker tempoet? Stopper de opp, som om de tar seg en pause? Hva skjer når barna står stille? Hva gjør de, hva er de opptatte av? Ser du noen kroppslige bevegelser? Utvikler løpingen seg til nye kroppslige bevegelser?

La barna holde på. Barn blir både glade og trygge når de får utfolde seg og fritt løpe til musikk. Da stimulerer barnet alle sansene, og erfarer mestring og god kroppsopplevelse. En slik kroppslig utfoldelse innebærer også at barna utvikler grovmotoriske ferdigheter og balanse. Dette er en viktig forutsetning for å bli et trygt barn i egen kropp.

I en gymsal kan barna begynne å klatre i ribbeveggen. La det skje. Hva skjer, hva gjør det – fører det til at flere barn begynner å klatre i ribbeveggen? Hva gjør barna seg imellom, lar de seg inspirere av hverandre, eller forholder de seg kun til seg selv?



Hva gjør jeg hvis noen blir redd musikken?

Erfaring har vist at barn kan bli redde for musikk. Barnets responser skal tas på alvor. Det er viktig at volumet er justert, slik at barna ikke plages av at musikken er for høy. Start med å spørre barnet om det vil se på de andre, eller om det ønsker å gå ut av rommet.

Snakk med barnet. Lytt til hva barnet sier, framfor å legge føringer for samtalen. Det er viktig å få barnet selv til å sette ord på hva som gjør det redd. Snakk gjerne med med foresatte om barnets forhold til musikk, og om barnets erfaringer med å bevege seg fritt til musikk uten ledelse eller instruksjon. Spør dem også om barnet er vant til å høre musikk, og hvis ja; hvilken type musikk? Kanskje kan barnets musikksmak integreres i GRUV-musikken.

Hva gjør jeg hvis noen vil ha meg med i bevegelsene/aktiviteten?

Å bevege seg fritt til musikk faller ikke like naturlig for alle barn. Det kan være ulike årsaker til det. Uavhengig av årsaken, må den voksne ta barnets henvendelse på alvor. Barnet må tilvennes og erfare at det kan klare å bevege seg uten en voksen. Det finnes ingen oppskrift på hvordan en kan gjøre denne tilvenningen, men den voksne kan for eksempel sitte på gulvet sammen med barnet, finne på ulike bevegelser sammen med barnet, og oppfordre barnet til å bestemme bevegelsene i størst mulig grad. Igjen handler det om tid, og det er viktig at barnet ikke blir presset til noe det ikke vil.

Hva gjør jeg hvis noen kjeder seg?

Noen barn sier at de kjeder seg. Den voksne bør gi barnet aksept på at det er greit å kjede seg. Den voksne kan da tilby seg å være sammen med, eller sitte ved siden av barnet. Om nødvendig kan den voksne småprate litt og lede oppmerksomheten mot det som skjer på gulvet. Dette kan bidra til å avlede barnet fra kjedsomheten, og

inspirere til aktivitet sammen med de andre barna. Det kan ta tid før barnet endrer fokus, men det er viktig å gi barnet den tiden dette tar.



Del 2

Slik ble GRUV til

Ideen

Kommunefysioterapeut i Røros kommune, Anne Grete Sandbakken, har gjennom sitt arbeid observert at en rekke barn har ulike motoriske utfordringer som ikke kan knyttes til en bestemt diagnose. Hun ønsket å stimulere til bevegelse, og koblet derfor musikk inn i arbeidet sitt. Høsten 2012 satte hun i gang et forprosjekt i samarbeid med kommunens kulturkontor og én av Røros kommunes private barnehager. Kulturkonsulent Ane Linn Haagaas fikk ansvar for å sette sammen et knippe låter som skulle benyttes i aktivitetsstunder ledet av fysioterapeuten. De valgte ut en gruppe barn i alderen 1–3 år i samarbeid med pedagogiske ledere i barnehagen. De ulike aktivitetsstundene ble videofilmet.

Aktivitetsopplegget fikk arbeidstittelen GRUV – som skulle stå for *glede, rytme, utvikling og vekst*. Betydningen ordet får om du sier det på engelsk, var også viktig. Ideen tok jo direkte utgangspunkt i tanken om GROOVE – når musikken spiller, vil kroppen være med!



Fra idé til utviklingsprosjekt

For å få tilført fagkompetanse på musikk og bevegelse, tok kommunen kontakt med musikkterapeut Rita Strand Frisk ved Norges musikkhøgskole. Frisk reiste til Røros for å se på videomaterialet fra de ulike aktivitetsstundene. På grunnlag av dette, bidro hun med kompetansen sin til fagpersonene som hadde deltatt i forprosjektet. Gjennom observasjon av videoene, oppsto det mange gode tverrfaglige diskusjoner. Dette ledet til nye spørsmål om GRUV.

Vi la spesielt merke til bevegelsesmønstre hos barna som spant ifra autonome og «frie», til bevegelsesmønstre som i større grad syntes å være innlærte imitasjoner. Dette ledet til spennende samtaler om valg av musikk. Burde den valgte musikken være kjent for barna – eller burde en velge musikk som få eller ingen av barna har et forhold til?

I videomaterialet observerte vi også at den voksnes rolle og deltagelse hadde stor betydning for barnas spontane bevegelsesutøvelse. Dette ledet til drøfting rundt den voksnes rolle i prosjektet, i tråd med GRUVs formål, der fokuset skal være på det enkelte barns spontane og frie utfoldelse til ferdig innspilt musikk.

GRUV var et så spennende musikk- og bevegelsesprosjekt at vi ville gjøre dette til et utviklingsprosjekt i alle Røros' barnehager. Prosjektet ble gjennomført i fem trinn:

1. Søke Norsk senter for forskningsdata AS for en formell godkjenning av prosjektet.
2. Produsere en CD med rytmisk musikk, hovedsakelig bestående av trommer og perkusjonsinstrumenter.

3. Introduksjonskurs for ansatte i barnehagene, med formål å motivere til deltagelse.
4. Gjennomføring av bevegelsesaktivitetene med oppfølging og veiledning av personalet i seks av Røros kommunes syv barnehager.
5. Analyse av data, og formidling av erfaringene og resultater i en egen rapport

Resultatene og erfaringene med prosjektet er redegjort for i en rapport med tittelen *Fri bevegelse til innspilt musikk. Et forebyggende prosjekt med fokus på å stimulere barns motoriske utvikling fra tidlig førskolealder i et teknologisk samfunn.*

I tillegg er GRUV nevnt i Røros folkehelseplan 2017–2027

Gjennomføringen i barnehagene

I prosjektperioden fikk barnehagene i oppgave å gjennomføre aktivitetsstunder med avspilling av musikk for en gruppe barn. De voksne fikk i oppgave å være observatører, og å holde seg i bakgrunnen for aktiviteten. De ulike aktivitetsstundene skulle filmes. I løpet av prosjektperioden bidro prosjektleder med veiledning underveis, basert på videoopptakene og samtaler med de ansatte.

Musikken

I utviklingsprosjektet i de seks barnehagene, valgte vi å bruke musikk med trommer som eneste eller bærende instrument. Nesten samtlige spor hadde relativt høyt tempo. Om trommebasert musikk i høyt tempo er det eneste riktige valget for å stimulere til fri bevegelsesutfoldelse, kan vi ikke påstå. Vi ønsket imidlertid å velge musikk barna hadde få eller ingen assosierte bevegelser til, for å i størst grad stimulere til en assosiasjonsfri utfoldelse i relasjon til musikken. Det er selvsagt svært kulturelt betinget hvilken musikk man har assosiasjoner til.

Musikk med mer melodi, varierende tempo, styrke og stemninger, vil stimulere til annen type bevegelse enn den hurtige trommemusikken som GRUV-musikken besto av.

Noen erfaringer

Det vi fant gjennom utviklingsprosjektet GRUV, handler i all hovedsak om fem forskjellige momenter: barnet, den voksne, tiden, musikken og rommet. Det er samspillet disse imellom som danner grunnstammen i GRUV-metodikken, og som vi har utdypet i del 1: *Hvordan GRUVe?*

Vi gjorde også to andre erfaringer knyttet til barn, musikk og bevegelse som vi vil se nærmere på i det følgende: 1) Hva hemmer – og hva fremmer? 2) Alle kan delta – på egne premisser.

Hva hemmer – og hva fremmer?

Det dukket opp mange interessante spørsmål i prosessen sammen med barnehagene, som for eksempel:

- Er man som voksen passiv når man sitter og observerer?
- Vil en aktivt deltagende voksen fremme barnas utfoldelsesglede? Eller kan man noen ganger oppleve å hemme denne, uten at man ser sin egen rolle i det som utspiller seg?
- Er et barn som lytter til musikk foran stereoanlegget passivt eller aktivt?
- Reagerer alle små mennesker på musikk på eksakt samme måte til samme tid?
- Hvilke forventninger har vi voksne til barnas responser når vi setter på musikk?
- Hvorfor kan våre forventninger av og til ødelegge for en prosess?

I datamaterialet¹ etter innsamlingsperioden i barnehagene, viste det seg tydelig at den voksnes rolle både kan hemme og fremme bevegelsesglede hos barna. For noen av de som deltok, var rollen som *observatør* en utfordrende rolle å ta. Oppfatninger om hva som er *passivt* og hva som er *aktivt* var også et springende punkt – både hva den voksnes selvopplevelse angår, og hvordan den voksne observerte barnet i møtet med musikken.

1 55 videoopptak og 12 opptak av veiledning til personalet underveis i prosjektet.

Alle kan delta – på egne premisser

I utviklingsprosjektet kunne alle barn få utfolde seg kroppslig ut fra sine egne forutsetninger, med eller uten funksjonsnedsettelse. Barn med funksjonsnedsettelse måtte ikke ha noen spesiell tilrettelegging for å kunne delta i GRUV. Våre erfaringer, og videomaterialet fra prosjektet, avdekket hvordan barn med funksjonsnedsettelse deltok både individuelt og i samspill med de andre barna – ut fra sine forutsetninger.

En annen interessant observasjon, var hvordan barn som tidvis hadde høyt tempo i «springefart» fint klarte å koordinere unna kollisjoner, knuffing eller andre typer uheldige hendelser. Barna produserte også svært lite støy, hyling eller annen forstyrrende aktivitet. Barnas stemmelyder var mer i form av spontane uttrykk som respons på musikken, eller i tilknytning til kroppslig aktivitet i relasjon til musikken og hverandre.



Del 3

Om bevegelse,
motorisk utvikling, musikk,
hjernen og observasjon



Kropp, bevegelse og motorisk utvikling

Allerede fra vi fødes, er vi et kroppslig vesen som opplever og persiperer gjennom alle sansene. Gjennom bevegelser og motorisk mestring, utforsker vi og tilegner oss verden. Slik utvikling skjer i samspill med omsorgspersoner som støtter og tilrettelegger ut fra ferdighetsnivå (Moser, 2018).

Alle går igjennom en bevegelsesutvikling som omfatter å koordinere grovmotoriske og finmotoriske bevegelser i ulike aktiviteter. Grovmotorisk utvikling starter med å rulle fra rygg til mageleie og tilbake. Videre mestrer vi ferdigheter som å krype, krabbe, stå, gå, løpe, hoppe, klatre og snurre. Gjennom finmotoriske bevegelser perfektionerer barnet øye-hånd-koordinasjon gjennom å holde i objekter, føre gjenstandene til munnen, holde i en skje, spise selv, for gradvis å mestre å pusle, bygge, tegne, klippe med mer.



For å kunne utføre harmoniske og effektive bevegelser, utvikler vi en bevegelsesrytme i de fleste handlinger vi foretar oss. Eksempel på dette er å snakke, skrive, gå, sykle, stå på ski og sparke fotball (Nygård, 2018). Den motoriske utviklingen er en forutsetning for kunnskapsutvikling, sosiale relasjoner og kommunikasjon. I løpet av barns utvikling er det ikke et skille mellom tanker og språk på den ene siden, og følelser og fysisk aktivitet på den andre. Alt dette henger sammen fordi barn er utforskende av natur (Løkken, 2018).

Hvor mye plass det er til fysisk aktivitet, bevegelse og utvikling av motoriske ferdigheter, avhenger av det miljøet barna tilbys, og hvordan de voksne tilrettelegger for bevegelse (Jørgensen, 2018). Dette henger sammen med hvordan det arbeides pedagogisk med kropp, bevegelse og helse i dagens barnehager (Løkken, 2018).

Å mestre bevegelsesoppgaver innebærer at barnehagen tilrettelegger for motoriske aktiviteter som stimulerer barnas bevegelsesferdigheter og koordinasjon – og fysiske ressurser som utholdenhet, styrke, hurtighet og bevegelighet. Samlet forbygger dette barnets psykiske og fysiske helse (Moser, 2018).

Musikk og bevegelse i hjernen

Rytme, musikk, bevegelse og følelser er tett knyttet sammen i hjernen. Dette henger dels sammen med at hjernens “rytmegeneratorer”, som er koblet til innkommende lydssignaler fra ørene via hjernestammen, er aktive når vi beveger oss rytmisk.

Basalgangliene, som ligger midt i hjernen, er viktige for riktig programmering og planlegging av bevegelser. Dels henger rytme, bevegelse og følelser også sammen med at basalgangliene sender signaler til både de delene av hjernen som er involvert i følelser, og til de delene som er involvert i tanker og forestillinger.



Emosjoner, motorikk og kognitive oppgaver prosesseres altså parallelt, og påvirker hverandre. Derfor er det ikke bare bevegelsene som automatisk koordineres til den ytre rytmen ved bevegelse og dans. Det gjør også pusten, pulsen, følelsene og kognitive prosesser. Gjennom bevegelse og dans, sammen med andre til felles rytme, aktiveres også hjernens speilnevronsystem. Dette systemet er blant annet viktig for å forstå og tolke andres følelser og intensjoner (Brean, 2018).

Improvisasjon og lek

Barn flest er umiddelbare og utforskende. Derfor begir de seg uforbeholdent hen inn i bevegelsesaktivitet og lek. Det som særpreger aktivitetene er hvordan barna planløst, men på en kreativ og improviserende måte, deltar i aktiviteten eller i leken. I det Store norske leksikon kan vi lese at: «Improvisasjon er spontan fremføring, uten hjelp av manuskript eller memorering eller en forhåndsdefinert plan eller kode».

Barn trenger derfor ikke alltid planlagte aktiviteter med bestemte bevegelser, eller bevegelser utført på bestemte måter. Nygård (2018) skriver at det handler om å utvikle barnas indre følelser for bevegelse, ikke bare at de skal se bevegelse utenfra. Videre skriver han at: «Når barn improviserer er det likestilt med å leke. Barns improvisasjon gjennom lek gjør at de selv kan bestemme hvilke bevegelser de skal utføre, og hvordan det skal gjøres.



Gjennom den kreative dansen får barnet

- utløp for egne følelser
- uttrykke seg med kropp
- bruke fantasien
- trening i kroppslig kommunikasjon og samhandling
- trening i selvstendighet ved å uttrykke seg fritt til musikk»

(Nygård, 2018: 434)

Dette er i tråd med forskrift om rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver (2017) der vi blant annet kan lese: «Barna skal støttes i å være aktive og skape egne kunstneriske og kulturelle uttrykk. Barnehagen skal legge til rette for samhörighet og kreativitet ved å bidra til at barna får være sammen om å oppleve og skape kunstneriske og kulturelle uttrykk». Da er kroppen instrumentet og det er «... først når vi lærer å beherske kroppen at vi kan forfine bevegelsene, bedre teknikken, samhandle med andre, variere og eksperimentere med bevegelser» (Nygård, 2018: 435).

Observasjon (fag/læring)

Den største fordelen med observasjon er at den som observerer har mulighet til å se hva som faktisk skjer. Når barn beveger seg fritt til ferdig innspilt musikk, har den voksne en unik mulighet til se hvordan barna aktiviserer seg kroppslig – og hvordan hvert enkelt barn utvikler en musikk- og bevegelsesrelasjon. Observatøren får på denne måten ny kunnskap om barnas bevegelseskompetanse – hver for seg og sammen. Den voksne vil oppdage mangfoldet av små og store bevegelser som er inspirert av musikken, og hvordan disse bevegelsene videreutvikles i relasjon til musikken og barna imellom. Man kan faktisk observere hvordan barna og musikken blir en helhet.

Det å observere er et privilegium, og ifølge Greve (2017) er observasjon de barnehageansattes viktigste verktøy for å oppdage hva barna er opptatt av. Det er også nyttig for å kunne planlegge tilrettelegging for andre barnehageaktiviteter, slik at barnas interesser og kompetanser kan danne utgangspunkt for disse aktivitetene.

Greve (2017) påpeker at dette er et viktig prinsipp i den norske barnehagemodellen. Dette er grunnen til at vi ikke har en læreplan med bestemte læringsmål for barnehagebarn, men i stedet en rammeplan som kun trekker opp rammene for virksomheten. Greve hevder videre at det er et viktig premiss som vi må hegge om i en tid da



regjeringen viser en stadig sterkere styringsvilje i barnehagen. Moser (2018) skriver dette om barnets kroppslighet, som har en fremtredende posisjon i alle kulturer:

Et barns motoriske kompetanse, det å ha et godt grovmotorisk og finmotorisk funksjonsnivå, god balanse og god kroppsbevissthet og -kunnskap framstår som et mål i seg selv og trenger ikke ytterligere begrunnelse. Barn har behov for å mestre sin kropp og et mangfold av bevegelser, som på sin side kan være en forutsetning for å mestre livet og verden (ibid:33).

Det kan tas til inntekt hvor viktig det er å observere barnehagebarnas frie bevegelse til musikk, og hvor viktig det er at barnehageansatte får økt bevissthet om akkurat dette.

Video som observasjonsmetode

Dagens barnehager har mange ulike måter å observere på, og derfor redegjør vi ikke for ulike observasjonsmetoder her. Derimot anbefales video som en observasjonsmetode. Styrken med videoobservasjon er at den kan gi systematisk kunnskap om barnets kroppslige og motoriske utvikling, også når det gjelder barn med funksjonsnedsettelse. Videre gir videoobservasjon økt innsikt i hvordan barna etablerer og utvikler sosial samhandling gjennom bevegelser til musikk, og hvordan bevegelsene blant annet kan utvikle seg til å bli en sosial dans med repeterende bevegelsesmønstre. Videoens tekniske muligheter som å stoppe opptaket, fryse bilder, spole tilbake og spille av langsomt, er i så måte uvurderlig.

Litteratur

- Engelsrud, Gunn. (2013, 23. september). *Sosialisert til passivitet? Norges idrettshøgskole*. Hentet fra <http://www.nih.no/om-nih/aktuelt/nih-bloggen/engelsrud-gunn/sosialisert-til-passivitet/>
- Forskrift om rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver (2017): Hentet fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/062a50467a86492b9ab1829df-2433fae/ny-rammeplan-for-barnehagens-innhold.pdf> s. 19.
- Greve, Anne. (2017, 31. januar). Hva er mulig å observere i barnehagen og hvorfor er observasjon et så viktig verktøy? Hentet fra <https://utdanningsforskning.no/artikler/observasjon--barnehagelarerens-viktigste-verktoy/>
- Jørgensen, Kari-Anne. (2018). Barn og fysisk aktivitet i et samfunnsperspektiv. I Sandseter, Hagen & Moser (red.), *Kroppslighet i barnehagen. Pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse* (3. utgave, s. 255–268). Oslo: Gyldendal.
- Løkken, Gunvor. (2018). Bevegelse er mening. I Sandseter, Hagen & Moser (Red.): *Kroppslighet i barnehagen. Pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse* (3. utgave s. 44–53). Oslo: Gyldendal.
- Norsk senter for forskningsdata AS. Hentet fra: <http://www.nsd.uib.no/om/>
- Nygård, Stig-Ivan. (2018). Bevegelseslek med musikk og rytme. I Sandseter, Hagen & Moser (red.): *Kroppslighet i barnehagen. Pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse* (3. utgave, s. 429–447). Oslo: Gyldendal.

Moser, Thomas. (2018). Barns kroppslighet som del av barnehagens helhetlig dannelsesoppdrag. I Sandseter, Hagen & Moser (red.): *Kroppslighet i barnehagen. Pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse* (3. utgave, s. 23–43). Oslo: Gyldendal.

Store Norske leksikon (2018, 20. februar). Hentet fra: <https://snl.no/improvisasjon>

Røros folkehelseplan 2017–2027 Hentet fra: <https://roros.kommune.no/wp-content/uploads/2017/10/Folkehelseplan-2017-2027-1.pdf>

Om forfatterne

Rita Strand Frisk er førstelektor i musikkterapi ved Norges musikkhøgskole (NMH). Hun er utdannet faglærer i musikk, instrumentalpedagog og musikkterapeut ved Østlandets musikkonservatorium. Videre har hun hovedfag i musikkterapi ved Universitetet i Oslo (UiO) og videreutdanning i integrativ terapi og rådgivning. Rita har lang erfaring som musikkterapeut ved Haug spesialscole i Bærum, og veileder og rådgiver i tverrfaglig team i Bydel Søndre Nordstrand og Torshov kompetansesenter (Statped). Frisk underviser nå ved musikkterapiutdanningen ved NMH i emnene *Musikkterapiteori og metode* og *Relasjon og kommunikasjon*, i tillegg til at hun veileder masterstudentene i deres masterarbeid i musikkterapi. Frisk underviser også ved videreutdanningen i musikk og helse i emnet *Relasjon og kommunikasjon*. Hun har utviklet dette emnet som er et viktig fag i musikkterapiutdanningene. Frisk har også koordineringsansvar for all musikkterapi- og musikk og helsepraksis. Det har generert praksisplasser og godt samarbeid med sentrale spesialpedagogiske institusjoner og helseinstitusjoner som yter god praksis til studentene. Hun gir også praksisveiledning til masterstudenter som får godkjent egenpraksis som en del av sitt masterarbeid, noe som også har generert nye musikkterapistillinger og praksisplasser.

Ane Linn Haagaas har bakgrunn fra samfunnsvitenskapelige fag ved NTNU, samt musikkvitenskap fra UiO. I skrivende stund studerer hun musikk og helse ved NMH på deltid. Haagaas er frilansvokalist på si. Til daglig jobber hun som kulturkonsulent i Røros kommune, blant annet med Den kulturelle skolesekken, en ordning som skal sikre elever i skolen tilgang til kunst- og kulturopplevelser av høy kvalitet i skolehverdagen. Hun jobber også med Den kulturelle spaserstokken, som skal tilby eldre gode kulturaktiviteter og -opplevelser, samt at hun er kommunekontakt for UKM (Ung kultur møtes), hvor ungdom mellom 10 og 20 år kan vise frem sine kulturuttrykk for andre. Hun deltar også i ulike tverrfaglige prosjekter i organisasjonen hun jobber i.

Ellen Beate Hansen Sandseter er professor i fysisk aktivitet og helse ved Dronning Mauds Minne Høgskole. Hun er utdannet innenfor idrett ved NTNU og NIH, og forskningsinteressene hennes omfatter primært barns fysiske og motoriske lek med vekt på spennings- og risikofylt lek i barnehagen, både i barns og voksnes perspektiv.

Unni Tanum Johns er musikkterapeut, spesialist og førstelektor i barnepsykologi. Hun er ansatt ved Psykologisk institutt, UiO. Hun leder fordypningsseminar ved spesialistutdanningen ved RBUP Øst og Sør. Unni har lang erfaring som musikkterapeut, har vært sentral i etableringen av norsk musikkterapiutdanning og har en fersk doktorgrad i musikkterapi. Johns arbeider også ved BUP Furuset og underviser ved masterstudiet i musikkterapi ved NMH.

Beveger barn i norske barnehager seg fritt til ferdiginnspilt musikk i dag? Er dette viktig? Hvordan kan vi legge til rette for dette? GRUV står for Glede, Rytme, Utvikling og Vekst, og denne veilederen gir deg enkle og kunnskapsbaserte råd om hvordan du kan skape GRUVEnde arenaer i barnehagen.

Forfatterne Rita Strand Frisk og Ane Linn Haagaas har bred erfaring med arbeid med musikk, barn og bevegelse. Frisk er førstelektor i musikkterapi ved Norges musikkhøgskole, Haagaas er kulturkonsulent i Røros kommune og sanger. Kommunen har samarbeidet med forfatterne om GRUV-prosjektet, som veilederen bygger videre på.

Senter for forskning i musikk og helse (CREMAH) utgir antologier i en vitenskapelig skriftserie, men også frittstående utgivelser som denne veilederen. Publikasjoner fra CREMAH er ledd i senterets målsetning om å utvikle og formidle ny kunnskap, forståelse, evidens og kritisk refleksjon om musikk som helseressurs for mennesker og samfunn.



Norges musikkhøgskole
Slemdalsveien 11
Boks 5190 Majorstua
0302 OSLO
nmh.no

ISSN 0333-3760
ISSN 2535-373X (online-utgave)
ISBN 978-82-7853-261-4 (trykt)
ISBN 978-82-7853-262-1 (pdf)