



Friluftsrådene Landsforbund

Læring i friluft

- en veileder -



Veileder for de som jobber med *Læring i friluft* i friluftsrådene
1. utgave juli 2008

Innhold

BAKGRUNN/ FORORD	4
1 MÅL OG VERDIER	5
1.1 Hovedmål og begrunnelser	5
1.2 Det kommer noen etter oss - vi har en arv å forvalte.....	5
1.3 Friluftsrådene skal koordinere framfor konkurrere.....	6
1.4 <i>Læring i friluft</i> som et bidrag til å bedre folkehelsen.....	6
2 LÆRING I FILUFT I SKOLE OG BARNEHAGE	6
2.1 <i>Læring i friluft</i> og uteskole	6
2.2 <i>Læring i friluft</i> i barnehagene.....	6
3 PEDAGOGISK KOMPETANSE I LÆRING I FRILUFT: HVORFOR, HVOR, HVA OG HVORDAN?	7
3.1 Uteaktivitetens verdigrunnlag – hvorfor?	7
Læring i friluft legger til rette for virkelighetsnær læringsarena	8
Læring i friluft bidrar til mer fysisk aktivitet.....	9
Læring i friluft gir naturopplevelser	9
Læring i friluft bidrar til andre sosiale relasjoner.....	9
3.2 Valg av læringsarena - hvor? Stedsbasert læring	10
3.3 Praktisk innhold - hva?	11
Læring i friluft, 1. - 10. trinn.....	11
Fritid i friluft.....	11
Tilleggshefte for barnehager i friluft.....	12
Andre ideer til aktiviteter	12
3.4 Praktisk metodikk: Hvordan? – Fenomenbasert læring	12
Hovedtrekkene i Fenomenbasert læring	13
Fenomenbasert læring i barnehagen	13
Fenomenbasert læring i skolen	14
4 FRILUFTSRÅDENES TILBUD	14
4.1 Tilrettelegging og rådgivning	14
Områder og overnattingsmuligheter	14
Rådgiving og veiledning: Tilrettelegging av uteområder.....	15
4.2 Aktivitetsdager og klasseveiledning	15
4.3 Kurs for lærere og ansatte i barnehage og SFO	15
4.4 Lærende nettverk i friluft	16
5 PLANLEGGING OG GJENNOMFØRING AV AKTIVITETSDAGER OG KURS	16
5.1 Basisplanlegging: Mål, målgruppe, varighet og sted	17
5.2 Innhold: Rammer og program	18
5.3 Informasjon: Invitasjon og påmelding	18
5.4 Gjennomføring: Praktiske tips	18

6	TILLEGGSINFORMASJON	19
6.1	Lovgrunnlag for uteaktivitet	19
6.2	Økonomiske støtteordninger for friluftsrådene.....	19
7	LITTERATUR.....	20

Bakgrunn/ forord

Læring i friluft er friluftsrådernes og FLs felles opplegg for uteaktivitet i barnehage, grunnskole og SFO basert på idépermene *Læring i friluft* (2006), *Fritid i friluft* (2003) og *Tilleggshefte for barnehager i friluft* (2008). *Læring i friluft* er utvikla gjennom et bredt samarbeid fra 1999 mellom 8 friluftsråd og FL.

Gjennom samarbeidet mellom friluftsrådene om utvikling av idépermene, har det utvikla seg en felles forståelse av hva *Læring i friluft* er og skal bestå av. Det er etter hvert som nye friluftsråd og personer kommer til, ikke gitt at denne felles forståelsen automatisk videreformidles. Målet med denne veilederen er å gi en innføring i og videreformidle en felles plattform for arbeidet med *Læring i friluft* i regi av friluftsrådene. Den kan leses av alle nye medarbeidere, både hovedansvarlige, prosjektmedarbeidere, korttidsengasjerte og innleide timeengasjerte. Erfaringsmessig har de som jobber med *Læring i friluft* svært ulik bakgrunn og erfaring. Derfor vil ikke alt innholdet være like relevant for alle. Det som er viktig for noen, kan være kjent for andre og omvendt. Et enklere innføring i *Læring i friluft* vil være presentasjonen på nettsidene www.friluftsrad.no - "Læring i friluft".

Utkast til veilederen er presentert på samlingene for de som jobber med *Læring i friluft* våren 2007 og 2008, og bearbeida etter innspill fra samlingene og i kontakt med enkelte friluftsråd underveis. Friluftsrådene oppfordres til å komme med nye innspill, slik at arbeidet kan videreutvikles og i enda større grad struktureres.

Friluftsrådernes Landsforbund
Juli 2008

1 Mål og verdier

1.1 Hovedmål og begrunnelser

Friluftsrådene og FL skal arbeide for styrking av det allmenne friluftslivet. Informasjon, aktivitetstiltak og stimulering til friluftsliv har blitt en stadig viktigere del av friluftsrådernes arbeid. For å nå alle barn og ungdom er friluftsrådernes arbeid i hovedsak rettet mot barnehagen, grunnskolen og SFO.

•

Læring i friluft – hovedmål:

Mer og bedre uteaktivitet i barnehage, grunnskole og SFO

Med *mer* menes at det brukes mer tid på uteaktivitet, mens det med *bedre* menes at institusjonene har et godt forankret pedagogisk innhold når de er ute. Derfor er det nødvendig at uteaktiviteten vi skal stimulere til, relateres til Rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver (2006) og fagplanene i Kunnskapsløftet (LK06).

Friluftsrådene bruker fire hovedargumenter for hvorfor *Læring i friluft* bør være en naturlig del av hverdagen i barnehage, grunnskole og SFO. Disse kan du lese mer om i kapitlet om uteaktivitetens verdigrunnlag:

- **Virkelighetsnær læringsarena:** *Læring i friluft* bygger på prinsippet at barn og ungdom får en større forståelse av å lære om virkeligheten i virkeligheten – om naturen i naturen, om samfunnet i samfunnet.
- **Naturopplevelse og miljøbevissthet:** *Læring i friluft* bygger på at mange gode naturopplevelser i barndommen gir tilhørighet til naturen, en økt forståelse for spillet mellom natur og menneske og et ønske om å ta vare på naturen.
- **Fysisk aktivitet:** Gjennom *Læring i friluft* blir fysisk aktivitet en naturlig del av hverdagen. Fysisk aktivitet er viktig for barn og ungdoms helse, og for at de skal ha en normal vekst og utvikling.
- **Sosialt miljø og læringsmiljø:** *Læring i friluft* gir nye og andre sosiale relasjoner enn inneaktivitet. Det gjelder både mellom barna og mellom barn og voksne. Barn som sjeldent opplever mestring inne, kan vise fram andre kvaliteter ute.

1.2 Det kommer noen etter oss - vi har en arv å forvalte

Et av hovedargumentene vi ofte bruker for hvorfor *Læring i friluft* er viktig, er at arbeidet gir barn og ungdom naturglede, lærer dem å bli kjent med naturen og vise respekt for den. Håpet er at de som voksne, ansvarlig mennesker, selv skal forvalte arven på en bærekraftig måte for å kunne gi naturen videre minst like verdifull som de selv arvet den. Derfor er det av stor betydning av vi i vårt arbeid viser at dette er viktig for oss.

Vi bør formidle miljøvern i en vid forstand gjennom blant annet ressursbruk og transport. Vi kan formidle kvaliteter ved bruk av nærmiljøer framfor å reise langt. Vi kan vise til hvordan aktiviteter og opplevelser kan gjennomføres uten mye og kostbart utstyr. Vi kan vise hvordan gammelt og reparert utstyr ofte fungerer mer enn bra nok.

Når vi ferdes i naturen, bør vi oppføre oss på en slik måte, at vi tar hensyn til spillet i naturen, med menneskene som en del av den, og legge vekt på betydningen av det biologiske mangfoldet. Vi må legge vekt på naturens egenverdi og verne om det livet vi ferdes blant.

1.3 Friluftsrådene skal koordinere framfor konkurrere

Friluftsrådenes tilbud bør være koordinerende og inkluderende i forhold til barnehagens, skolens, kommunens og andre organisasjoners tilbud. Det betyr ikke at vi skal la andre overta vår idé og vårt konsept. Men at vi skal jobbe for ”hjelp til selvhjelp”, slik at pedagogenes kompetanse, vilje og evne til å legge til rette for læring i friluft blir like naturlig som å legge til rette for læring inne.

1.4 Læring i friluft som et bidrag til å bedre folkehelsen

Moderat fysisk aktivitet og et sunt kosthold er to viktige elementer for å bedre folkehelsen. Derfor bør vi formidle aktiviteter som aktiviserer alle og som ikke har et konkurransepreg slik at det gir enkelte dårlige opplevelser eller utelukker andre. Vi bør tilrettelegge våre aktiviteter slik at alle deltagere kan være med. Når vi lager mat på tur, bør vi tenke gjennom hva slags mat vi oppfordrer til. Det finnes mange ideer til sunn mat på tur i idépermene våre.

2 Læring i filuft i skole og barnehage

2.1 Læring i friluft og uteskole

Uteskole er en praksis som oppsto på 1990-tallet i norske skole. Undervisningsformen har snarere oppstått som en grasrotbevegelse enn en sentralt initiert reform. Begrepet finnes heller ikke i noen læreplandokumenter, selv om målsetningen langt på vei er sammenfallende. Dette er nok også den viktigste årsaken til at uteskole praktiseres svært ulikt rundt omkring på skolene. Uteskole er kanskje mer et samlebegrep for en rekke praksiser enn entydig metodikk. Uteskole bygger ikke på et presist teorigrunnlag som kan vise til dokumenterte resultater, men de fleste ser ut til å enes om at uteskole er en arbeidsform som har gitt rom for en høy grad av pedagogisk utfoldelse og kreativitet.

Arne N. Jordet (2002) definerer uteskole på følgende måte:

Uteskole er en arbeidsmåte hvor man flytter deler av skolehverdagen ut i nærmiljøet. Uteskole innbærer dermed regelmessig aktivitet utenfor klasserommet.

Jordet påpeker at dette handler om å aktivisere alle skolefagene i en integrert undervisning hvor ute- og innaktivitetene har nær sammenheng, idet elevene lærer om virkeligheten i virkeligheten. Det vil si at de lærer om naturen i naturen, om samfunnet i samfunnet og om nærmiljøet i nærmiljøet. Slik sett hevder Jordet at uteskole utfordre den tradisjonelle kunnskapskolen, som preges av en læringsform hvor elevene respirerer abstrakt kunnskapsstoff (lærebøker og tavleundervisning). Uteskole bygger på en elevsentrert pedagogikk, som legger vekt på allsidig og helhetlig utvikling, skapende utfoldelse og problem- og opplevelsesbasert læring.

Den forståelsen av utskole som Arne N. Jordet representerer er sammenfallende med hva friluftsrådene legger i *Læring i friluft*. Det er viktig at ikke det blir et skille mellom uteskole og inneskole, men at uteaktiviteten blir en naturlig del av et helhetlig undervisningsopplegg.

2.2 Læring i friluft i barnehagene

- Omsorg for barn er å legge til rette for læring. Ingen ting er mer naturlig for barn enn det å lære. Det er ingen motsetning mellom lek og læring. Det er ingen motsetning mellom aktivitet og læring. Det er ingen motsetning mellom trivsel og læring. Tvert i mot. Lekende, aktive barn som trives, er et uttrykk for et godt læringsmiljø.
-

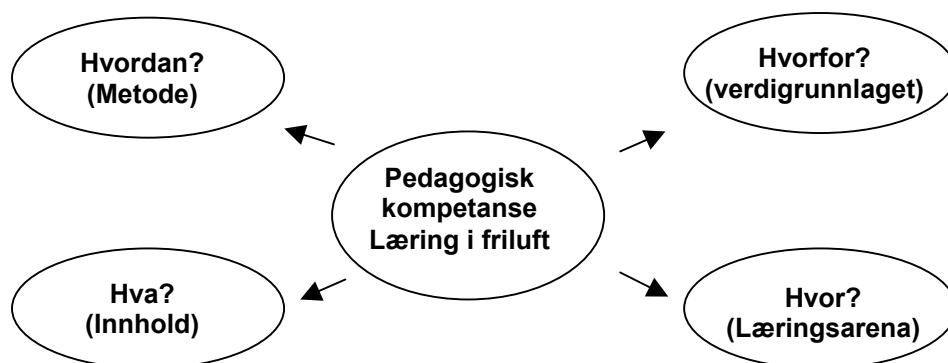
- Rammeplanens sju fagområder, som omfatter både språk og tall, er ingen invitasjon til teoretisk undervisning inne. Arbeidet med fagområdene skjer på barnas premisser. Barn lærer best om mangfoldig virkelighet i mangfoldig virkelighet. Hundremeterskogen inviterer til undring. Ved å undres i hundremeterskogen får barna utvikle sine hundre ulike "språk". Rammeplanen framhever også at det ikke er hensiktsmessig å skille mellom formelle og uformelle læringssituasjoner. Vi trer ikke kunnskap ned over barna. En god barnehage trigger barnas nysgjerrighet, og stimulerer nysgjerrigheten gjennom hele barnehageløpet. En god barnehage framhever barndommens egenverdi ved å vektlegge undring som kvalitet for læring. George Bernard Shaw sier det slik: *Hva vi ønsker å se, er barnet på jakt etter kunnskap, ikke kunnskapen på jakt etter barnet.*

Barnehagene har i større grad kultur og historie for å ta i bruk nærmiljøer i sitt læringsarbeid. Kanskje fordi de uformelle læringssituasjonene har hatt svært sentral plass i barnehagene? Derfor finnes det mange friluftsbarnehager, naturbarnehager og barnehager med fastsatte mål om hvor ofte de skal på tur utenfor gjerdet. Men med økende fokus på læringsarbeidet i barnehagene, får også de formelle læringssituasjonene mer sentral plass. Ufordringen blir derfor å vise barnehagene at læringsstedene kan være de samme som før – det er ingen grunn til å gå inn og sette seg ned!

Hvert fagområde i rammeplanen dekker et vidt læringsfelt, og det er ingen hensikt i å se på det enkelte fagområdet isolert. Friluftsliv og uteaktivitet passer heldigvis ikke bare inn under konkrete fagområder eller mål i rammeplanen. Derimot er friluftsliv og uteaktivitet så mangfoldig og innholdsrikt at det kan passe inn under alle de sju fagområdene og slik bli en naturlig og integrert del av barnehagehverdagen. Noen av målene som er satt i rammeplanen kan bare oppfylles om barnehagen er på tur ofte, til alle årstider og i all slags vær.

3 Pedagogisk kompetanse i *Læring i friluft*: Hvorfor, hvor, hva og hvordan?

Pedagogisk kompetanse i *Læring i friluft* og uteaktivitet i barnehage, grunnskole og SFO inkluderer holdninger, kunnskaper og ferdigheter om uteaktivitetens verdigrunnlag (hvorfor?), valg av læringsarena (hvor?), konkret innhold (hva?) og praktisk metodikk (hvordan?).



3.1 Uteaktivitetens verdigrunnlag – hvorfor?

Det er mange gode grunner til å ta med barn og ungdom ut. Hvilke argumenter man velger å legge mest vekt på, vil avhenge av hvem som har med seg barna ut, hvilke mål vi setter oss for uteaktiviteten og til viss grad hvor gamle barna er. Friluftsrådene har fire hovedbegrunnelser for sitt arbeid med *Læring i friluft*.

Læring i friluft legger til rette for virkelighetsnær læringsarena

Skolens fremste mål vil alltid være læring. At elevene kan tilegne seg annen kompetanse i tillegg til læringens hovedmål (kalles ofte immanent læring, taus kunnskap, medlæring) vil være positivt, men ikke alltid avgjørende. Det viktigste argumentet for skolen for å legge deler av undervisningen ut, vil derfor være at det gir pedagogisk merverdi – at elevene lærer mer eller bedre ute enn inne i det konkrete tilfellet.

Skolens mål er den aktive elev som selv finner fram til kunnskap. Dette bygger på aktivitetspedagogikken som best er kjent gjennom John Dewey og begrepet "Learning by doing". Denne retningen har stor tilslutning blant lærere og forskere – på ideologiplanet. For det har dessverre vist seg at norsk skole preges av kateterundervisning og individuelt arbeid, der klasserommet er den dominerende læringsarenaen.

Det har vist seg at det spesielt er to områder der lærere og elever ikke håndterer aktivitetspedagogikken eller den progressive pedagogikken, i praksis: Elevaktivitet som vei til kunnskap og bruk av nærmiljøet som kunnskapskilde og læringsarena. Dette er vår utfordring!

I læreplanen i Kunnskapsløftet (LK06) er arbeidsmåter og struktur i fagene ikke beskrevet (slik det var i L 97, for de som kjente den). I fagplanene i LK06 er kompetansemålene gitt, men det er skoleeiers rett og plikt å finne den beste veien fram til målene. Denne veien må omfatte både valg av metode og valg av lærested. For å nå målene er det nødvendig å bruke andre læringsarenaer i tillegg til klasserommet og skolebygget. Dette forutsetter bruk av helt andre metoder enn tradisjonell klasseromsundervisning.

Friluftsliv som emne i LK06 har sin plass innenfor kroppsøvningsfaget der elevene skal tilegne seg kunnskaper, ferdigheter og holdninger innen friluftsliv. Men *Læring i friluft* favner langt videre enn dette. *Læring i friluft* bygger på det pedagogiske prinsippet at barn og ungdom får større forståelse ved å lære om virkeligheten i virkeligheten (virkelighetsnær læringsarena), og idépermen *Læring i friluft* er derfor systematisk bygd opp slik at alle aktivitetsforslag er relatert til kompetansemål i LK06. Uteaktiviteten friluftsrådene presenterer i skolene bør derfor også være forankret i LK06. Det er også naturlig å se uteaktiviteten i naturlig sammenheng med det som skjer inne; planlegging, bearbeiding og sette inn i en større sammenheng.

Et av argumentene som ofte høres brukt mot læring i friluft er at det gir mindre effektiv tidsbruk til læring enn innelæring. Motargumenter til dette er bl.a. undersøkelser som viser at urovekkende mye tid i norsk skole er ineffektiv pga uro og konflikter i klassen, og pga umotiverte og ukonsentrerte elever. I utgangspunktet blir nok ikke elevene mer konsentrerte ute, men aktivitetene kan engasjere i større grad. Dette har positive effekter i forhold til at elevene får knagger å henge kunnskapen sin på, og at det kan inspirere til beslektet arbeid inne. I tillegg bidrar uteaktiviteten med frisk luft og bevegelse til at elevene blir mer opplagte og konsentrerte under innedelen av skoledagen.

Barnehagene har lengre tradisjon innen praktisk aktivitetspedagogikk enn skolene. Vi så endring i skolen da førskolelærerne startet å jobbe der etter 1997. I tillegg har de uformelle læringssituasjonene hatt mer sentral plass i barnehagene – men her har det skjedd store forandringer på kort tid. Pedagogtettheten har sunket som følge av den raske veksten i antall barnehager samtidig som læringsbegrepet i større grad vektlegges. Utfordringene som skolen sliter med, vil derfor nå også kunne ses i barnehagene: Vi lærer inne og leker ute. Derfor er det viktig at friluftsrådene også til barnehagene formidler gode læringsaktiviteter med klare læringsmål.

Læring i friluft bidrar til mer fysisk aktivitet

Fysisk inaktivitet kan bli framtidens store helseproblem. Banehagen og grunnskolen er viktige arenaer for fysisk aktivitet fordi:

- Alle barn går i grunnskolen og nesten alle går i barnehagen, uavhengig av bakgrunn og forutsetninger.
- Særlig viktig med regelmessig variert fysisk aktivitet i alderen opp til 12 år for normal vekst og utvikling (blant annet for optimal utvikling av nerveoverføringsbaner mellom hjernehalvdelen).
- Særlig viktig alder for å innarbeide sunn livsstil og gode vaner, og tilegne seg ferdigheter i ulike aktiviteter.
- Barnehagen omfatter om lag 10 000 timer fra 1-6 år ved full plass.
- Grunnskolen omfatter 10 000 timer gjennom 10 barne- og ungdomsår.
- Grunnskolen har i Opplæringsloven som mål å fremme gode helsevaner for hele livet.

Helsedirektoratet anbefaler minst 60 minutter utelek eller annen fysisk aktivitet per dag på alle årstrinn i skolen og i barnehagen. Undersøkelser viser at en del er inaktive i forhold til denne anbefalingen (25% av 9-årige jenter, 9% av 9-årige gutter, 50% av 15-årige jenter og 46% av 15-årige gutter¹). Det er en særlig utfordring å nå de inaktive med tilbud fordi disse ikke velger aktivitet på fritida. Skolen og barnehagen har unik mulighet til å nå alle. Gjennom læring i friluft blir den fysiske aktiviteten en naturlig del av hverdagen, men intensiteten vil selvfølgelig variere med oppgavene. Gjennom prosjektet "Fysisk aktivitet og måltider i skolen" er det lagt fram to anbefalte modeller for å nå målet med 60 minutter fysisk aktivitet hver dag. En av dem er kalt fagmodellen og handler om å bruke fysisk aktivitet i arbeidet med å nå kompetansemål i fag, akkurat som friluftsrådene anbefaler i *Læring i friluft*.

Det sier seg selv at læring i friluft i de fleste tilfeller bidrar til økt fysisk aktivitet. Men det vil opplagt variere med oppgavene hvor mye og hvor intens den fysiske aktiviteten blir. Innenfor en periode med læring i friluft bør det være variasjon mellom oppgaver med fysisk aktivitet og rolige/stillesittende oppgaver. Dewtte bør være et element i planleggingen av uteaktiviteten i institusjonene.

Læring i friluft gir naturopplevelser

Læring i friluft bygger på at mange gode naturopplevelser i barndommen gir tilhørighet til naturen, økt forståelse for samspillet mellom natur og mennesket og ønske om å ta vare på naturen. Dette kan skje gjennom å velge innholdsrike naturmiljø for aktivitetene, ta seg tid til å sanse og kommentere kvaliteter og ved tilrettelegging av oppholds- og rasteplasser som barna får et forhold til. Videre bør alle være bevisste på hvilke signaler som blir gitt videre ved valg av materiale, hvordan en rasteplass forlates og hvordan hensynet til livet rundt oss blir ivarettatt.

Læring i friluft bidrar til andre sosiale relasjoner

Læring i friluft gir nye og andre sosiale relasjoner enn klasseroms læring. Det gjelder både mellom elever og mellom elever og lærer. For noen elever kan uteaktiviteten gi andre mestingsopplevelser som ikke kan oppleves inne, og de elevene som sjeldent eller aldri får bidratt med noe konstruktivt i fellesskapet inne, kan ofte ha noe praktisk å bidra med ute. Ved variert bruk av naturen som klasserom og en lærer som har syn for alle elevenes kvaliteter, kan det legges til rette for gode opplevelser for alle og et bedre sosialt miljø med mindre konflikter og mobbing.

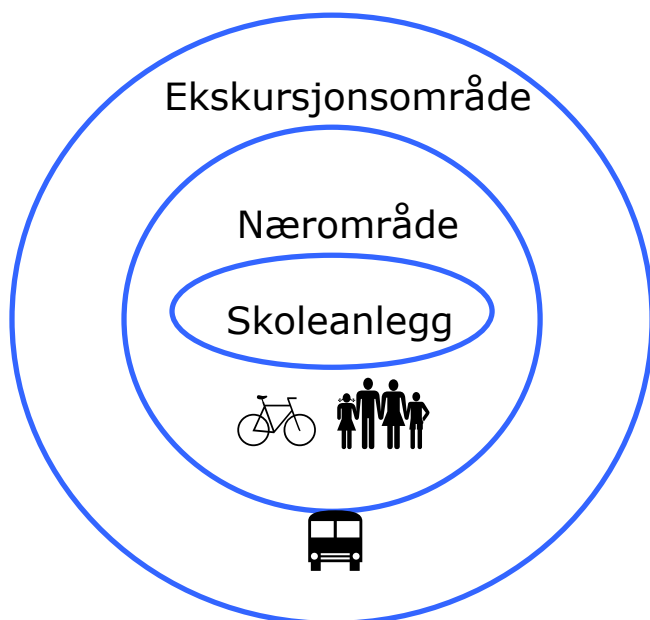
¹ Fysisk aktivitet blant barn og unge i Norge. *En kartlegging av aktivitetsnivå og fysisk form hos 9- og 15-åringer*. Helsedirektoratet. 2008.

3.2 Valg av læringsarena - hvor? *Stedsbasert læring*

Stedsbasert læring handler om å lokalisere og å ta i bruk læringssteder som kan gi relevant og virkelighetsnær læring. Det er en arbeidsform som er utviklet med basis i erfaringene fra prosjektene ["Ut er in"](#) og ["Ut er in – ung"](#) i [Salten Friluftsråd](#). Arbeidsformen er et hjelpemiddel for å organisere uteaktiviteten på institusjonsnivå. Arbeidsformen er tverrfaglig og kan benyttes i barnehagen, grunnskolen og skolefritidsordningen (SFO).

En læringsarena defineres som et fysisk avgrenset område som gir bedre utbytte av læringsarbeidet. Felles for slike steder er at de er konkrete og representerer virkeligheten.

Alle skoler og barnehager har læringsarenaer i sine lokalmiljø. Noen av disse arenaene vil en finne tilsvarende av mange steder, mens andre steder vil være unike for den enkelte barnehagen eller skolen. Forskjellene vil blant annet ligge i ulikheter med basis i demografi, topografi og kultur. Eksempelvis vil det være naturlig at byskoler i større grad har urbane kvaliteter, barnehager langs kysten har kystkvaliteter, skoler i grisegrendte strøk har naturkvaliteter etc.



Læringsstedene som ligger i barnehage- og skoleanlegget (dvs. bygget og uteområdet/ skolegården) og i institusjonenes nærområde er spesielt viktige. For det første er det disse områdene barna vanligvis føler størst tilhørighet til. I tillegg har dette et rent praktisk aspekt som handler om tidsbruk og tilgang til transport, som erfaringsmessig er to begrensende faktorer. Derfor avgrenses begrepet nærområdet til å gjelde de lokalitetene som ligger i gang- eller sykkelavstand. Områder som ligger lengre vekk enn dette, kan betegnes som ekskursjonsområder. Ekskursjonsområdene er også viktige, men transporttid og tilgang til transportmidler begrenser altså bruken.

Type/tema	Eksempler på læringssted
Kulturminne	Krigsminne, museum, kirke, klippfiskberg, bjørnehi, torvmyr, gammelt kraftverk, handelssted, verneverdige hus, gamle tufter, vikinggraver, skiferbrudd, danseplattung
Bedrift	Gårdsbruk, fiskeoppdrett, aluminiumsverk, skjelloppdrett, bank, sagbruk, møbelverksted, planteskole, lysstøyper, bilverksted, bakeri, begravesbyrå, gartneri, trykkeri, verft, databedrift, avis, radio, rørlegger, arkitekt, reklamebyrå, pelsdyroppdrett, reisebyrå, hotell
Institusjoner o.l.	Eldreheim, sykehus, kommunehus, bibliotek, humanitære organisasjoner, ulike trossamfunn, kulturhus, flyktningmottak, vegkontor, forsvaret, post, politi, høyskole/universitet, idrettsanlegg, turistinformasjon, veterinær
Teknologi	Vanntårn, renseanlegg, e-verk, læremiddelsentral, ulike teknologibedrifter
Handel	Matbutikk, bensinstasjon, torg, sportsbutikk, kiosk, musikkforretning
Samferdsel	Vei, jernbane/jernbanestasjon, flyplass, båt, båthavn
Naturlokaliteter	Eng, skog, trær, lynghei, fjære, steinstrand, mudderstrand, saltvann, vann/innsjø, elv/bekk, myr, veikant/grøft, fjell/kolle/knaus/bakke, stein/ur, grustak, bane/flate, områder med snø, grotte, isflate

Stedsbasert læring setter fokus på aktiv og kritisk bruk av læringsarenaer i undervisningen. Den største pedagogiske utfordringen i så måte er å knytte læringsstedenes iboende kvaliteter til læringsarbeidet. Pedagogen blir veiviser til de læringsstedene som er relevante for læringsarbeidet.

Hvilke steder som er tilgjengelige, påvirker de svar man kan gi på de tre andre didaktiske spørsmålene: Uteaktivitetens innhold (hva?), uteaktivitetens metoder, tilrettelegging og organisering (hvordan?) og begrunnelsen for uteaktivitet (hvorfor?).

Når *Stedsbasert læring* skal benyttes på en skole for å organisere uteaktiviteten, kan man gå fram på følgende måte:

1. Idédugnad med kart. Tegn inn alle aktuelle læringssteder. Pass på å skille mellom læringssteder i og ved institusjonen, i nærmiljøet og i ekskursjonsavstand.
2. Finn kompetansemål i LK06 og sett læringsmål til læringsstedets fenomener.
3. Finn læringsaktiviteter som passer målene og læringsstedet og dets fenomener.
4. Fordel på klassetrinn og lag overordnede årsplaner.

Tilsvarende framgangsmåte kan brukes i barnehage og SFO.

Se også:

www.uterin.salten.no - Stedsbasert læring

www.friluftsrad.no - Læring i friluft – Stedsbasert læring

3.3 Praktisk innhold - hva?

Friluftsrådernes arbeid har hele tiden lagt vekt på å forholde seg til de planer barnehagene og skolene har. Våre idépermer *Læring i friluft*, *Fritid i friluft* og *Tilleggshefte for barnehager i friluft* (som er et tillegg til *Fritid i friluft* for barnehagene), bygger på Rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver (2006) og Kunnskapsløftet (2006).

Friluftsrådene følger felles prispolitikk når det gjelder permene. Dette fordi idépermene er viktig inntektskilde for friluftsrådene, men også fordi vi ønsker at permene skal nå de som virkelig ønsker den eller har et forhold til den, og ikke at den skal bli stående som hyllefyll. Permene selges til fastsatte priser, og gis ikke bort gratis. For deltagere på kurs, kan utgiftene til permene inngå i en del av deltageravgiften.

Læring i friluft, 1. - 10. trinn

Idépermen *Læring i friluft* inneholder konkrete tips om hundrevis av uteaktiviteter relatert til fag og kompetansemål i Kunnskapsløftet. Denne idépermen er en revidert og omarbeidet utgave av de tidligere idépermene basert på L97, som ble svært godt mottatt og solgt i 3.000 eksemplarer. Permen inneholder forslag til aktiviteter i fagene: Norsk, matematikk, naturfag, samfunnsfag, kunst og håndverk, mat og helse og kroppsøving. Idépermen er laget i et samarbeid mellom flere friluftsråd. Alle som jobber med læring i friluft bør kunne det som står i permens innledende kapittel.



Noen av fortrinnene ved permene:

- Permens hovedinndeling går på fag (egne skilleark)
- Alle aktiviteter er relatert til ett eller flere kompetansemål
- Alle aktivitetene inneholder informasjon om sted, årstid, utstyr og gjennomføring
- Mange gode ideer til tverrfaglige tema- og prosjektarbeid
- Permen er et godt planleggingsverktøy ved årsplanlegging

Pris: 400,- kr + porto

Fritid i friluft

Idépermen er primært beregna på skolefritidsordninger, men vil passe ypperlig for idrettsskoler, barnehager, alle organisasjoner med uteaktivitet for barn og i familiesammenheng. Gjennom storstilt dugnadsinnsats er 250 forslag til uteaktiviteter for barn samlet i idépermen *Fritid i friluft*. Hovedtemaer for idéforslagene er; friluftsliv, mat



ute, fantasi, forming, uteleker, snø og is, utforsk naturen og turforslag. Idépermen er laget i et samarbeid mellom flere friluftsråd.

- Pris: 250,- kr + porto

Tilleggshefte for barnehager i friluft

Tilleggsheftet gir faglig forankring ut fra rammeplanen og viser hvordan aktiviteter i *Fritid i friluft* kan relateres til rammeplanens sju fagområder. Tilleggsheftet inneholder én del knyttet til den generelle delen av rammeplanen og én del knyttet til rammeplanens fagområder. I tillegg er det tatt med noen få aktiviteter som var med i den tidligere idépermen *Barnehage i friluft* fra 2002. Tilleggsheftet kan lastes ned på nettsidene. Barnehager som kjøper *Fritid i friluft* vil få heftet med på kjøpet. Heftet er laget i et samarbeid mellom FL og Salten Friluftsråd.



Andre ideer til aktiviteter

Det finnes mange ideer til uteaktiviteter, både i bøker og på internett. Listen under er selvfølgelig ikke komplett.

Internett:

- www.naturfag.no
- www.uteskoleveven.no
- www.miljolare.no
- www.nysgjerrigper.no
- www.skolenettet.no/forskerspiren

Bøker:

- Uteskole – ei praktisk håndbok: Hebæk, M., Holmen, L. S. og Retterstøl, A. Damm 2001. ISBN 82-517-8224-4
- Friluftslivets pedagogikk. För kunnskap, känsla och livskvalitet: Brügge, B, Glantz, M. og Sandell K. Liber 2002. ISBN 91-47-05130-2
- Fritt fram for uteskole. Lek og læring i natur- og miljøfag. Håndbok for lærere: Damhaug, O. C., Elvehøy I. L. og Ødegaard, T. Aschehoug 2001. ISBN 82-03-30817-1
- Uteboka. Tøffe tips for hele året: Farstad, E. og Larsen D. H. Gyldendal Tiden 2000. ISBN 82-478-0531-6

3.4 Praktisk metodikk: Hvordan? – Fenomenbasert læring

Læring i friluft bygger på det pedagogiske prinsippet at barn og ungdom får større forståelse ved å lære om virkeligheten i virkeligheten (virkelighetsnær læringsarena), og målet er at det skal være naturlig å legge undervisningen ut, hvis det gir pedagogisk merverdi. Men hvordan sikrer vi at elevene faktisk lærer det vi ønsker at de skal lære og klarer å sette dette inn i en helhetlig sammenheng?

Våre egne erfaringer og andres forskning viser at lærerne og elevene i liten grad behersker aktivitetspedagogikken i praksis (eksemplifisert ved "Learning by doing", John Dewey). Mange skoler har en utedag i uka for de første trinnene. Her får elevene i stor grad leve ut andre sider av seg selv enn de gjør inne. Samtidig er dette et godt helsefremmende tiltak med økt fysisk aktivitet som gir rom for annen sosial læring enn inneaktiviteten. Men nærmiljøets potensial i læringsarbeidet blir i liten grad utnyttet. Kanskje er det derfor omfanget av uteaktivitet synker raskt utover i skoleløpet? Uteaktiviteten blir sett på som mest hygge, men lite relevant for det formelle læringsarbeidet og dermed ineffektiv bruk av tiden

for mellom- og ungdomstrinnet. For å møte utfordringene i praktisk aktivitetspedagogikk, må vi se hele læringsprosessen i en helhet. Vi må se sammenhengen mellom ute- og inneaktiviteten, forarbeidet, gjennomføringen og etterarbeidet/ oppsummeringen.

Noen spørsmål vi kan stille oss: Hvordan sikrere vi at elevene lærer noe av aktiviteten de gjennomfører? Hvordan kan vi gjøre elevene bevisste på hva de lærer? Hvordan kan vi hjelpe elevene til å generalisere sine enkelterfaringer og sette dem inn i en større (teoretisk) sammenheng?

Fenomenbasert læring tar utgangspunkt i det konkrete fenomenet og lar oss lære gjennom å observere dette fenomenet; et natur- eller kulturfenomen eller et mer eller mindre kontrollert eksperiment - hvordan det er bygget opp (produkt) eller hva som skjer (prosess). Det er et allment grep som sprenger grenser for fag og fagområder, men er en konkret og strukturert måte å jobbe på i både barnehagen og skolen for å sikre at uteaktiviteten blir en del av et større helhetlig læringsarbeid.

Barnehagens eller skolens nærområde er et fenomen i seg selv, men ofte kan det være praktisk å ta tak i et enkelt fenomen i nærområdet, f. eks. bjørketreet. Med bjørketreet som utgangspunkt gjennomføres i tur og orden mange aktiviteter som vil variere med alder. Tenk å starte med å tegne og ta bilder av treet. Hva er likt og hva er ulikt i forhold til andre trær? Bladene kan være utgangspunkt for fotosyntese, lufta rundt oss, sukker, vann, fargestoffer, plantefarging, bjørkeris og barneoppdragelse, fastelavensris og kristne tradisjoner blandet med de førkristne, sopelimer og magi, fugler og annet dyreliv. Stammen kan være utgangspunkt for ved, forbrenning (og fotosyntese), alder, årringer og tidslinjer, bark, never og neverarbeid. Røttene kan være utgangspunkt for samliv og jordbunnsfauna, tæger og tradisjonsarbeid. Bjørka forteller er kunnskapskilden som forteller historiene, og pedagogens rolle blir å sette historiene sammen til en reise, som når redaktøren organiserer en lærebok. Denne reisen må også inneholde hjelpemidler og verktøy som gjør barna i stand til å observere, reflektere, generalisere og sette erfaringene sine inn i en meningsbærende enhet. Dette vil fortone seg på helt ulike måter ut fra barnas alder og modningsnivå.

Hovedtrekkene i Fenomenbasert læring

1. La fenomenene fortelle historiene i stedet for læreboka
2. Pedagogens rolle er å sette historiene sammen til en reise, finne en rød tråd – på samme måte som redaktørene setter sammen lærebøkene
3. Pedagogens oppgave er å lære barn og ungdom å:
 - Observere
 - Reflektere
 - Generalisere
 - Sette erfaringer inn i en meningsbærende helhet

Husk å akseptere litt kaos og grip sjansen til improvisering når noe uforutsett oppstår eller skjer!

Fenomenbasert læring i barnehagen

Små barn mottar informasjon i tre faser. I en barnegruppe vil det til enhver tid være barn i alle de tre fasene samtidig. Derfor må barna få god tid til å motta informasjon og dette læringsarbeidet bør være atskilt fra bearbeidingen.

A. Motta informasjon i tre faser:

1. La barna oppleve – se en edderkopp!

2. La barna få lov til å ha på nysgjerrige forskerbriller – hmmm... kan edderkopper gå hvis de bare har sju bein?
3. Fortell historier med personlig preg – en gang broren min var på tur...

(Bent Lecht Madsen)

B. Bearbeide informasjon:

4. Tegne, male, forme, fortelle...

Fenomenbasert læring i skolen

Større barn kan jobbe mer målrettet med *Fenomenbasert læring*. Læringsøkta bør starte med å aktivisere tidligere kjent kunnskap om fenomenet og det som nå skal observeres. I tillegg må elevene få vite hva som forventes av dem, og hva de skal lære.

For å gjennomføre undervisning basert på fenomenundersøkelser, må elevene kunne observere - og dette må trenes; hva er vesentlig og hvilke detaljer er det viktig å få med seg? I starten trenger elevene mye hjelp fra læreren og en konkret oversikt over hva de skal observere. Etter hvert kan fenomenundersøkelsene bli mer åpne.

Aktiviteten må følges av etterarbeid. Her bør elevene over tid kunne få velge varierte arbeidsmåter basert på sine sterke sider; lese, tegne, diskutere, lage spill, forme, se filmer, gjøre oppgaver, lage tankekart, dramatisere, gjennomføre nye, tilsvarende fenomenundersøkelser osv.

Det er viktig å ta seg god tid til oppsummeringen slik at ny tilegnet kunnskap kan settes inn i en større sammenheng!

1. Innledning: Aktivisere tidligere kjent kunnskap og formidle forventninger
2. Aktivitet: Elevene må trenes i observasjon, fra lukkede til åpne fenomenundersøkelser
3. Etterarbeid: Velge mellom ulike arbeidsformer (f.eks. lese, tegne, diskutere, spille, nye aktiviteter)
4. Oppsummering: Sette inn i en større sammenheng; forklaringer, begreper, prosesser osv.

4 Friluftsrådernes tilbud

Friluftsrådene har ulik kompetanse og prioriterer ulikt. Derfor er det nødvendig med ulike strategier for å stimulere til mer og bedre uteaktivitet barnehager, grunnskoler og SFO.

4.1 Tilrettelegging og rådgivning

Friluftsrådene bidrar på ulike måter for å fysisk tilrettelegge for uteaktivitet i barnehager, grunnskoler og SFO og bidrar med råd:

Områder og overnattingsmuligheter

Friluftsrådene forvalter mange friluftsområder som egner seg for turer med barn og ungdom. Friluftsrådene kan gi informasjon og gode råd om disse områdene. Noen har også hytter, gapahuker og lavvoer som barnehager, SFO og skoler kan benytte til gunstige priser. Disse stedene er tilrettelagt for å ta i mot mange barn, og noen har ferdige undervisningsopplegg og utstyr som hører til. Andre har mobile utstyrsbaser med kanoer, kajakk, lavvoer, kokeutstyr og annet.

Rådgiving og veiledning: Tilrettelegging av uteområder

Noen friluftsråd bidrar med hjelp i planleggingsfasen og/ eller gjennomføringsfasen når et område skal tilrettelegges for uteaktivitet. Se også nettsidene til FL (tilretteleggingssidene på www.friluftsrad.no). Andre bidrar med råd til planlegging av skolens eller barnehagens uteområder eller bidrar med veiledning når barnehagene og skolene skal kartlegge sine nærområder for å organisere uteaktiviteten (*Stedsbasert læring*).

4.2 Aktivitetsdager og klasseveiledning

Mange friluftsråd har særskilt kompetanse når det gjelder å tilrettelegge aktivitetsdager for skoleklasser eller grupper av barn fra barnehage og SFO og har faste opplegg som er sterkt etterspurt. Det er viktig at de generelle momentene, som vi vil at skal kjennetegne *Læring i friluft*, jf dette heftet, innarbeides og ivaretas også i de praktiske oppleggene. Det er også ønskelig at disse dagene kombineres med at de ansatte får veiledning som gjør at de seinere tar barn og ungdom med ut og innarbeider læring i friluft i hverdagen.

Velger friluftsrådet å ha klasseveiledning/ aktivitetsdager er det enkelte ting man må ta stilling til før man tilbyr dette:

- Skal man satse på faste steder hvor man tar imot besøk, eller skal friluftsrådet dra rundt? Det første kan være kostbart for institusjonene (og dermed økonomisk uaktuelt), og det andre kan være kostbart og tidkrevende for friluftsrådet.
- Skal friluftsrådet satse på faste moduler, eller skal barnehagene, grunnskolene og SFOene kunne komme med ønsker? Faste moduler er mye mer tidseffektivt og økonomisk gunstig, men man bør ha en god dialog med mottagerne i området for å finne fram til aktuelle moduler som tilbys.
- Tenk gjennom hvilken rolle de ansatte skal ha før opplegget utarbeides. De er viktige støttespillere, men skal de bidra utover å holde ro og orden, må de få klare forventninger og god informasjon i god tid på forhånd.

For tips til planlegging og gjennomføring se eget kapittel.

4.3 Kurs for lærere og ansatte i barnehage og SFO

Friluftsrådene tilbyr ulike kurs med ulike tema. Noen har sine kurs på faste steder, andre tilbyr skolene og barnehagene å komme på besøk i deres nærområde. Noen har faste moduler, andre lar barnehagene og skolene være med på hele prosessen å komme med ønsker til innholdet. I tillegg må de ulike friluftsrådene selv ta stilling til lengde på kursene, pris og om kurset gjennomføres inne eller ute.

Friluftsrådernes styrke og særegenhet er den praktiske tilnærminga der deltagerne aktiviseres og er deltagende i gjennomføringen. Kursene har som oftest vært bygd på at de ansatte selv prøver ut de aktivitetene som er aktuelle å bruke med barna. På den måten utnytter vi friluftsrådernes primærkompetanse samtidig som de ansatte gis opplæring og dermed trygghet i forhold den praktiske utførelsen. Vi tror usikkerhet i forhold til det praktiske er en viktig bremsekloss for manges bruk av uteaktivitet. Men samtidig trenger ikke det praktiske (*hva og hvor?*) utelukke det teoretiske (*hvorfor og hvordan?*). Hvis friluftsrådet har kompetanse innen pedagogikk og didaktikk er det fint å finne fram til, i samarbeid med pedagogisk ledelse, hva de trenger for å gjennomføre mer og bedre uteaktivitet for sine barn. Kanskje trenger de i større grad en bevisstgjøring av hvorfor uteaktivitet er viktig eller veiledning i forhold til hvordan de skal organisere uteaktiviteten (jf *Stedsbasert læring*)?

Bakgrunn for *Læring i friluft* bør imidlertid alltid formidles som en del av et kurs basert på *Læring i friluft*:

- virkelighetsnær læringsarena
- fysisk aktivitet

- naturopplevelser og miljøbevissthet
- sosialt miljø

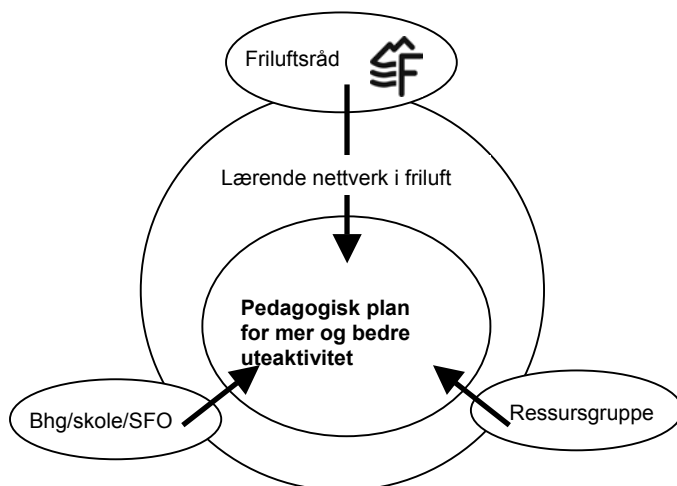
Dette kan gjøres innledningsvis eller flettes inn når aktiviteter gjennomføres. Her er det viktig å framheve at læring i friluft skal være fullverdig læring, og at vi mener at læring i friluft skal være en ordinær del av læringsarbeidet gjennom hele året for alle klassetrinn – når det gir pedagogisk merverdi.

Andre tema som kan omhandles i forbindelse med en kursdag for lærere, - uavhengig av aktiviteter som demonstreres er:

- Allemannsrett, jf idepermen kap 1.5.
- Sikkerhet og førstehjelp, jf idepermen kap 1.6.
- Klær og utstyr, jf idepermen kap 1.7.
- Bruk av kniv, øks og sag, jf idepermen kap 1.8.
- Om bål og matlaging ute, jf idepermen kap 1.9. og eget kap "Mat og helse"

Videre bør det legges vekt på å formidle respekt for naturen. Det gjelder både å unngå unødige skader på trær og planter, ikke forstyrre eller plage dyr unødig, ikke forsøple og forlate oppholdsstedet med minst mulig spor etter oss.

4.4 Lærende nettverk i friluft



Lærende nettverk i friluft er et initiativ for å etablere nettverk som et virkemiddel for kompetanseheving og kunnskapsdeling. Lærende nettverk i friluft skal være lærende i den forstand at de skal skape dialog, erfaringsutveksling og refleksjon som grunnlag for endring av egen praksis. Mellom hver samling jobber deltagerne med utviklingsarbeid i egen institusjon som er innpasset hverdagens profesjonsutøvelse. Målet med Lærende nettverk i friluft kan være at barnehager/ grunnskoler/ SFO skal utvikle en pedagogisk plan for mer og bedre uteaktivitet.

Les mer om nettverksarbeidet i egen veileder: Lærende nettverk i friluft – en veileder (2007) som kan lastes ned fra www.friluftsrad.no - Læring i friluft – Linker og litteratur.

5 Planlegging og gjennomføring av aktivitetsdager og kurs

Planlegging og gjennomføring av kurs og aktivitetsdager er et håndverk det tar tid å bli god til. Å sette av tid til evaluering fra deltagerne og refleksjon og drøfting for dere selv, er vel anvendt tidsbruk. Etter gjennomføringen kan dere være lurt å sette opp noen stikkord for seg selv som kan bli bedre til neste gang, men glem ikke alt som gikk bra, det er det viktigste av alt!

Detaljer i planlegging og gjennomføring vil selvfølgelig variere om det planlegges kurs eller aktivitetsdager, om friluftsrådet er initiativtaker til et åpent kurs eller om kurset/ aktivitetsdagen er bestilt av andre, om dere tilbyr ferdige moduler eller om de som bestiller kan komme med ønsker om innhold, varighet, sted osv. Derfor blir ikke avsnittene nedenfor

presise oppskrifter for hvordan dette gjøres, men mer som innspill til hva man bør tenke på i prosessen.

5.1 Basisplanlegging: Mål, målgruppe, varighet og sted

Du kommer sjeldent i mål om du ikke vet hvor du skal! Derfor er det viktig å sette seg mål og formidle disse. Tilbyr dere en modul eller et ferdig opplegg, kan det være lurt å tydeliggjøre hva slags mål som skal nås. Ofte holder det at dere formidler innholdet i f.eks en invitasjon. Men er det et bestillingsoppdrag, er det viktig å ha god dialog med de som bestiller, om de har noen spesielle ønsker om mål for dagen.

For kurs kan mål for eksempel være:

- Gjennomføre praktiske uteaktiviteter som deltagerne kan gjennomføre sammen med sine barn/ elever.
- Gi deltagerne innblikk i hvorfor fysisk aktivitet og naturopplevelse er viktig.
- Vise hvordan et helhetlig undervisningsopplegg kan settes sammen gjennom praktisk presentasjon av metoden *Fenomenbasert læring*.
- Sette i gang prosessen med kartlegging av skolens læringssteder og vise hvordan disse kan kobles opp mot læreplanen og konkrete aktiviteter (*Stedsbasert læring*).

For aktivitetsdager kan det kanskje være behov for mer detaljerte mål:

- Elevene skal lære navn på arter i fjæra, og bli kjent med flo og fjær og hvilke betydninger dette har for noen utvalgte arter.
- Elevene skal gjennom gruppearbeid selv få praktisk erfaring med hvorfor $\pi = 3,14$
- Alle barna skal få erfaring i å fiske med bunnsnøre fra båt og krabbesnøre fra brygge og lære hvorfor det er viktig å ha på seg redningsvest både når man går på brygga og blir med ut i båt.

Målene settes ofte med utgangspunkt i hvem som er målgruppen. Derfor er det viktig å tenke på hvem opplegget lages for. Hvor lett er det å sette sammen et kursprogram som har målgruppe alle ansatte i barnehage, grunnskole og SFO kontra lærere i småskolen? Vil det påvirke hvilke mål som settes og hvilke temaer som tas opp?

I tillegg er det viktig å forstå hvem målgruppa er, og hvilke læreforutsetninger de har. I tillegg til alder/ klassetrinn kan det være av betydning å kjenne til om noen trenger ekstra tilrettelegging, slik at dette kan legges til rette for ved valg av aktiviteter i stedet for at vedkommende skal føle seg utenfor. Det er også viktig å avklare om de voksne er en del av målgruppa, og i hvilken grad de skal bidra under gjennomføringen.

Ofte settes varigheten av kurset/ aktivitetsdagen ut fra tilgjengelig tid, reiseavstand, økonomiske hensyn og programtekniske hensyn. Flere av friluftsrådene har erfart at spesielt lærere har liten felles tid kombinert med lite vikarbudsjet, slik at de har vanskeligheter med å komme på kurs. Dette kan løses ved å komme til skolen i lærernes fellestid 2 timer 3 ettermiddager i stedet for å gjennomføre et 6 timers kurs. Hvis man i tillegg legger inn utfordringer til skolen som kan gjennomføres og utvikles under ordinært arbeid, kan man få mye ut denne måten å jobbe på. Skal det på en annen side gjennomføres et åpent kurs, kan det være fordel med en hel dag, når vikarer først må skaffes, eller en halv dag på slutten av dagen slik at det blir kun et lite behov for vikarer. Om kurset skal være langt eller kort avhenger også av hvor lang avstand dere har til den aktuelle skolen, for det er lite effektivt å reise i 4-5 timer for å gjennomføre aktiviteter/ kurs i 2 timer! Fordelen med lange kurs, kanskje over to dager, kan være at deltagerne får bedre kontakt, og at de får mye igjen for den uformelle praten og erfaringsutvekslingen seg i mellom.

Ofte kan det være fornuftig med befaring til det stedet som aktivitetene skal gjennomføres, før aktivitetsdagen/ kurset, men ofte kan det være nok å be om noen bilder eller forhøre seg

om elementer som dere er avhengig av finnes i området. For eksempel om det vokser bjørketrær der, om det er asfaltert skolegård osv. Etter hvert som man får erfaring i å ta tilpasninger litt mer på strak arm, vil behovet for befaringer falle bort, og man sparer mye tid og ressurser på det.

5.2 Innhold: Rammer og program

Når programmet settes sammen må dere ta hensyn til:

- Deltagernes forutsetninger
- Mål som er satt
- Stedets utforming; teori inne eller praktisk ute eller en kombinasjon?
- Antall deltagere og antall naturveiledere, og i hvilken grad evt. andre voksne skal ha en rolle i gjennomføringen (viktig da med detaljert informasjon om hva som forventes)
- Evt. ulike varianter avhengig av været
- Tiden man har til rådighet.

Ting tar tid; sett av god tid til oppstart og avslutning og evt. mat, for dette er viktige momenter for at dagen skal bli vellykket. Men i tillegg kan det være lurt å ha noen aktiviteter på lager hvis det gjenstår tid.

Er det mange deltagere på et uteopplegg, kan gruppa med stort hell deles opp. Enten kan det være flere naturveiledere som gjennomfører parallellsesjoner og bytter underveis, og/ eller man kan presentere aktiviteter basert på prinsippene i stjerneorientering slik at deltagerne går rundt til aktivitetsposter som enten er bemannet eller ubemannet. Husk at det da i tillegg bør være en naturveileder som kan gå litt rundt å svare på spørsmål og veilede.

Forslag til tabell for planlegging av programmet:

Tid	Aktivitet	Kommentar	Utstyr	Ansvarlig
09.00-09.15	Velkommen	Komme til ro Presentasjon	Deltagerliste Klyper med navn	(Navn)
09.15-09.30	Bli kjent - lek			(Navn)
Osv.				(Navn)

Det kan være fordel å ikke dele ut programmet til deltagerne, for da har dere større rom for å improvisere underveis hvis det blir behov for det.

5.3 Informasjon: Invitasjon og påmelding

Invitasjonen kan sendes ut som åpen invitasjon med vanlig post eller e-post til de ulike målgruppene. Den kan også settes inn som annonse i ulike medier som bl.a. internett og lokalaviser. Mulighetene er mange. Det er viktig at man har formening om hvor mange deltagere kurset har plass til. Dette kan avgjøre hvem invitasjonen sendes til. Send ut invitasjoner i god tid og påmeldingsfristen bør være senest en uke før gjennomføringen. Stikkord som må med i invitasjonen er: Dato, tid, sted, pris, målgruppe, innhold, utstyr, påmeldingsfrist og kontaktperson. Bakerst presenteres et eksempel på hvordan en kursinvitasjon kan se ut.

5.4 Gjennomføring: Praktiske tips

Under følger noen praktiske tips som kan være nyttige når man skal planlegge og gjennomføre kurs:

- Kart, reisebeskrivelse til oppmøtested og deltagerliste med navn og telefonnumre bør sendes ut til deltagerne. Er man ukjent i distriktet er det alltid kjekt å få detaljert reisebeskrivelse. Gjerne med forslag til ulike transportmidler, som buss og tog. Det er

også greit å få tilsendt deltagerliste med navn og telefonnumre slik at man, dersom ønskelig, har muligheter til å koordinere felles transport med bil.

- Deltagerliste med telefonnumre til alle deltagerne kan være lurt å ha med seg ut. Det samme gjelder mobiltelefon. Da kan deltagerne nå deg dersom de er forsinket evt har blitt forhindret i å møte opp.
- Møt opp på avtalt møtested i god tid før kursstart. En halvtime før kan i de fleste tilfeller være ok. Grunnen til dette er at det ofte er noen deltagere som møter tidlig, og for dem er det godt å bli tatt i mot. Er man deltager og møter opp før kursansvarlig, blir man ofte usikker og kan lure på om man har møtt opp på riktig sted.
- Begynn og avslutt kurset til tidene som satt opp i programmet. Viktigst er det å avslutte til oppsatt tid. Har du sagt at kurset skal slutte kl 15.00 så gjør det.
- Antall aktiviteter /øvelser bør tilpasses ut i fra tiden til rådighet.
- Planlegg godt. Tenk nøye gjennom valg av aktiviteter og aktuelle tilpassninger. Få kjennskap til deltagerne og deres behov.
- Tenk nøye igjennom hva som kan gå galt i forhold til sted, vær, program og deltagerne. Hvilke risikovurderinger må tas, og hva gjør vi om ulykke inntreffer?
- Hver aktivitet må både forklares og vises. Før evt bevegelsen selv.
- Bruker noen av deltagerne lengre tid enn andre på en bestemt øvelse, bør disse for eksempel få muligheten til å starte.
- Lytt til kursdeltagernes ønsker og behov. Poenget er å gi kursdeltagerne egne erfaringer og opplevelser med de ulike aktivitetene. Det er viktig at aktuelle tilpassninger av aktivitetene diskuteres. Viktig er det også å oppfordre deltagerne til å bidra med sine egne erfaringer og kunnskaper.
- Det kan være lurt at deltagerne ikke får hele det fulle programmet. Da står kursleder friere til å improvisere underveis, og deltagerne henger seg ikke opp i forandringene.
- Planlegg alltid flere aktiviteter enn du tror du får bruk for.
- Det er alltid godt å ha et program i lomma. Du trenger ikke å følge det i detalj. Det er fordelen med å ikke dele ut detaljert program ut til deltagerne.
- Det er praktisk for deltagerne at de ikke trenger å skrive mens de gjennomfører aktiviteten. Bedre er det at de får utdelt et kurshefte med sammendrag og aktivitetene beskrevet/illustrert.

6 Tilleggsinformasjon

6.1 Lovgrunnlag for uteaktivitet

Aktuelle lover å sette seg inn i:

- Friluftsløven og allemannsretten
- Brannvernloven
- Forskrift om lekeplassutstyr
- Plan- og bygningsloven
- Personvernloven

6.2 Økonomiske støtteordninger for friluftsrådene

- DN-midler post 74 via FL (egen ordning, søk derfor ikke Fylkesmannens post 74)
- Tilrettelegging: Spillemiddelordningen *Mindre kostnadskrevnede anlegg for friluftsliv* (totalsum maks 80.000,- kr, maks søknadssum 50%) fra Kultur- og kirkedepartementet (KKD) via FL eller fylkeskommunen
- DN-midler til sikring og tilrettelegging av friluftslivsområder
- Kommunale midler
- Fylkeskommunale midler (partnerskap)
- Støtte fra skolene/ deltageravgift
- Evt. tilbud innen ordningen Den kulturelle skolesekken (fylket)

7 Litteratur

- Innledningene i *Læring i friluft og Fritid i friluft*
- Bagøien, Tor Egil og Rune Storli. Lag en naturlekeklass, prinsipper og praktiske ideer, Gyldendal, 2002
- Brügge, B, Glantz, M. og Sandell K. Liber. Friluftslivets pedagogikk. Før kunnskap, känsla och livskvalitet: 2002. ISBN 91-47-05130-2
- Damhaug, O. C., Elvehøy I. L. og Ødegaard, T. Fritt fram for uteskole. Lek og læring i natur- og miljøfag. Håndbok for lærere. Aschehoug. 2001. ISBN 82-03-30817-1
- Farstad, E. og Larsen D. H. Uteboka. Tøffe tips for hele året. Gyldendal Tiden 2000. ISBN 82-478-0531-6
- Hebæk, Marit, Liv Sommer Holmen og Anne Retterstøl. Uteskole, ei praktisk håndbok, Damm, 2001
- Jordet, Arne N. Nærmiljøet som klasserom, uteskole i teori og praksis, Cappelen, 1998
- Jordet, Arne N. Nærmiljøet som klasserom. En undersøkelse om uteskolens didaktikk i et danningsteoretisk og erfaringspedagogisk perspektiv. Det utdanningsvitenskapelige fakultet, Universitetet i Oslo. 2007. (Dr. gr. Avhandling)
- Sosial- og helsedirektoratet. [Skolens utearealer – om behovet for arealnormer og virkemidler](#) (IS-1130). 2003.
- Sosial- og helsedirektoratet: [Fysisk aktivitet og måltider i skolen](#). 2007

Internett:

- Tilleggsheftet for barnehager i friluft (lastes ned fra www.friluftsrad.no - Læring i friluft – Litteratur og linker)
- Lærende nettverk i friluft – en veileder (lastes ned fra www.friluftsrad.no - Læring i friluft – Litteratur og linker)
- [Kunnskapsløftet, Den generelle læreplanen, Læringsplakaten og fagplanene](#)
- [Rammeplanen for barnehagens innhold og oppgaver](#)
- www.naturfag.no
- www.uteskoleveven.no
- www.miljolare.no
- www.nysgjerrigper.no
- www.skolenettet.no/forskerspiren
- [John Dewey, Learning by doing](#)
- [Torger Limstrand, Perspektiver på uteskole](#)
- [Aksel Hugo, Når faget vokser ut av fenomenene. Naturen som historieforteller](#)
- Ideer for tilrettelegging: <http://www.friluftsrad.no/> og klikk på "Tilrettelegging/ ideer"
- *Stedsbasert læring* og skolens uteområder: <http://www.uterin.salten.no/>
- Nasjonalt rådgivningstjeneste Skoleanlegg: <http://skoleanlegg.utdanningsdirektoratet.no/index.gan?id=1593&subid=0>

Invitasjon til inspirasjonskurs



Trenger du og dine kollegaer nye ideer knyttet til Kunnskapsløftet?

Vi holder inspirasjonskurs!

På inspirasjonskurset viser vi hvordan man kan bruke naturen i undervisningen og jobbe med læring utendørs. Fag som omhandles er naturfag, matematikk, norsk, samfunnsfag, kunst og håndverk, mat og helse og kroppsøving.

Våren 2008 holder vi fire åpne kurs for lærere i Oslofjordkommunene:

- 8. april på Jeløy i Moss
- 10. april på Engersand i Lier
- 15. april på Kalvøya i Bærum
- 17. april på Fjærholmen på Nøtterøy

Samtlige kurs starter klokken 15.00 og avsluttes klokken 18.00.

Pris: kr. 400,- per person.

Vi tilpasser kursene etter hvilke trinn deltakere arbeider på.

Idépermen "Læring i friluft" brukes som basis for kursene. I permen finnes konkrete tips på uteaktiviteter relatert til fag og kompetansemål i Kunnskapsløftet. Permen kan kjøpes på kursene.

Kontakt oss på osloff@online.no eller tlf 67 55 49 90 hvis du lurer på noe. Påmelding senest 12. mars 2008 på vedlagt påmeldingsskjema.

PS. Hvis kursdatoene ikke passer holder vi kurs på bestilling!

