

FILIORUMs ressursbank

Fra forskning til praksis

FILIORUM Senter for
barnehageforskning
Universitetet i Stavanger

U Universitetet
i Stavanger

Musikk og helse i barnehagen

Har du tenkt på hvordan musikk kan handle om helse vår? Å delta i musikkaktiviteter kan være med på å påvirke hvordan barn har det både med seg selv og i fellesskapet med andre barn og voksne. Kanskje barna også kan oppdage noen nye sider ved seg selv?

Publisert 09.04.2025

www.uis.no/filiorum



Illustrert av Tilde Hoel Torkildsen

Hvorfor er dette viktig?

Deltakelse i musikkaktiviteter kan gi barna opplevelser av å kunne uttrykke seg på sine unike og ulike måter og muligheter til å utforske seg selv i fellesskap med andre. Musikkaktiviteter kan også bidra til at barn kan oppleve at de blir kjent med og i stand til å bruke egne ressurser på nye måter. Disse ulike sidene er viktige faktorer for at vi skal oppleve å ha det godt som mennesker og bidra i fellesskapet. Dette kan ses som en side ved vår opplevelse av god helse.

I fagfilmen presenteres funn fra en studie som viser hvordan det er en kobling mellom barns deltagelse i musikkaktiviteter og relasjonell helse, den delen av helsen vår som handler om mening og fellesskap. Fagfilmen inneholder også konkrete eksempler på hvordan musikkaktiviteter kan gjennomføres sammen med barn i barnehagen.

Barnehagebasert kompetanseutvikling

Mål: Ved å bruke denne ressursen vil barnehagepersonalet få kunnskap om musikkaktiviteter i barnehagen og økt bevissthet om musikk som en sosialmusikalsk praksis.

For hvem: Ansatte i barnehager og andre som jobber med barn, f.eks. på et avdelings- eller personalmøte.

Anbefalt tidsbruk: Fra 60 min og oppover.

Tips til gjennomføring:

1. Bruk noen minutter på de første refleksjonsspørsmålene, individuelt og i gruppe.
2. Se fagfilmen.
3. Diskuter refleksjonsspørsmålene
4. Øv på musikkaktivitetene sammen.



QR-kode til
fagfilmen

Sentrale elementer som trekkes fram i filmen

- Musikken er noe vi gjør og deler i fellesskapet.
- Musikken skaper gode måter å være sammen på, med plass til mange uttrykk og måter å delta på (uttrykksrikdom) ut fra hvem hver enkelt deltaker er.
- Musikken skaper et sted å være hvor man kan utforske, lete etter og kanskje finne en balanse mellom å gi og ta, få næring fra dem rundt oss, og være betydningsfull i fellesskapet med andre.

Spørsmål til refleksjon – før fagfilmen

- Tenk på en situasjon hvor du selv engasjerer deg i musikk. Hva gjør musikken med deg når du lytter, spiller eller synger?
- Del en situasjon hvor du selv engasjerer deg i musikk med de andre på gruppa.
- Beskriv for hverandre hvordan dere bruker musikkaktiviteter i barnehagen, og evt. hvorfor.
- Reflekter over hvordan dere tenker at musikk og helse kan henge sammen.

Spørsmål til refleksjon – etter fagfilmen

- Hvordan bruker dere musikkaktiviteter i barnehagen? Del eksempler med hverandre.
- Har dere et eksempel på en musikkaktivitet som dere bruker, som dere kan bygge ut ved å gjøre den på andre måter, med instrumenter eller bevegelser?

Aktivitet

Velg en låt dere kan og liker. Øv sammen til dere kan den godt og engasjer kollegaene til å bli med og synge sammen, med deg/dere som igangsettere. Alle må delta for å støtte hverandre! Som inspirasjon til å komme i gang, er det mulig bruke playback-versjoner. Eller kanskje dere har noen som kan akkompagnere på tromme eller gitar?

Se flere aktiviteter i ressursen.

Barnehageforskning fra FILIORUM

Denne ressursen fra FILIORUM bygger på resultater fra følgende studie:

Tumyr, B. G. (2023). *Barn, musikk og relasjonell helse: En studie av barns deltakelse i en sosialmusikalsk praksis i en barnehage* [doktorgradsavhandling]. Universitetet i Stavanger.



QR-kode til studien

Mål: Å utforske sammenhengen mellom musikk og (relasjonell) helse i barnehagen.

Problemstilling:

- Hvilke sider ved relasjonell helse kan komme til syne når barn deltar i en sosialmusikalsk praksis i barnehagen?

Faglig ansvarlig

Beate Gilje Tumyr, Institutt for barnehagelærerutdanning, UiS, e-post: beate.g.tumyr@uis.no

FILIORUM Senter for
barnehageforskning

Universitetet i Stavanger