

A photograph of two children standing on a large, textured tree trunk in a forest. The child on the left is wearing a blue long-sleeved shirt and dark blue jeans, with a black and white Puma sneaker. The child on the right is wearing a green long-sleeved shirt and blue jeans, with bright pink sneakers. The background is a soft-focus green forest. A semi-transparent dark grey box is centered over the image, containing white text.

EN BRA START I LIVET

**FRILUFTS
FRÄMJANDET**

I FÖRSKOLAN

FRILUFTS
FRÄMJANDET



Stockstudsare på äventyr



VÅRT MÅL ÄR ATT SKAPA VÄRLDENS BÄSTA *HINKHÄLLARE, PÖLPLASKARE OCH BARKBRAKARE*

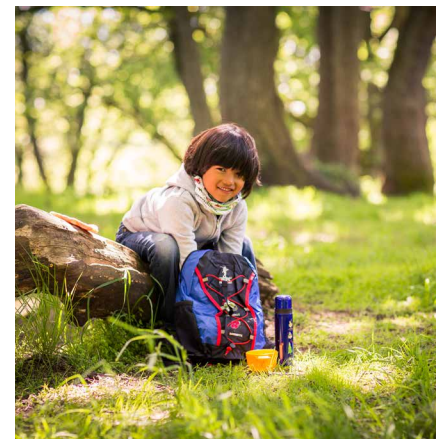
**Det är under förskoleåren som barns utveckling tar fart på riktigt.
Det är då de lär sig att samspela med andra barn. Det är då
deras personligheter växer fram.**

För oss är naturen det självklara klassrummet och vi tror att barn mår som bäst när de får vara barn. Så genom utomhusäventyr skapar vi 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. Att leka fram kunskap är grunden i allt vi gör. Det är i alla fall det som våra förskolebarn får göra medan deras föräldrar är på jobbet.

HEMLIGHETEN ÄR ATT STIMULERA ALLA SINNEN

Forskning visar att den fria leken utomhus utvecklar barn både socialt och emotionellt. Att använda sig av naturen i lärandet 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, än barn inom traditionell barnomsorg.

Källa: P. Grahm SLU 1997



Friluftsliv i två nivåer

Friluftslivserbjudandet 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 upplevelsebaserat lärande i arbetet med målen i läroplanen.



SKOGSMULLE I FÖRSKOLAN

SPÄNNANDE UTFLYKTER I NATUREN

Hundratusentals barn har genom åren fått upptäcka naturen i sällskap av Skogsmulle. Nyfikenhet och äkta glädje för allt som lever och växer har gjort verksamheten unik.

Skogsmulle startades som en fritidsaktivitet för barn. Idag går de flesta barn i någon form av barnomsorg och fritiden tillsammans med föräldrarna krymper. Då kan det vara ett bra alternativ att få få komma ut leka och uppleva naturen och årstidsväxlingar under dagarna på förskolan.

Skogsmulle i förskolan leds av personal som har gått Friluftsförbundets utbildning och som med nyfikenhet, erfarenhet, rörelse och gemenskap låter spännande äventyr växa fram tillsammans med barnen.



Med friluftsliv på schemat får barnen ett varsamt förhållningssätt till natur och miljö och lär sig förstå sin delaktighet i naturens kretslopp. Naturen är en fantastisk plats för att uppleva och lära med alla sinnen. Det du lär med kroppen fastnar i knoppen. Det är en fantastisk miljö för lek, fantasi och rörelse som dessutom är genusneutral och har lugnande effekt. Barnen får prova olika friluftaktiviteter och grundläggande friluftsfärdigheter som de har nytta av hela livet.



I UR OCH SKUR

NATUR, MILJÖ OCH HÄLSA VARJE DAG

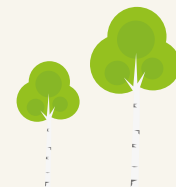
Pedagogikens utgångspunkt har sin grund i friluftsliv, utomhuspedagogik och upplevelsebaserat lärande och arbetar efter målen i Läroplanen. Med 30 års erfarenhet i ryggen utgår våra pedagoger från barnens behov och typ av väder vilken aktivitet som passar bäst att genomföra ute eller inne.

Barnen upptäcker, leker och upplever med alla sinnen och hela kroppen. Att praktiskt få uppleva, stimulerar nyfikenheten, självkänslan, ger kunskap och förståelse. Barn leker bäst där det finns naturmaterial och växtlighet, barn behöver träd, pinnar, kottar och ytor för att kunna springa, leka och gömma sig. Barnen får prova på olika friluftslivsaktiviteter och grundlägger friluftsfärdigheter som de har nytta av hela livet. De får också en nära relation till naturen och utvecklar kunskap och trygghet att vistas där. Praktiskt miljöarbete är något naturligt på I Ur och Skur, som att källsortera, kompostera, odla, återanvända och använda miljögodkända produkter.

Pedagogen utgår från barnets intresse, erfarenhet och utveckling och arbetar med-



upptäckande, medundersökande, medupplevande och medagerande tillsammans med barnen. Alla pedagoger har förutom sin lärarutbildning även Friluftsförbundets ledarutbildningar varav Grundutbildning I Ur och Skur är en.



Vill du ge ditt barn en bra start i livet?

Läs mer på www.friluftsfremjandet.se/i_skolan

BARN MÅR BÄTTRE AV ATT VARA UTOMHUS

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.

Åtta anledningar för att välja Friluftsförbundet 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. NATUREN SOM VERKTYG ATT ARBETA MOT LÄROPLANENS MÅL
8. ÖVER 50 ÅRS ERFARENHET AV UTOMHUSPEDAGOGIK



Friluftsliv är också något som ska levas utanför och efter förskolan. Om man tidigt i livet får lära sig om naturen, hållbarhet och hur allt hänger ihop är chansen stor att kunskapen växer till ett brinnande intresse och kanske en livslång kärlek. För dig som förälder är naturen en helt fantastisk plats att umgås med dina barn på. Här finns alla möjligheter att leka, utforska, lära, vara aktiva och ha det mysigt tillsammans. Inom Friluftsförbundet finns ett brett utbud av roliga aktiviteter för barn och vuxna.

Om du vill veta mer om oss eller bli medlem besöker du

www.friluftsförbundet.se





Friluftsrämjandet 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.

**Vill du att ditt barn skall bli världens bästa mossmysare,
pöplaskare eller grengungare? Leta efter Friluftsrämjandets förskolor
eller påverka din förskola att gå Friluftsrämjandets utbildning.**

Här hittar du våra förskolor och utbildningar
www.friluftsrämjandet.se/i_skolan

FRILUFTS
FRÄMJANDET

