

Goda exempel verksamhet

- Ta emot barnen ute på gården på morgonen. Då är de redan klädda och klara för att vistas utomhus och man slipper en extra omgång av påklädning i tamburen.
- Dela även upp i mindre grupper när det är dags att klä på sig och gå utomhus. På så vis blir det lugnare och mer behagligt ljudmässigt i tamburen.
- Berätta för föräldrar hur ni aktivt jobbar med ljudmiljön för att också göra dem medvetna.
- Samtala på nära håll och sänk rösten. Gå ned på barnens nivå för att prata med dem, det blir bättre både ljudmässigt och ergonomiskt.
- Visa att du som pedagog uppmärksammar barn som vill tala med dig och visa att barnet måste vänta på sin tur.
- Gör tröskeln in från tamburen till en ljudgräns – här inne har vi det tyst och lugnt..

Lek

- Bestäm hur många barn som kan leka vid varje station samtidigt. Då hålls ljudnivån nere och barnen kan koncentrera sig på sina uppgifter. Antingen kan varje station ha en tydlig siffra eller antal figurer så barnen lätt kan se eller så använder man en aktivitetstavla med lekstationer och antal barn utmärkta. På aktivitetstavlan får barnen placera sin egen bild där de vill leka.
- Dela upp barnen i mindre grupper så är det lättare att undvika att någon behöver höja rösten för att höras.
- Ingen får springa eller skrika inomhus. När barnen vill springa går man utomhus och leker.

Måltid

- Varva ned en stund före maten genom en samling där man till exempel kan läsa en saga eller lyssna på lugn musik.
- Låt de vuxna sitta med ryggarna mot varandra när det är mat. Då lockas man inte lika lätt att prata mellan borden och det är enklare att koncentrera sig på det egna bordet.
- Bestäm vilka som ska sitta vid olika bord och gå tillsammans bord för bord. Det minskar spring och stök inför måltiden.
- Bland de mindre barnen kan man vänta med att duka fram porslin och bestick tills maten kommit på plats.
- Duka fram frukten direkt på bordet för att undvika spring.
- Om man har buffébord vid lunchen, där barnen får ta mat själva, placera detta bord så att alla inte berörs när någon ska hämta mat. Nära utgången är ett alternativ.
- Flyttbara skärmar som kan fällas ut mellan matborden vid måltider. De ger en tydlig avgränsning mellan borden och gör det naturligt att koncentrera sig på sitt bord.