



**FRILUFTS  
FRÄMJANDET**  
*I FÖRSKOLAN*

FRILUFTS  
FRÄMJANDET




Våra insektsinspektörer arbetar.



# INNEHÅLLS- FÖRTECKNING

---

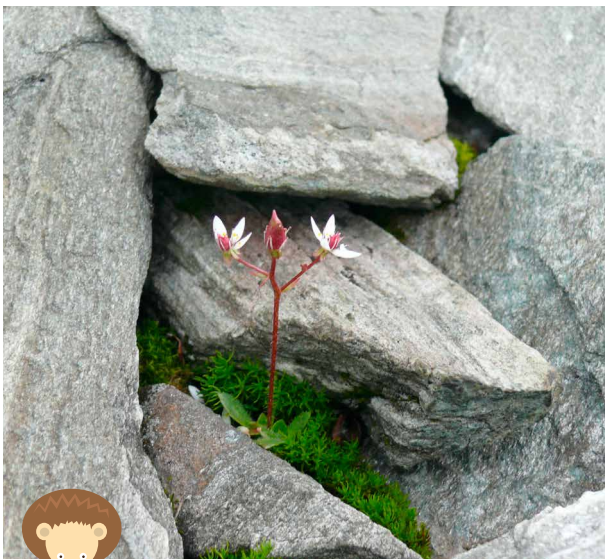
- S. 5 FRILUFTSLIV I FÖRSKOLAN
- S. 6 PEDAGOGIK FÖR ALLA SINNEN
- S. 9 EN BRA START I LIVET
- S. 10 SKOGSMULLE I FÖRSKOLAN
- S. 12 I UR OCH SKUR
- S. 15 FRILUFTSLIV – TIO ANLEDNINGAR
- S. 16 EXEMPEL FRÅN VERKLIGHETEN
- S. 18 UTBILDNINGAR



**Inspirera kollegor  
och ansvariga!**

Vill du arbeta med naturpedagogik? Läs broschyren och sprid innehållet vidare på din arbetsplats.





I UR OCH SKUR  
ELLER SKOGSMULLE  
I FÖRSKOLAN.  
VAD PASSAR DIG?



En riktig grengungare



## VÅRT MÅL ÄR ATT SKAPA VÄRLDENS BÄSTA PÖLPLASKARE, MOSSMYSARE OCH UTEUNDERSÖKARE

Naturen är det bästa klassrummet 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 miljön. Barnen utvecklas mot målen i Läroplanen när du som pedagog arbetar med vår I Ur och Skur pedagogik eller Skogsmulle i förskolan.

Men det bästa av allt är att du får förmånen att skapa världens bästa grusgrävare, pöplaskare, hinkhällare, regnrockare, skogsstojare, barkbrakare, picknickpackare, mossmysare, fågelforskare, spårspanare, stensamalare, djurdiggare, barkbåtsbyggare, maskmätare, uteundersökare, vindskyddsvilare, snigelskyddare, stigsmygare, lövletare, stockstudsare, grengungare och naturnjutare.

# UNIK PEDAGOGIK FÖR ALLA SINNEN

Friluftsförbundet I Ur och Skur-metodik och Skogsmulle i förskolan strävar efter att varje barn får utvecklas genom friluftsliv, lek, rörelse, spänning och upplevelser med alla sinnen\*. Barn som får möjlighet att komma ut i naturen lär sig handla efter allemansrätten och värna om miljön. Vi kallar det världens bästa klassrum – för en hållbar utveckling i praktiken.

## Positiv utveckling

Forskning visar att leken utomhus utvecklar barn både socialt och emotionellt. Att använda sig av naturen i lärande väcker lusten och stimulerar hjärnans tillväxt, särskilt i åldrarna tre till sex år. Barn som vistas ute mycket är mer koncentrerade, mindre rastlösa och drabbas mer sällan av infektioner.\*\*



## Friluftsliv i två nivåer

Friluftsförbundet erbjuder två nivåer av friluftsliv. Skogsmulle i förskolan är lite lättare och introducerar naturen som en aktivitet på schemat, utifrån barnens intresse och erfarenheter. I Ur och Skur är en heltidsverksamhet och pedagogik som bygger på friluftsliv, utomhuspedagogik och upplevelse-baserat lärande i arbetet med målen i läroplanen.

## Kittla sina sinnen

Friluftsförbundets unika pedagogik bygger på upplevelser med alla sinnen. En grundpelare inom pedagogiken är att barnet skall leka, upptäcka och lära med alla sinnen och hela kroppen. Att praktiskt och lustfyllt få uppleva – stimulerar nyfikenhet, självkänsla och ger förståelse. Även rörelseutrymmet är större och bidrar till fysisk och motorisk utveckling.

## Naturen som klassrum

Friluftsförbundet ser naturen som världens bästa klassrum. Naturen blir ett laboratorium, en plats för konstruktion, friluftsliv och rörelse, gemenskap, reflektion och massor av lek och lärande.\*\*\* Studier visar också att naturen är mer genusneutral. (Eva Ånggård)

## Olika behov

Pedagogens roll är att utgå från barnets intresse, erfarenhet och utveckling och arbeta med upptäckande, medundersökande, medupplevande och medagerande. Genom våra utbildningar får du som pedagog verktyg att arbeta mot målen i läroplanen. Tillsammans ute med barnen, med nyfiket sinne, lek och glädje växer spännande äventyr fram.



## Källor:

\*B. Brügge et al (1999) "Friluftslivets pedagogik" & A. Szczepanski ass visiting prof Outdoor Education (NCU) Linköping University, Sullivan et al. The fruit of Urban Nature. Vital Neighborhood Spaces. Environment and behaviour. Vol. 36 No.5, September 2004  
\*\* P. Grahn et.al (1997) "Ute på dagis Hur använder barn daghemsgården?" Alnarp Stad & land (nr 145) Lärande genom alla de fyra sinnen ger en mer ihållande kunskapsinhämtning  
\*\*\*Barnen blir mer sociala, läroplanen förbättras och benägenheten att samarbeta ökar. (A. Szczepanski, 2008 Lic avhandling. Handlingsburen kunskap – lärares uppfattningar om landskapet som lärandemiljö Linköping)





# GE BARNEN EN BRA START I LIVET

**Friluftsförbundet** unika pedagogik bygger på att låta barn vara barn och uppleva med alla sina sinnen. Med vår utbildning i ryggen kan du ta med dig förskolebarnen ut i naturen, och genom nyfikenhet, erfarenhet, rörelse, kunskap och gemenskap låta äventyren växa fram.

Känslan för naturen grundläggs genom att vara ute, i alla väder och alla årstider. Att följa naturens skiftningar i olika miljöer genom sinnesintryck, är en plattform som är omöjlig att hoppa över.

Med friluftsliv på schemat får barnen ett varsamt förhållningssätt till natur och miljö och lär sig att förstå sin delaktighet i naturens kretslopp. Här grundlägger de friluftsfärdigheter och lust till fysisk aktivitet. Att dagligen och helt väderberoende få vistas ute är viktigt för alla barn. Dessutom ger det en minskad infektionsrisk, ökad aptit och bättre sömn.

Naturen är en fantastisk plats för lek och lärande och motoriken tränas på ett naturligt sätt i skogen med ojämn terräng.



En riktig stensamlare



**SKOGSMULLE**  
FRILUFTSFRÄMJANDET

## MED UTEKUL PÅ SCHEMAT

### SKOGSMULLE I FÖRSKOLAN

**Genom våra kurser får du som pedagog en bank full med kunskaper, metoder och roliga aktiviteter att göra med barnen ute. Denna bank kan du använda under många kommande år för att hitta en röd tråd i dina aktiviteter och koppla delar av ditt arbete till läroplanen.**

Leken och naturupplevelser är en stor del i utbildningen och efter kursen kommer du att uppleva naturen som världens bästa lekplats för alla sinnen, ha kunskaper om växter, hur du pysslar med naturmaterial,

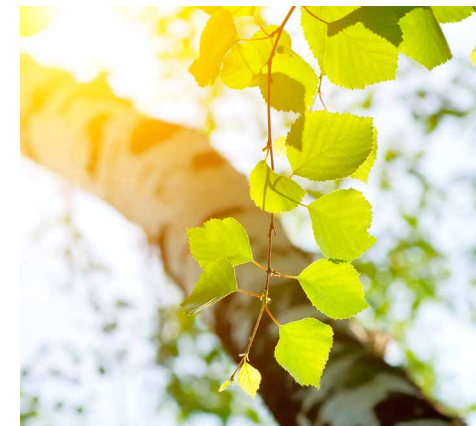
hur du letar spår av djur och andra fascinerande saker som finns i naturen.

Under kursen får du kunskaper om allemansrätten, en av förutsättningarna för att vara i skog och mark samt hur du håller dig varm, torr och mätt ute under alla årstider. Tillsammans med dina kurskamrater tittar du närmare på kretslopp, livscyklar, näringskedjor och årstidsväxlingar och denna kunskap kan du sedan omsätta i praktiken med din barngrupp i din närmiljö och koppla till läroplansmålen kring bland annat naturkunskap, kemi och fysik.

### BARNEN FÅR KOMMA UT PÅ SPÄNNANDE UTFLYKTER I NATUREN.

#### Du som pedagog får:

- Redskap och kunskap för att ta ut barnen i naturen, som en del på schemat
- En grund och ett startkit för utomhuspedagogik
- Metoder kring lärande ute, som kompletterar läroplanen
- Insikt i naturen som en lekplats för lärande
- Deltidsverksamhet



Ett moment i kursen är att lära sig hantera kniv, stormkök och vindskydd så att du i din barnverksamhet kan bygga ett vind/regnskydd och tillaga varma drycker och tillreda enklare maträtter.

Kunskapen du får på kursen kommer du även ha stor nytta av i ditt privatliv. När du är ute och går, plockar svamp eller är på

stranden kommer du att uppmärksamma stora och små naturfenomen i din närhet. Du kommer att ha dina naturglasögon på genom hela livet. Genom att du blir medlem i Friluftsrämjandet under din kursgenomgång kommer du även att ha tillgång till en stor variation av natur och friluftaktiviteter runt om i Sverige.







# UTOMHUSPEDAGOGIK OCH UPPLEVELSEBASERAT LÄRANDE

## I UR OCH SKUR I FÖRSKOLAN

**Denna utbildning vänder sig till dig som vill utveckla dig och arbetet på din förskola och få ett aktivt förhållningssätt kring hållbar livsstil i praktiken, som genomsvyr hela verksamhetstiden. Ett paket som är utformat från läroplan och skollagen.**

Under kursen fördjupar du din förståelse och kunskap för hur rörelse, friluftsliv och utomhusbaserat lärande kan användas inom förskolans alla åldrar i lär- och grupprocesser. Du kommer också att utveckla dig i ditt ledarskap genom litteratur, övningar, reflektion och erfarenhetsutbyte.

Vi tittar på hur utomhus och inomhusmiljöer kan utmana barnens kreativitet och fantasi och utveckla barns kunskap, kommunikativa och sociala förmåga. Centralt för pedagogen är att göra didaktiska val av var aktiviteter

passar bäst att genomföra, ute eller inne, utifrån barnen och vädret.

Du får prova på några olika uttrycksmedel, lekar och övningar som används inom I Ur och Skur för att utveckla förståelse och se vikten av att använda alla sinnen och hela kroppen för att fördjupa kunskaper.

I Ur och Skur strävar också efter att barnen med alla sinnen, sin kropp och upptäckarglädje undersöker naturen, utvecklar naturkänsla och naturkunskaper. Många upplevelser i autentiska situationer ger barnen förståelse och sammanhang som i sin tur kan ge barnen möjlighet att utveckla kunskap om en mer hållbar livsstil och handlande efter allemansrätten. Genom övningar och samtal går vi igenom arbetssätt och metoder.

Pedagogik och metoder baseras på vetenskaplig grund och beprövad erfarenhet. Du



utvecklar ett reflekterande ledarskap där erfarenheten kopplas samman med litteratur och samtal.

Du kan öka måluppfyllelsen i Läroplanen med hjälp av naturen och lärande i andra utomhusmiljöer vilka erbjuder många möjligheter att arbeta med bland annat naturvetenskap, matematik, språk, värdegrundsfrågor i tematisk form, praktiskt som teoretiskt.

På I Ur och Skur får barnen utveckla och uppleva friluftsfärdigheter för att främja lusten till fysisk aktivitet och omsorg om sin hälsa. På utbildningen får du prova på att använda enkel friluftsteknik som stormkök, kniv, yxa, eld och du kommer att få prova på att laga mat utomhus.

### BARNEN BERIKAS MED NATUR, MILJÖ OCH HÄLSA VARJE DAG.

#### Du som pedagog får:

- Redskap och kunskap att jobba med utomhuspedagogik och upplevelse-baserat lärande.
- Ett hållbart synsätt och en miljöplan som genomsvyr allt på förskolan
- Ett pedagogiskt färdigt koncept styrt av läroplan och skollag
- Medvetet reflekterande ledarskap
- Heltidsverksamhet



Efter utbildningen har du utvecklat ditt arbete med utomhuspedagogik och upplevelsebaserat lärande där förskolans uppdrag; omsorg, utveckling och lärande bildar en helhet. Du får förutsättningar, teorier och metoder att arbeta med rutiner, aktiviteter, reflektioner, lek och barnens sociala samspel ute.

Så här kan du som pedagog få arbeta med I Ur och Skur:

- Utbildning
- Omvandla din befintliga förskola/avdelning.
- Bli anställd på en I Ur och Skur
- Starta eget

*Vi hjälper dig att komma i gång; kontakta oss på Friluftsförbundet I Ur och Skur Utveckling. 08-449 22 70*

# TIO ANLEDNINGAR FÖR FRILUFTSFRÄMJANDET I FÖRSKOLAN



1. FRISKARE GLADA BARN OCH PEDAGOGER
2. BARNENS MOTORISKA UTVECKLING
3. PRAKTISKT MILJÖARBETE
4. FRILUFTSKUNSKAPER
5. UTERUMMET SOM TILLGÅNG OCH LUGNARE LÄRKLIMAT
6. MEDVETET LEDARSKAP
7. STÖD ATT ARBETA MOT LÄROPLANENS MÅL
8. ÖVER 50 ÅRS ERFARENHET AV UTOMHUSPEDAGOGIK
9. MARKNADSFÖRINGSSTÖD OCH ETT VÄLKÄNT VARUMÄRKE
10. FLER FAMILJER SOM VÄLJER FÖRSKOLAN  
(DE FLESTA I UR OCH SKUR HAR IDAG LÅNGA KÖER)

Stockstudsning pågår



# BARN MÅR BÄTTRE AV ATT VARA UTOMHUS

HÄR ÄR FYRA EXEMPEL FRÅN VERKLIGHETEN

## En förälder berättar om fördelarna

*"I dagens fullbokade, stressade tillvaro känns det jätteskönt att veta att mina barn får vara ute och leka och känna glädje och trygghet i naturen medan jag är på kontoret. Det du tycker om värnar du. Förståelse för livet i jorden, barken och under stenar och lekens och fantasins frihet i naturen är något som har betytt mycket för mig och som jag nu vet att mina barn också får med sig i livet."*

Alexandra Wenckert förälder på I Ur och Skur skola



## Selma – barn, I Ur och Skur berättar

*"När jag är i naturen så känner jag mig fri. Jag kan springa vart jag vill och ingen kan stoppa mig. Det finns inga gränser då, jag gör vad jag känner för."*

## Maja – barn, I Ur och Skur berättar

*"Jag ser alla jordens färger. Det är skönt och det känns som att vinden blåser rakt in i mig. Jag kan känna blommornas doft när det är sommar. När det är vinter så hör man inte någonting. Naturen är också djurens."*

## En Förskollärare berättar om fördelarna:

*"Det är roligt, inspirerande, lärorikt och spännande att få dela upptäckter och upplevelser i naturen med barnen. De blir nyfikna och inspirerade att tillsammans med oss lärare söka kunskap, nya utmaningar och lär sig om miljö och natur på många olika sätt. Friluftsliv och natur är dessutom bra för själen, ger lägre ljudnivåer och färre konflikter och bonusen är vi blir friskare och får tid att njuta och ha roligt tillsammans."*

Carina Andersson (tidigare Skogsmulle i förskola, nu I Ur och Skur)



# UTBILDNINGSTID GRUNDUTBILDNING

## SKOGSMULLE

2 dagar med hemuppgift mellan träffarna.

Slogsmulles två-dagars utbildning: 14 timmar fysiskt möte  
+ ca. 1 tim interaktiv utbildning.  
*Tillkommer: hemuppgift.*

Område	Timmar
 Friluftsförbundet	1
 Ledarskap och metodik	3
 Forskning	1,5
 Friluftskunskap	1
 Naturkunskap	2
 Utrustning och säkerhet	1
 Allemansrätt och miljö	0,5
 Skogsmulle i förskolan pedagogik	4

Efter Grundutbildningen – Påbyggnadsutbildningar

# UTBILDNINGSTID GRUNDUTBILDNING

## I UR OCH SKUR

2 + 2 dagar med litteraturstudier och hemuppgifter mellan träffarna.

I Ur och Skurs fyra-dagars utbildning: 32 timmar fysiskt möte  
+ ca. 1 tim interaktiv utbildning.  
*Tillkommer: litteraturstudier och hemuppgifter.*

Område	Timmar
 Friluftsförbundet	1
 Ledarskap och metodik	10
 Forskning och teorier	3
 Friluftskunskap	4
 Naturkunskap	2
 Utrustning och säkerhet	1
 Allemansrätt och miljö	2
 I Ur och Skur pedagogik	10

Efter Grundutbildningen – Påbyggnadsutbildningar.  
Kunskap och erfarenhetsutbyte i Nätverk.





Friluftsförbundet erbjuder Sveriges största utbud av friluftaktiviteter. Sedan 1892 har vi guidat människor till små och stora äventyr. Vi vill att så många som möjligt ska upptäcka vår fantastiska natur, kunna dela glädjen med friluftslivet med andra, utvecklas utan prestationskrav och vistas i naturen under trygga former. Vi har aktiviteter för alla åldrar och årstider runt om i hela landet.

---

## Har du varit världens bästa gräsgosare, maskmätare eller grengungare? Varför inte låta dina förskolebarn få uppleva samma äventyr som du?

På [www.friluftsförbundet.se/i\\_skolan](http://www.friluftsförbundet.se/i_skolan) hittar du mer information om naturpedagogik, utbildningar i närheten, kursupplägg och hur du skriver avtal med Friluftsförbundet och I Ur och Skur Utveckling.

