

## Natur og bevægelse i Troldehøj

Vores legeplads indbyder også til leg og bevægelse. Der er balancebaner, gynger, slottet, trampolin, skjulte naturstier, boldbane og plads til at cykle. Vi prøver at indtænke legepladsen således at den kan sansestimulere de forskellige sanser som børnene skal have udviklet som eksempelvis den vestibulære sans (balance) og den proprioceptive (muskel-led sansen).

En vigtig del af det at være barn i Albertslund er at kunne cykle. Derfor har vi investeret i løbecykler til alle aldre og børnene må også meget gerne have deres egen cykel med. Vi har en forventning om, at alle børn kan cykle når de er fire år. Vi tager ofte på cykeltur ud i det blå, men bruger også cyklerne som transportmidler når vi skal til nogle aktiviteter som f.eks. Vikingelandsbyen, det er ofte nemmere end at tage bussen og så får vi nogle dejlige naturoplevelser undervejs. Vi deltager også hvert år i det arrangement der hedder "De små cykler", her møder hele Troldehøj op og hepper på vores børn. Det er en hyggelig dag, som vi afslutter på en nærliggende legeplads, hvor vi spiser vores medbragte mad.

En anden tradition vi prøver at bygge op, er en tur til Kuben på Frederiksberg. Vi tager afsted i små grupper til det vi kalder et økologisk indendørs legeland. Her er rig mulighed for at få afprøvet sig selv motorisk og børnene er super aktive fra vi kommer til vi går. Der er vilde klatrevægge og rutsjebaner.

Vi er så heldige, at vi har Vest skoven og Egelundsparken lige udenfor vores dør samt det nye naturområde Hyldager Bakker. Alle områder benytter vi flittigt og vi synes, det er en stor gave for børnene at færdes hjemmevant i naturen. Når vi er i skoven, er vi nysgerrige på de ting, vi ser undervejs og lader børnene have tid til at være undersøgende. Vi går på jagt i naturens spisekammer, så hvis vi falder over en brombærbusk, smager vi på brombærrene og de store børn ved, hvor vi helt sikkert kan plukke æbler i Egelundsparken. Vi bruger naturområderne på alle tider af året. Om vinteren kælder vi på Hyldager Bakker og vores egne små bakker, om foråret går vi på opdagelse for at finde de nye små forårsbebudere og på Dyregården for at se de små nye lam og gedekid, om sommeren kan vi finde på at sejle i kano i Vallensbæk Mose eller tage på tur i skoven eller nærliggende legepladser med madpakker og om efteråret går vi opdagelse for at finde frugt, kastanjer og håber, at vi måske får set en ræv eller et rådyr.

Vi har igennem årene også søgt midler hos Nordea Fonden, således at vi kan give børnene nogle naturoplevelser, som er lidt anderledes. Dette har været med til at give os ture til Den Blå Planet og besøg i skoletjenesten i ZOO.

Vi deltager også i Børneliv i sund balance, hvor vi bl.a. har haft en sundhedsplejerske på besøg der har lavet legebaserede undersøgelser med de fireårige børn. Data fra dette støtter op om, at vores børn er gode motorisk, hvilket er med til at give dem en god ballast, når de skal videre i skolen.