



FRILUFTS
FRÄMJANDET

NATUREN

-VÄRLDENS BÄSTA LÄRMILJÖ



UPPTÄCK NATUREN -VÄRLDENS BÄSTA LÄRMILJÖ!

Vill du ge barnen förutsättningar för livslångt lärande?

Naturen är en fantastisk lärmiljö med plats för lek, rörelse, rekreation och upptäckter. En plats där barnen kan utforska, utvecklas och utmanas.

Sedan 50-talet har Friluftsrämmandet visat barn ut i naturen och idag är naturen viktigare än någonsin. En bra relation till naturen är något av det finaste vi kan ge barnen. Och det bästa av allt är att det inte behöver vara så svårt. Börja enkelt och nära, en liten skogsdunge eller park duger gott!

Här har vi samlat våra bästa tips för att ta steget ut i naturen. Och kom ihåg, det bästa äventyret är det som blir av. Låt äventyret börja!

VÄLJ ER NATURPLATS

Välj en plats på lagom avstånd från er förskola eller skola, en plats som ni på ett säkert sätt kan förflytta er till med barngruppen. Platsen får gärna ha varierad terräng och inbjuda till lek, men lika viktigt är att platsen är lättöverskådlig och har tydliga avgränsningar, likt ett osynligt staket, som visar var barnen får röra sig. Det är en förutsättning för att barn och pedagoger ska känna sig trygga på platsen.

VÄGEN UT

Var minst två pedagoger när ni går till skogen. På väg till naturen går barnen två och två på led, om barnen inte ska hålla i varandra, håll i varsin ände av en pinne eller ett snöre. En pedagog går först och en går sist.

Vägen till naturplatsen blir ännu roligare med några "stoppställen". Det kan till exempel vara en myrstack, en sten och ett stort träd. Vad är det för träd? Hur många barnfamnar behövs för att nå runt stammen? Får alla barn plats uppe på stenen?



SAMLAR BARNEN I NATUREN!

Väl framme på er naturplats är det bra att samla barnen. Detta gör ni bäst i en cirkel, där du som pedagog sätter dig på den plats där barnen ser och hör dig bäst. Du som pedagog har exempelvis solen i ögonen eller vinden i rätt riktning. Passa på att berätta för barnen vad ni ska göra i skogen. Ta sedan en promenad längs det osynliga staketet som avgränsar er naturplats.



AKTIVITETER OCH LEKAR

Naturen inbjuder till lek och aktivitet, här kan barnen få upp farten och träna sin motorik. Naturen är också en perfekt plats för vila och rekreation. Här har vi samlat några av våra bästa tips på aktiviteter att göra på just er naturplats.

SAMLA OCH JÄMFÖR NATURMATERIAL

Ge barnen i uppdrag att hitta och hämta naturmaterial, t.ex. varsin pinne. Samla barnen i en ring och lägg alla pinnar bredvid varandra i mitten.

Tillsammans med barnen kan ni sedan sortera pinnarna i storleksordning, eller i olika grupper. Kanske har pinnarna olikheter eller likheter som gör att de kan skiljas åt på något sätt? Använd gärna flera sinnen för att skilja pinnarna åt. Hur låter pinnarna? Vilka pinnar är raka? Vilken pinne är smalast eller längst?

VAD TOGS BORT?

Gör en stor ruta på marken genom att lägga pinnar som en ram. Välj ut 5–6 naturföremål som placeras i rutan. Låt barnen stå i en ring runt om så att alla kan se vad som ligger i rutan. Be barnen att vända sig om. När barnen inte ser plockas ett av föremålen bort. Barnen vänder sig tillbaka mot rutan och försöker då minnas vad som är bortplockat. Utan att säga vad som saknas ska barnen smyga iväg och försöka hitta ett likadant föremål som pedagogen plockat bort. Leken kan givetvis förenklas genom att man väljer färre föremål och pratar om vad som saknas innan barnen får i uppdrag att hitta något likadant.



TIPS!

Ta alltid med en skräppåse till naturen, på så sätt kan ni hjälpa till att lämna naturplatsen ännu renare än när ni kom dit!



BYGG NATURDJUR

Använd naturen som byggmaterial och skapa små figurer. Kottar är bra som kroppar och småpinnar blir enkelt till ben eller armar. Kanske går det att få till ögon också? När ni byggt era djur kan ni fortsätta bygga små hus eller kojor. Kom ihåg att Allemansrätten säger att vi inte får bryta grenar från träden utan endast plocka löst material som ligger på marken.

SKOGSMULLE-TV

Hitta en plats där marken är plan och utan myrstackar. Låt barnen lägga sig på rygg och titta upp på trädkronorna, finns det fåglar där?

Vi kallar det Skogsmulle-TV. Under tystnad får barnen ta in skogens alla ljud och synintryck under några minuter beroende på vad gruppen klarar av. Hur låter fåglarna? Hur ser molnen ut när de far förbi? Vad luktar det? Genom att lägga händerna på magen och känna hur den höjs och sänks blir barnen medvetna om sin andning. Prata därefter om vad ni såg, vad ni hörde och upplevde.



KÄNSELJAKT

Att uppleva naturen med alla sinnen är ett bra sätt. Vi lär oss mer när flera sinnen aktiveras och dessutom är det ännu roligare! Ge barnen i uppdrag att hitta olika saker i naturen genom att använda sina sinnen. Försök hitta följande motsatsord:

- Något som är hårt och något som är mjukt
- Något som är lätt och något som är tungt
- Något som är kallt och något som är varmt
- Något som är torrt och något som är blött



SÅNG: MYRAN MALIN

Melodi: Gubben Noak

Myran Malin, myran Malin är ett litet kryp
jämt upp för backen hon drar sitt strå till stacken.
Myran Malin, myran Malin är ett litet kryp.
Uti i skogen upp för backen går vi alla nu.
Det är mycket viktigt att vi går försiktigt
Så att vi ej några myror trampar mitt i tu.

RAMSA: BARREN STICKS

Granens barr är korta
Och sitter ett och ett
Tallens barr är långa
Och sitter två och två
Enens barr är korta
Och sitter tre och tre
och sticks.

BYGG EN KOJA!

Att bygga en koja är en bra samarbetsövning som ofta lockar barnen skogen. Med hjälp av pinnar och stockar kan ni ganska snabbt få upp en koja som några barn får plats i. Pinnar är roliga att leka med och kan användas till mycket roligt. För att undvika olyckor finns en bra regel. Lekpinnar, d.v.s. sådana som barnen går runt och leker med, får inte vara längre än barnets underarm, om pinnen är längre så är det en byggpinne. Byggpinnar används till kojor och de får man inte vifta med.

ÄT MELLANMÅL ELLER LUNCH I NATUREN

Att mat smakar extra gott i naturen, det borde alla få uppleva. Bjud in till fruktkalas, smörgåsfika eller kanske kan ni till och med servera lunchen utomhus? Förbered gärna innan så går det enkelt när ni väl är ute.





FRILUFTS
FRÄMJANDET

Naturen är den bästa lärmiljön för att ge barn möjlighet till rörelse, spänning, upplevelser och lärande. Här hittar barn snabbt sin upptäckar- och skaparglädje, utvecklar kunskap att handla efter allemansrätten och värna om vår vackra miljö.

Vill ni lära er ännu mer om utomhuspedagogik? Friluftsrådet har över 60 års erfarenhet och utbildningar som passar för pedagoger i förskola och skola. Besök vår hemsida www.friluftsradet.se/skola för mer information.

