



Kort film till pedagoger om Norrtälje Naturcentrum metod utomhuspedagogik -



Naturdag *Friluftsliv vinter åk 7 - 9*



Mål och syfte

Genomföra och anpassa utevistelse och friluftsliv efter olika förhållande och miljöer. Här skapar vintern förutsättningar för ett utmanande friluftsliv, men också så många möjligheter till fantastiska vinterupplevelser.

Eleverna ska utveckla sin förmåga att förebygga risker vid fysisk aktivitet samt hantera nödsituationer på land.

Eleverna ska visa kunskaper gällande allemansrätten (skyldigheter och rättigheter), ges positiva upplevelser av rörelse och friluftsliv i naturen året runt samt inspireras till att utveckla goda levnadsvanor för ökat fysiskt och psykiskt välbefinnande och hållbarhet.

Övergripande mål och riktlinjer lgr11/16:

- *Skolans mål är att varje elev visar respekt för och omsorg om såväl närmiljö som miljön i ett vidare perspektiv.*
- *Eleven ska få kunskaper om förutsättningarna för en god miljö och en hållbar utveckling.*
- *Eleven ska få kunskaper om och förståelse för den egna livsstilens betydelse för hälsan, miljön och samhället.*

Centralt innehåll

- *Hur olika friluftaktiviteter kan planeras, organiseras och genomföras (IDH).*
- *Rättigheter och skyldigheter enligt allemansrätten (IDH).*
- *Kulturella traditioner i samband med friluftsliv och utevistelse (IDH).*
- *Måltidens betydelse för gemenskap (HKK).*
-

Förarbete

Förbered gruppen genom att gå igenom flerskiktsprincipen så att alla elever ges förutsättningar att vara välklädda. Det är lämpligt att plocka fram olika typer av kläder och material, så att de får kunskap om kläders skiftande funktion. Säg att lämpliga kläder mm är en del i skoldagen-det handlar om att kunna visats ute i vinterförhållanden.

Aktivitet Naturdag

Samling, presentation och genomgång i cirkel av dagens upplägg. Introduktion om friluftsliv, allemansrätten och säkerhet.

Övning i allemansrätt *Vad är rätt och fel? Pantomim och diskussion. (eventuellt inomhus)*

Samling i vindskydd - Eleverna delas in gruppvis för arbete i skiftande miljöer.

De roterar till olika stationer:

- Uppdrag – Överlevnad. Gör ett vindskydd där ni kan överleva under fler nätter vintertid! Hur ska ni bli upptäckta? Hur håller ni värmen? Var ska ni laga mat? Här gäller det att använda alla samlade kunskaper om meteorologi, fysik, slöjd, no, Idrott och Hälsa...
- Uppdrag – Eldteknik. På stationen får eleverna prova yxa och kniv med hög säkerhetshantering. Eldteknik och säkerhet. Utmaning; Tändstål och bara naturmaterial. Stationen bemannas av personal på Naturcentrum.
- (Snöskor, om väderleken tillåter och snö och tid finns, eller annan pulshöjande aktivitet.)

Lunch - Eleverna lagar mat själva (med handledning av pedagoger och lärare) över öppen eld av råvaror medtagna från skolköket.

Redovisning

När grupperna arbetat färdigt samlas hela klassen för redovisning av aktiviteter, erfarenheter, nya kunskaper och upplevelser. Elever får chans att redovisa kunskaper och erfarenheter om överlevnad, allemansrätt och friluftsteknik. Personal från NNC leder reflektion och summering.

Reflektion av dagen Eleverna reflekterar. Vad har jag lärt mig? Vad var roligast i dag? Vad vill jag veta mer om? Vilka var riskerna? Personal från Naturcentrum summerar dagen tillsammans med gruppen.

Bearbetning

Åter i skolan gäller det att förvalta elevernas erfarenheter och nya kunskaper. Fånga in alla deras frågor, vilka ska vara grunden för fortsatt arbete. Teori och praktik kopplas samman. Naturdagen blir en del i elevernas referensram för att utveckla kunskaper gällande hållbarhet, hälsa, friluftsliv och natur. Deras egna förstahandsupplevelser, upplevelser och nya kunskaper i skogen är en god grund för reflektion och analys. Dagen blir en del i att skapa förutsättningar för positiv naturkontakt, emotionell koppling till natur, som är viktigt för att unga ska se med tillförsikt på hållbar utveckling. Friluftslivet och vistelse i natur har många positiva effekter på hälsan och lärandet, samt en fantastisk plats för rekreation och aktivitet.