

A photograph of two young children, a girl and a boy, sitting on a grassy field. They are both focused on digging a hole in the ground with sticks. The girl is on the left, wearing a purple long-sleeved shirt and blue shorts. The boy is on the right, wearing a light blue long-sleeved shirt and blue shorts. They are both smiling and appear to be enjoying their activity. The background is a lush green field under bright sunlight.

# Børnenes Naturkanon

*12 oplevelser alle  
børn skal have*

*Et hæfte til dig der arbejder  
med børn i dagtilbud*



**Friluftsrådet**

**NORDEA  
FONDEN**  
Vi støtter gode liv



# Indhold

Naturoplevelser i barndommen .....	3
Klatre i træer .....	5
Tænd et bål .....	6
Find ro i naturen .....	8
Oplev naturen året rundt .....	10
Byg en hule .....	12
Nat i naturen .....	14
Hold et dyr .....	16
Prøv grænser i naturen .....	18
Smag på naturen .....	20
Kun for børn .....	22
Lær om natur og miljø .....	24
Hop i vandpytter .....	26
Inspiration og kilder .....	27

1. udgave, 1. oplag, Maj 2019

Forfatter: Ann-Mari Degn og Ida Kryger

Illustrationer: Bryan d'Emil Johannsen

Grafisk produktion: Eks-Skolens Grafisk Design & Tryk

Fotos venligst udlånt af Rikke Egebæk, Kirsten Stig Laustsen, Britta Lærke Madsen, Dorte Møller, Annette Rasmussen, Ida Kryger, Colourbox, Adam Grønne, Lone Kristensen, Tina Højsager, Mille Clara Feldborg, Kirsten Michaelsen og Blomstergården.

Udgivet af Friluftsrådet og Center for Børn og Natur med støtte fra Nordea-fonden

[www.børngrorinatur.dk](http://www.børngrorinatur.dk)



# Naturoplevelser i barndommen

Luk øjnene og tænk tilbage på din bedste oplevelse i naturen som barn. Kan du mærke vandpytten sprøjte mod dine bare ben, mærke græsset under dine fødder eller genkalde dig smagen af skovjordsbær? Ofte kan vi som voksne tydeligt huske de særlige sanselige oplevelser, vi har haft i naturen for mange år siden i vores barndom.

Undersøgelser tyder desværre på, at der i fremtiden vil være færre af den slags barndomsindryk. I dag bruger børn nemlig langt mindre tid i naturen, end deres forældre og især bedsteforældre gjorde. Det ønsker vi at lave om på. Flere børn skal opleve naturen som en del af et godt børneliv med dagtilbud, familie og venner.

## HVAD SKAL ALLE DANSKE BØRN OPLEVE I NATUREN?

Kampagnen Børn Gror i Natur sætter børns naturoplevelser på dagsordenen. Kampagnens mål er at skabe og udbrede en naturaktivitetskanon, og vi har i løbet af 2018 indsamlet danskernes bedste barndomsoplevelser i naturen. Der er foreslået over 50 oplevelser og afgivet 2000 stemmer. De 12 bedste aktiviteter er fundet og skal nu udbredes til alle børn.

## HVORFOR BØRN GROR I NATUR?

Naturoplevelser bør være en fast bestanddel af det gode barneliv. Når børn færdes i naturen, får de unikke

muligheder for at opleve, sanse, føle, lege og lære. Samtidig er gode tilbagevendende naturoplevelser en forudsætning for, at børnene får en personlig og livslang relation til naturen.

Når børn færdes mindre ude i naturen end tidligere, er der brug for særlig opmærksomhed og nye veje og initiativer. Børn Gror i Natur-kampagnen og Børnenes Naturkanon er med til at skabe debat omkring børns udeliv og mangel på naturoplevelser.

## NATUROPLEVELSER I DAGTILBUDET

Dette hæfte har til hensigt at formidle Børnenes Naturkanon til pædagogisk personale i dagplejer og dagtilbud. Derfor er aktiviteterne relateret til hverdagen og den pædagogiske praksis i dagtilbuddet og også til den pædagogiske læreplan.

Hæftet er opbygget således, at der for hver af de tolv kanonaktiviteter vil være pædagogiske refleksioner og forslag til konkrete aktiviteter samt små uddrag fra publikationen: *Den styrkede pædagogiske læreplan – rammer og indhold*.

Den styrkede pædagogiske læreplan blev vedtaget i 2018 og implementeres i alle dagtilbud i løbet af 2019. I dette hæfte refereres til læreplanen under hver af de 12 aktiviteter. Børnenes Naturkanon sætter ligesom læreplanen legen og barnets oplevelser og dannelse i centrum. Naturkanonen er ganske vist skabt af voksne,



men voksne, der mindes deres egen barndom og kikker på de børn, de har en relation til.

Helt overordnet siger dagtilbudsloven bl.a. at:

» *Dagtilbud skal fremme børns trivsel, læring, udvikling og dannelse gennem trygge og pædagogiske læringsmiljøer, hvor legen er grundlæggende og hvor der tages udgangspunkt i et børneperspektiv.*

### SMÅ OG STORE BARNDOMSOPLEVELSER

Vores bedste barndoms minder er små, store, enestående, tilbagevendende, konkrete, følelsesmæ-

tede eller måske diffuse indtryk. Det gælder også for de 12 kanonaktiviteter. At opleve naturens ro er en eksistentiel følelse, at holde et dyr i hænderne er en konkret, sanselig oplevelse. Udgangspunktet er, at alle de 12 oplevelser, store som små er stemt ind som en væsentlig ingrediens i et godt, mangfoldigt børneliv.

» *Barndommen har værdi i sig selv, og det pædagogiske læringsmiljø skal tage udgangspunkt i et børneperspektiv, uanset om der er tale om hverdagsituationer, børneinitierede aktiviteter eller voksenplanlagte forløb.*

# Børnenes Naturkanon

- Klatre i træer
- Tænde bål
- Finde ro i naturen
- Opleve naturen året rundt
- Bygge en hule
- Nat i naturen
- Holde et dyr
- Prøve grænser i naturen
- Smage på naturen
- Kun for børn
- Lære om natur og miljø
- Hoppe i vandpytter



# Klatre i træer

## Mod og motorik

Husker du suget i maven og suset i trætoppen? Små børn søger helt automatisk mod en væltet stamme, en høj stub eller havens bedste klatretæ, for børnekroppe søger udviklende udfordringer, og der findes næppe en bedre motorisk udfordring end det at klatre. At klatre kræver både styrke, koncentration, koordination, balance samt fornemmelse af rum. Træklatring er således blandt de absolut bedste sansemotoriske udfordringer, vi kan tilbyde børnene. Her trænes alle tre primære sanser, både labyrintsansen, muskel-ledsansen og følesansen.

Men at bestige en stor stamme eller at klatre højt op i et træ er ikke bare en fysisk udfordring, det er også en test af mod med dertil hørende succesoplevelse. Træklatring udfordrer følelser af frygt, viljestyrke og stolthed.

Klatring kan sagtens være en social aktivitet, hvor børnene giver råd og vejledning til hinanden. Træklatring er i øvrigt ofte en spontan børneinitieret aktivitet, men fordrer altid, at pædagogerne sikrer adgang til gode træer eller væltede stammer.

» Børn er i verden gennem kroppen og sanserne, og når de støttes i at eksperimentere gennem leg og bevægelse lægges grund for ikke bare fysisk, men også psykisk trivsel.

» Det pædagogiske læringsmiljø skal understøtte stimulering af de tre motoriske grundsanser (den taktile sans, den vestibulære sans/labyrintsansen og muskel-led-sansen)

### NÅR DE MINDSTE KLATRER

At klatre er en grundbevægelse, og det er de voksnes ansvar at tilbyde børnene passende udfordringer i form af naturlige, irregulære klatreredskeer. Legepladsens ensartede klatrestativer kan ikke tilbyde samme kropslige og kognitive udfordring som træer, stubbe og store sten. Bring gerne naturlige klatreredskeer ind på le-

gepladsen i form af stubbe, stammer og levende træer. Den frie natur har dog den fordel, at man ikke behøver at forholde sig til legepladsdirektiverne.

Børnene er på meget forskellige niveauer. Det kan være svært ikke at hjælpe de små op, men der er god ræson i, at nogle mål først kan nås, når man har trænet, kan selv og dermed er blevet en »af de store«.

### BALANCESTAMMER

Når barnet balancerer, trænes andre vigtige kropsfunktioner, og en naturlig balancebom byder på mange flere udfordringer end dem på legepladsen – en træstamme er aldrig forudsigelig og jævn. Brug gerne mange timer på stammerne, før børnene ved hånden, eller lær dem at hjælpe hinanden. Det er kropsudvikling og social leg på samme tid. Måske kan I aftale med skovens folk at lade nogle stammer ligge – måske kan I få nogen med hjem på legepladsen.

### TRÆKLATRING FOR DE LIDT STØRRE

Lær om træerne, mens I bruger dem aktivt. Tal fx med børnene om, at jeres klatretæer kan være plantet for op mod 100 år siden. Træerne er levende, men det kan være svært at se. Og dog forandrer de sig henover året og vokser endda. Når træerne dør, bliver de til møbler, huse, legetøj og meget andet. En sådan snak om træer, deres liv, og hvad der sker med dem, når de fældes, kan være et rigtigt godt udgangspunkt for leg i træerne.

### FRÆKKE EGERNUNGER

I kan lege frække egerne, hvis I kender et godt område med et eller flere træer, der kan rumme hele børnegruppen. Spred »nødder« rundt omkring på jorden, den voksne er ræven, der kun kan fange de egerne, der færdes på jorden for at samle nedfaldne nødder op.

» Børnene skal inviteres til at få mange forskellige kropslige erfaringer i et læringsmiljø, hvor bevægelsesglæde, kreativitet og leg er nøglebegreber, og hvor det pædagogiske personale understøtter det enkelte barn og skaber fleksible, inkluderende læringsmiljøer.



# Tænd et bål

## Sanseligt samvær

Forestil dig at sidde omkring et bål og sanse varmen, de dansende flammer og de andres nærvær. Der bliver måske lavet mad over bålet, og der dufter af suppe, snobrød eller varm saft. At lave et bål og sidde omkring et bål er en fælles, skabende proces fyldt med sanseoplevelser.

Når der skal laves et bål, kræver det viden, tålmodighed og samarbejde. Bålet skal forberedes, opbygges korrekt, tændes og vedligeholdes. Måske skal der endda laves mad. Men først hjælpes I ad med at findes pinde og kvas. Alle har betydning for den fælles opgave. Det kan børn mærke. Børnene får en øget opmærksomhed på deres eget bidrag og samtidig en opmærksomhed mod gruppens mål og medlemmer. Barnet indgår i et forpligtende fællesskab.

Når bålet brænder, og hele gruppen sidder stille og kikker ind i flammerne, skærpes sanserne. Bør-

nene mærker varmen fra bålet, og måske kulden der kommer bagfra. De ser farvespillet i flammerne, og de dufter røgen og det varme brød.

Måske snitter I snobrødspinde, en dejlig fordybende proces, der giver mulighed for kreativitet, koncentration og finmotorik.



*Social udvikling er udvikling af sociale handlemuligheder og deltagelsesformer og foregår i sociale fællesskaber, hvor børnene kan opleve at høre til, og hvor de kan gøre sig erfaringer med selv at øve indflydelse og med at værdsætte forskellighed.*





### BÅL FOR DE MINDSTE

Har man med små børn at gøre, kan det være en stor fordel at få bålstedet hævet op, så ingen falder i det eller træder i de varme gløder. Er man som dagplejer alene med børn og bål, kan man have et aflukke, der gør det muligt kortvarigt at forlade det tændte bål sammen med børnene, hvis de fx skal skiftes.

### BYG ET BÅL

Små børn – små bål. Jo mindre bålet er, jo mere trygt er det for både børnene og den voksne. Og jo nemmere er det at arbejde med, simpelthen fordi varmeudstrålingen bliver lille. Et lille bål kræver små tørre materialer. Inddrag hele børnegruppen i at bygge bålet. De kan samle kvas, en enkelt gren, en spån fra huggeblokken osv. De børn, der er klar til det, kan hjælpe med at fodre det tændte bål med mere brænde. Det er en spændende udfordring at lægge en pind på et tændt bål.

### LERPERLER OG TEGNEKUL

Bålet kan bruges til andet end madlavning. I kan rulle perler af ler, stikke en tændstik igennem og tørre dem i en blikæske i gløderne, eller I kan lave tegnekul ved at lægge pinde af blyantsstørrelse i blikæsken i stedet.

### SNITTERIER

En naturlig bålaktivitet er at snitte. Hvis I har adgang til hylde, er det et godt sted at starte. Barken er så blød, at den kan snittes af med en kartoffelskræller. Klip pinde på 30-40 cm til børnene, og lad de små skrælle dem til



fine, hvide tryllestave. Hyldebarken kan I bruge til at tænde op med. Hvis man ikke har adgang til hylde, kan I jo også bare skrælle gulerødder. Gevinsten ved gulerødder er, at de også kan spises!

### BRÆNDE TIL BÅLET

Et godt bål starter måske allerede flere måneder før, når brændet hugges og lægges til tørre. Mindre børn kan hugge med økse, når den voksne holder øksen, og barnet slår ovenpå med en stor hammer. I kan også anskaffe en brændekløver. Lad så vidt muligt børnene være med til at hugge brændet, bære det til bålpladsen og senere bygge og tænde bålet.

### SNIT EN SKOVNISSE

Ved bålet kan I finde snitteknive og korte pinde frem og snitte. Det mest enkle er en nisse, og i skoven er der nisser året rundt. Den ene ende af grenen snittes spids og fungerer som nissens hue. Den kan males grøn eller rød. Der tegnes ansigt på nissen med tusch eller maling.

### MAD OVER BÅL

Snobrød er en yndet bålspise, men det er faktisk svært for børn at lave et godt snobrød. Anskaf i stedet en trefod med en gryde eller en plade, så I kan lave suppe, gryderetter, te, fladbrød, stegte grøntsager mm.

Hvis I ikke har noget båludstyr og tyer til snobrødspindene, kan det være en fordel at prøve med æblestykker med kanel, eller boller der bare skal spiddes og varmes.



# Find ro i naturen

## *Tilstede i nuet*

At være ude i naturen er for mange mennesker synonymt med at finde en ro, de ikke finder andre steder. Ikke kun ro i modsætning til støj, men ro i en kultur fyldt med kamp om vores opmærksomhed, masser af skift og tilbud om underholdning. Denne overvældende mængde af indtryk rammer naturligvis også de nul-seksårige i en institutionaliseret hverdag.

At tilbyde børn ro i naturen menes at kunne forebygge stress og opmærksomhedsforstyrrelser hos børn (noget man i disse år forsker i), og samtidig giver man børnene indsigt i, at naturen tilbyder afstressende rammer, de kan vende tilbage til senere i deres liv.

Flere forskere har arbejdet med betydningen af børns tid i naturen, og den positive effekt af at tilbringe tid i naturen kan have på eksempelvis stressniveau og evnen til at fordybe sig senere i livet. (Ejby-Ernst et al, 2019; Friluftsrådet 2018).

Den ro, vi finder i naturen, har ifølge hjerneforskerne at gøre med den måde vores hjerne arbejder på, og den måde vi er opmærksomme på. I en dagligdag med masser af krav er vores *fokuserede opmærksomhed* på overarbejde, og det koster energi og kan i sidst ende føre til vrede, afmagt og stresslignende til-

stande. Derfor er der brug for, at vi giver plads til vores *spontane opmærksomhed*, som giver energi og følelsen af sammenhæng. Ophold i naturen giver mulighed for, at spontan opmærksomhed får gode vilkår (Kaplan & Kaplan, 1989).

Naturen tilbyder på en og samme tid plads til børn i energisk leg og børn i stille fordybelse eller afslapning. Mange børn vil af sig selv ind i mellem trække sig tilbage og søge ro. Men de voksne kan også hjælpe på vej med rolige aktiviteter. Børnene er vant til højt tempo, underholdende skærme og hurtige skift, og så er det godt at øve sig i stille væren. I kan skabe et læringsmiljø med plads til ro, fordybelse og nærvær. Inviter også de børn med, som ikke af sig selv tilvælger roen. Og husk at deltage selv. Hvis du ønsker, børnene skal ligge og mærke græsset kilde i nakken. mens skyerne flyver forbi, så læg dig selv ned. Hvis du står op, er det vanskeligt for børnene at forstå, hvad der skal ske.



*Uderummet som læringsmiljø er karakteriseret ved direkte sanseoplevelser i et autentisk miljø.*



## FALD I SØVN TIL FUGLEKVIDDER

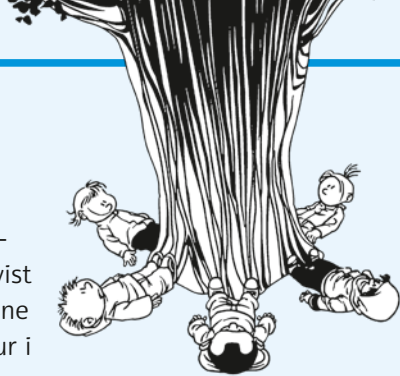
Især i sommermånederne er det forholdsvist nemt at lade børnene tage deres middagslur i naturen. Især når børn og voksne har prøvet et par gange. Det er hyggeligt for børnene og rart for alle ikke at skulle nå hjem til frokost og putning. Medbring små soveposer eller tæpper samt evt. et lille telt. Eller måske kender I et shelter? Prøv det af på legepladsen eller helt tæt på institutionen den første gang.

## GENTAGELSENS VEJ

Små børn trives ved gentagelser og rytmer. Benyt den samme vej ud i naturen og syng måske en bestemt remse eller sang et bestemt sted på ruten, hvis I fx passerer »Jens Hansens bondegård« eller »Det lille bjerg langt ude i skoven«. Gentagelsen er i sig selv en måde at opleve roen i naturen.

## MÆRK GRÆSSET – KRAM TRÆET

Der er meget at undersøge og røre ude i naturen. En sommerdag kan I smide skoene og føle græsset under tæerne. Prøv også at lægge jer ned og æ græsset.



Prøv at lade være med at sætte for mange ord på under denne aktivitet, da det primært er følelser og dufte, der skal træde frem.

## OPMÆRKSOMME SANSER

En øvelse kan være at fokusere på de forskellige sanser én for én. Det gøres nemmest, når synet hæmmes. Læg jer i skovbunden med lukkede øjne i nogle minutter. Fortæl efterfølgende hinanden, hvad I hørte. Prøv at lytte efter natur og ikke-natur. Hvilke lyde kommer fra mennesker? Prøv også med lukkede øjne, om I kan dufte noget? Eller rul rundt på maven og føl underlaget med kinder og hænder, mens I slapper af.

Man kan skærpe opmærksomheden yderligere ved at lade de børn, der har lyst, ligge så langt fra hinanden at de føler, de er alene ude i skoven.

Prøv også at lade børnene gå en tur med bind for øjnene. Selvfølgelig ført af et andet barn eller en voksen.



*For dybelse understøtter også børnenes koncentrations- og abstraktionsevne, hvilket er afgørende for deres udvikling og læring både i hjemmet, i dagtilbud, i skolen og videre i livet.*



# Oplev naturen året rundt

## Forståelse for sammenhænge

I et moderne samfund er vi ikke længere direkte afhængige af naturen, og på den måde har vi fjernet os fra en grundlæggende forståelse for naturens cyklus og årets gang. Børn i dag ved ikke, at brombærrene modnes i oktober, at foråret er tiden hvor haletudsernes æg udklækkes, og at svalerne kommer retur fra Afrika om foråret. Og hvorfor fløj de egentligt væk? Og hvorfor blæser bladene af træerne?

Naturen i Danmark er foranderlig, og hver årstid kan noget særligt. Når børn ser og mærker, hvad den enkelte årstid har at byde på, er det erindringer og viden børnene bringer med sig hele livet. Mangeartede erfaringer med naturen bidrager senere til en mere naturvidenskabelig forståelse for den natur, der omgiver os.

Det er oplagt at tilbringe tid ude i sommerhalvåret med behagelige temperaturer, masser af liv og mange naturlige gøremål i haven og i skoven. Det er nemt

at tage madpakken med ud, og man behøver ikke at tænke på påklædning. I vinterhalvåret derimod kræver det en ekstra pædagogisk indsats at tilbyde børnene et tiltrækkeligt, behageligt og rigt udeliv.

Det har stor betydning for børnenes sundhed, at udelivet fastholdes året rundt. Flere undersøgelser viser, at jo mere børn i dagtilbud opholder sig ude, jo mindre sygdom. Alarmerende tal for indeklimaet og partikelniveauet øger værdien af at forlade indendørsarealerne.

» Samtidig oplever børnene årets gang og får viden om fødekæder og forskellige fænomener som fx vejret og solsystemet. I naturen har børn mulighed for at gøre sig erfaringer med og udvikle forståelse for sammenhænge i naturen.





## OPLEV NATUREN ÅRET RUNDT MED DE MINDSTE

At lade de mindste børn opleve de skiftende årstider er en særlig pædagogisk opgave, der fordrer, at de voksne vælger udelivet til og gør en særlig indsats. I vinterhalvåret er der måske brug for nye rutiner i forhold til på- og afklædning, spisesituationer og sovetimes. De voksne må også være fleksible og finde alternative løsninger, hvis den værste sult skal stilles, eller vanterne er blevet våde. Mange pædagoger oplever endvidere, at forældresamarbejdet kommer på en særlig prøve i forhold til påklædning om vinteren. Herunder listes et par ideer til gode vinterrutiner:

- Sammenklappet mad der kan spises med vanter på
- Et institutionslager af ekstra overtøj
- Midlertidig pusleplads lige inden for døren
- Varmt vand til grød på termokander

## BRUG KROPPEN I NATUREN HELE ÅRET

Når vejret er køligt, giver det særlig god mening at bevæge sig. I kan fx lege forskellige former for fangeleg:

### *Alle mine museunger kom hjem!*

Musemor kalder sine unger hjem. De har været ude at lege på den anden side af marken, men nu er det aften. Når de krydser marken forsøger, ræven, musvågen og uglen at nappe dem. Dette er en omskrivning af den gamle leg: Alle mine kyllinger kom hjem.

### *Av min hale*

Firbenene kan tabe halen og på den måde slippe væk fra et rovdyr. Del haler ud til alle børn, og nu gælder det om at nappe så mange haler som muligt. Halerne kan børnene have i hænderne, hvis ikke de kan stikkes ned i bukselinningen.

## LÆR OM ÅRETS GANG

Årets gang og vejret er noget vi er i, affinder os med og tager som en selvfølge. Vi taler også meget om det. Prøv at lade børnene sætte ord på vejret sammen. Hvordan oplever de regnen, solen og blæsten? Måske anderledes end de voksne. Mærk hvordan vejret føles. Er der koldt eller varmt? Blæser det? Er der skyer på himlen? Er det mon efterår eller vinter nu?

Snak med børnene om årstiden. Solen står sent op og går tidligt ned. Har I meget tøj på? Sæt årstiden og vejret i sammenhæng med naturen. Om sommeren er der blade på træerne, og der er blomster og sommerfugle. Om vinteren er mange urter visnet væk, og træerne har tabt bladene. Kan vi finde noget derude, der er grønt endnu? Jo, grantræerne. Dyrene, hvor er de? Myretuen ser tom ud.

Lav en årstidskalender, så I kan huske, hvornår I skal fange haletudser, samle kastanjer, lave fuglemad og plukke anemoner.

## FUGLE ÅRET RUNDT

Fugle er et særligt godt tema i forståelsen af naturen og årets gang. De er her hele året (undtagen trækfuglene), men deres aktiviteter ændrer sig hen over året. Om vinteren kan I fodre dem, og om sommeren kan I følge deres redebyggeri i fuglekasserne.



*Dagtilbuddet skal i samarbejde med forældre understøtte en grundlæggende naturvidenskabelig dannelse.*



# Byg en hule

## Små ingeniører og kreative håndværkere

Når hulebyggeri røg ind som en af de 12 kanon-aktiviteter, er det nok fordi, de fleste voksne har prøvet det og mindes mange timers fordybelse i denne skabende og ofte sociale proces. Men mange børn i dag kender ikke til glæden ved at skabe og bygge et eget rum i naturen.

Hulebyggeri sætter utroligt mange læringsmål i spil: kreativitet, motoriske udfordringer, samarbejde, fantasi, forhandling og glæden ved at skabe.

Vi indkøber store og små elementer, legoklodser og værktøjer for at motivere og udvikle barnets lyst til skabende processer, håndværk og konstruktion, men hulebyggeri (samt dæmningsbyggeri og lignende) har alle disse elementer i rigt mål.

Hulebyggeriet er oftest en kollektiv proces, der fordrer en bred pallet af relationelle og sproglige kompetencer. Børnene øver sig i at aflæse hinanden,

både i forhold til det talte sprog, ansigtsmimik og kropssprog. Forhandlingerne er en del af processen, ligeså forestillingsevne og projektstyring.



Lege som stimulerer børnene kreativitet, fx med naturmaterialer, giver plads til fantasi og fortolkning.

### DE MINDSTE BYGGER HULE

Huler behøver ikke være af grene eller brædder. En gren i den rette højde og et tæppe er nok. Vis børnene hvordan, så prøver de selv næste gang. Faktisk behøver en hule til de helt små ikke engang at have et tag. Små børn opfatter rummet, når bare der er vægge og en indgang. Der behøver ikke at være meget sne, før små

børn kan lege i en snehule. En 7 cm høj ring med en åbning bygget op i sne giver timers god leg (indtil sneen smelter). Sneen kan selvfølgelig erstattes af sten, jord eller vådt sand.

### GRÆSBYER

Lader I græsset vokse et sted på legepladsen, eller kender I en god eng, så er der mulighed for timers leg i græshuler. Her er både køkken, stue og børneværelse, endda veje rundt mellem de forskellige beboelser. Det er skønt at »blive væk« i hovedhøjt græs i sommermånederne.

### LAV EN BIVUAK TIL LY ELLER HULE

Lav et fælles ly en regnvejrsdag ved at opsætte en presenning mellem træerne. Bind den op i hjørnerne, så forkanten er højere oppe end bagkanten. Børnene begynder måske at samle materiale fra naturen til at indrette eller pynte hulen. En stub kan være bord eller stol. Visne blade på snor kan hænges ned fra den øverste kant af presenningen og fungere som pynt og afgrænsning af hulen.

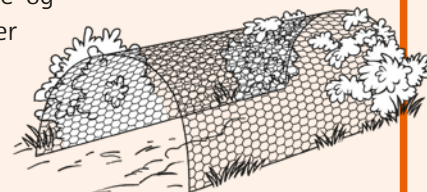
### GENBRUGSHULEN

Find et egnet sted i skoven med masser af træer, nedhængende grene, krat, småstammer og lignende. Lad børnene selv bygge huler med de naturmaterialer, der er til rådighed, men hjælp gerne med lidt reb, en presenning eller lignende. Måske bliver det til klassi-

ske skovhuler, hvor der sættes grene op ad en træstamme hele vejen rundt eller en anden løsning, hvor den voksne måske hjælper med at binde den første tværstang op.

### BYG EN BLOMSTRENDE HULE PÅ LEGEPLADSEN

Form en tunnel ud af hønset. Den kan afstives med grene. Højden skal være, så man kan kravle, men ikke gå igennem. Plant klatreplanter (tornløs brombær, klemtatis eller lignende) op ad tunnelen, som hurtigt bliver dækket af grønt løv. Her kan børnene kravle igennem eller ligge og kigge på det grønne, der langsomt vokser op over hønsettet. I kan selvfølgelig også bygge deres egen pilehytte.



» Udtryksdimensionen indeholder børnenes egen skabende og eksperimenterende praksis. Den er båret af børns lyst, kreativitet, improvisation og aktive deltagelse. Nysgerighed, sansning, leg og fantasi indgår i den æstetiske læreproces og ansporer til nye perspektiver og anskuelser, der kan forankres som ny viden og ny læring.





# Nat i naturen

## Stemning og nærvær

Der er noget særligt ved at være ude i naturen om natten. Der er mørkt, stille og måske koldt. En natoplevelse kan rumme følelser af samvær og hygge men også uhygge og personlig overvindelse. Uanset hvad, kan det være en ganske særlig oplevelse for børnene at opholde sig i naturen om natten.

Det er ikke sikkert, at I har mulighed for at tilbyde børnene en overnatningsoplevelse i institutionen, men så har vi jo efteråret og vinteren, hvor der er natlignende forhold allerede kl. fire om eftermiddagen, eller når børnene møder ind om morgenen.

Tusmørke og daggry er særligt stemningsfyldte og skaber grobund for følelser i et fortættet nærvær med hinanden og naturen; følelser og sanseoplevelser der også baner vej for læring om os selv.

Er det i dagtilbuddet ikke muligt at overnatte i naturen, kan I også arbejde med hviletid i naturen, så

børnene på den måde får en abstrakt fornemmelse af, hvad det vil sige at sove i naturen. Måske har nogle børn faktisk prøvet at overnatte i naturen, og så kan det være udgangspunktet for en samtale.



At være i naturen kan også give anledning til eksistentielle oplevelser og overvejelser hos børn.



Det er vigtigt, at børn får mulighed for at få alsidige oplevelser og erfaringer fra natur, nærmiljø, kultur og samfund, ligesom der skal være fokus på at fremme både nonkognitive og kognitive kompetencer.

## MØD IND UDE

Ved midvinter skal der ikke andet til, end at de voksne beslutter at blive ude på legepladsen i den periode om morgenen, hvor børnene bliver afleveret. Det kan selvfølgelig godt virke forvirrende på nogen børn, men hvis de voksne lægger op til hygge, stearinlys og måske varme boller i det fri, kan det blive en helt særlig oplevelse at møde ind ude.

Endnu bedre bliver det med god forberedelse. Vælg en midvinterdag, hvor de voksne møder tidligt ind, og børnene afleveres ude ved bålstedet på legepladsen. Børnene glemmer det aldrig! Adviser forældrene, så de sørger for at børnene møder op i varmt tøj og i god tid.

## FYRAFTENSHYGGE I MØRKET

Afhold et fyraftensarrangement på legepladsen eller i skoven i december. Inviter forældrene på bålkafe eller

termokaffe, så de sammen med deres børn kan opleve mørket sænke sig.

## LUCIAOPTOG ELLER LANTERNEFEST

Afhold en lanternefest eller et luciaoptog, hvor forældre og børn sammen går på lygtetur i tusemørket i december.

Det kan fx være et udendørs Luciaoptog på Lucia-dag. Børnene kan have lagner over flyverdragten og kunstige lys i hænderne.

I kan også holde en rigtig lanternefest med forældre og børn. Det skal gøres, når det er tusemørke eller helt mørkt. Lav inden da lygter af mælkekartoner, glas eller roer. Det smukkeste er at gå i en lang slange gennem skoven og synge. Fx lanternesangen: »Lanterne, lanterne, sol og måne og stjerne. Skinner højt dit lys, skinner højt dit lys, skinner højt din lille lanterne.«





# Hold et dyr

## Empati og omsorg

At mærke hundens våde snude, et insekts kilden på hånden eller et lams krølledede pels. Alt sammen sansoplevelser, der sætter følelser i gang. Dyr (også insekter) er nemlig både fascinerende, søde, skræmmende og uforudsigelige.

At have med dyr at gøre er en konkret vej til barnets empati og læring i at tage vare på.

Især smådyrene er det nemt at gøre erfaringer med. De er overalt i naturen, og der er mange timers læring og nysgerrig observation forbundet med de mange forskellige krible-krabledyr. De lever under sten, i vandet på væggene og måske i det æble, du lige skulle til at spise. De spiser, slås, får unger og lever sammen – præcis som os.

Når de voksne inddrager andre levende væsner i det pædagogiske arbejde, får børnene gennem samtale og observation konkret viden om naturens mange skabninger. Det kan også være, at barnet sammen med en voksen overvinder utrygheden og afsky for et bestemt insekt og derigennem opnår nye erkendelser og flytter grænser.

At mærke et insekt eller et andet dyr og måske høre dets lyde, er en sanselig oplevelse, der fæstner sig langt dybere end dyr i film og bøger.

Læringsmiljøet omkring det at holde et dyr, er en meget krævende pædagogiske opgave. Den voksne skal have øje for egne grænser, barnets grænser og endda dyrets grænser og gøre oplevelsen til et godt minde. Det kræver god tid og indgående opmærksomhed på barnets reaktioner og tilkendegivelser. Og det kræver, at du er klar til at spørge ind, sætte ord på og bruge dit kropssprog om det, der foregår mellem dig, barnet og dyret.

» Empati handler om at mærke egne følelser, at kunne sætte sig ind i andres følelser og oplevelsesverden og at kunne handle på måder, der også understøtter samspillet med andre.





## REGNORME OG BÆNKEBIDERE FOR DE MINDSTE

Regnorme støder I på, når I graver og leger i haven. Børnene vil gerne røre. Nogle børn bliver lidt forskrækkede, andre er lidt voldsomme. Hjælp med at undersøge og føle uden at gøre fortræd. Det er sjovt at samle flere i en lille spand og se dem orme sig rundt. Lægger I dem på jorden, forsvinder de måske ned i det trygge element. Regnormene spiser de visne blade og laver bladene til muld. Bænkebidere er mere hårdføre, så de kan bedre klare de mindste børns greb. Tit kan man finde en hel familie under gamle stammer og stubbe. De vil helst have det mørkt og fugtigt, for de er faktisk krebsdyr.

## HOLD DYR I INSTITUTIONEN

Hvis I ikke har mulighed for at holde høns, kaniner eller mus, kan I måske få nogen på besøg fra en naturskole eller et af børnenes hjem. Ellers kan I lave et terrarie med melorme (fra dyrehandleren), larver eller snegle. Larverne skal have rigeligt friskt grønt fra den plante, hvor I fandt dem, så bliver de måske til sommerfugle. I kan også fange haletudser om foråret, de kan fint leve af fiskefoder. Husk at bringe dyrene tilbage, hvor I fandt dem.

## PÅ DYRESAFARI

Man behøver ikke at være i Afrika for at tage på safari. Pak ekspeditionstasker med feltudstyr og forsyninger, træk i safaritøjet, mal camouflagestriber i ansigtet og vær parate til at bruge alle sanserne, når I årvågne og lydløse begiver jer ud i skov-junglen.

Når I kommer ud i skoven, kan I starte med at fortælle børnene, at de nu er på besøg i dyrenes verden, og at dyrene er gode til at høre, se og lugte. I skal gå lige så forsigtigt som ræven og have alle sanser åbne. Altså lytte, spejde og også bruge næsen. Fortæl også, at I måske ikke er heldige at se store dyr, men at I måske finder spor efter dem.

**Det kan I medbringe på safari:** Luppe, små indsamlingsglas og poser til dyrespor, kikkerter samt papir og blyanter, så I kan tegne noget af det, I ser. Måske rekvisitter til en leg. Husk også lidt gipspulver, vand og engangskrus, hvis I finder spor.

I kan vælge blot at gå en tur i skoven og tage udgangspunkt i det, børnene ser, eller I kan vælge undervejs at lave stop, hvor I synger og taler om et bestemt dyr eller leger dyrelege.



*Børn skal opleve naturtyper som fx skov, strand, moser og vandløb samt levende organismer som dyr, mikroorganismer og planter.*





# Prøv grænser i naturen

## Bevægelsesglæde og personlige sejre

Glæden og stoltheden ved at nå nye mål, overgå sig selv og flytte sine grænser er eksistentiel og uundværlig. Vi kan alle genkalde os særlige situationer og øjeblikke af sejrsmåne og fuldkommen succes. Der er mange måder, hvorpå barnet kan prøve sig selv og bryde egne grænser, men det er klart, at kropslige udfordringer og risikoorienteret leg er en væsentlig del af børns grænseprøvning.

Når vi udfordrer kroppen, kan vi også få skrammer. Børn udvikler sig ved at tage visse chancer, og det har naturen taget højde for, idet børns led og knogler er særligt bløde og elastiske. Leg og fysisk aktivitet skal selvfølgelig foregå forsvarligt, og uden at de voksnes nerver bliver overbelastede, men vi lever i en tid, hvor højst mulig sikkerhed frem for nødvendig sikkerhed er det nemme valg, og det lider børnene under. Balancen mellem »vat« og »skrammer« er en vigtig kontinuerlig snak de ansatte i mellem, og også et emne for et forældremøde.

Mere utilsigtede måder at mærke grænser på er, når børnene bliver kolde og våde, eller der er meget langt hjem. Selvom det ikke er ønskeligt, er det en del af livet at komme ud for ubehagelige situationer og opdage, at man kan finde særlige kræfter frem og overvinde sig selv med hjælp fra andre.

Når børn prøver grænser af i naturen, udfordrer de sig selv, og det kræver tillidsfulde relationer. Der hviler et stort ansvar hos de voksne for at skabe et socialt rum, hvor det er okay at prøve ting af og fejle, og hvor det bestemt også er okay ikke at turde. For gruppen og det enkelte barn kan det være en afgørende oplevelse, at det pludseligt er andre børn end de sædvanlige, der har førertrøjen på ude i naturen.

» Børn er i verden gennem kroppen, og når de støttes i at bruge, udfordre, eksperimentere, mærke og passe på kroppen – gennem ro og bevægelse – lægges grundlaget for fysisk og psykisk trivsel.

» Uderummet er et godt underlag for kolbøtter og vilde lege og eventyrlige og farlige lege.

### NÅR DE MINDSTE PRØVER GRÆNSER I NATUREN

Det er ikke nemt at gå eller løbe ned ad en skrænt, men det er sjovt! Prøv også at holde hinanden i hænderne, mens I løber, det er god balancetræning. Eller hvad med at gå baglæns, trille, rulle eller slå koldbøtter! Det er ligevægtssansen, der holder rede på op og ned, og den skal trænes! De fleste voksne har ondt i ligevægtssansen og får det dårligt ved for meget rullen rundt.

Men der er andre måder at prøve grænser på: Hvad med at holde en bille eller klappe en ko? Måske løbe barfodet i sneen eller gyngede i et tov?

### BESTIG ET BJERG

Tag ud på tur og leg bjergbestigere. Det store eventyr behøver ikke ligge langt væk fra hverdagen. Find en rigtig stejl skrænt at bestige. Måske er der mulighed for lidt mere avanceret »bjergbestigning«, hvis I kan finde et træ foroven. Bind jeres reb godt fast om stammen på træet. Del børnene ind i grupper. Hver gruppe skal sammen komme op ad skrænten ved hjælp af rebet og/eller hinanden. De er først bjergbestigere, når alle børn fra gruppen er kommet op på toppen. Det gælder ikke om at komme først, men at få alle derop.

### TOVBROER OVER GRØFTER OG VANDLØB

I skal binde et tov op en halv meter over jorden og et andet tov i børnenes brysthøjde. Stram rebene godt ud, før børnene passerer forhindringen. Hvis tovbrosen fører over et lille vandløb, kan det være, at nogle børn får våde sokker eller har brug for hjælp til at komme op. Det er forskelligt, hvad der udfordrer børnene ved denne aktivitet, og der bliver sikkert prøvet en grænse af.

» Forældre inddrages via dialog og som samarbejdspartnere med hensyn til at give børnene gode betingelser for bevægelse, fx ved at dele pædagogiske overvejelser om værdien af risikoorienteret leg og det at udfordre og følge børnenes bevægelsesmæssige interesser.

# Smag på naturen

## Nysgerrig på naturens spisekammer

Luk øjnene og forestil dig smagen af et jordbærs sødme eller skovsyrens første spæde blade. Det giver skovturen en særlig dimension, når der er noget at samle, smage eller tage med hjem til frokostbordet.

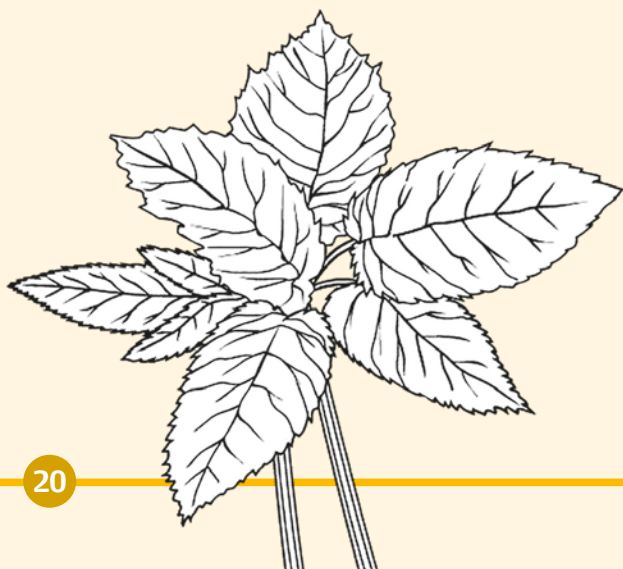
Er det svært? Nej. De allerfleste af os kan genkende hyldeblomster, skovjordbær og brombær og måske den sure skovsyre. Men også skvalderkål, mælkebøtte, brændenælde og de første spæde skud fra birk og bøg kan bruges i brød, te og suppe, og så er I godt i gang.

At arbejde bevidst med at smage på naturen kan kræve lidt forarbejde. Find på forhånd ud af, hvor nogle af planterne vokser, så børnene ikke går forgæves. Spørg eventuelt naturvejlederen, skovfogeden eller kommunens tekniske afdeling. Undersøg, hvor I må færdes og plukke. Man må godt plukke i offentlige skove. Spørg ejeren om lov, hvis det er private arealer, I bevæger jer på.

At smage på naturen handler også om at forstå årets gang. Når det lykkes at trække linjer fra såning af squashfrøene til høstmåltidet eller fra forårets skovture til smagen af hyldeblomstsaften en regnvåd efterårsdag, oplever børnene naturens urokkelige cyklus i en verden fuld af hurtige skift og forandring. Høstmåltidet eller festen kan være målet med et forløb og en fælles skabende proces, som altid har været en del af vores kultur.



*Det pædagogiske læringsmiljø skal understøtte, at alle børn aktivt observerer og undersøger naturfænomener i deres omverden.*



### DE MINDSTE SMAGER PÅ NATUREN

Foråret er perfekt, hvis man vil samle spirer, blade og skud. Senere bliver bladene mere seje og bitre. Det nemmeste er at lave te, saft, suppe og »grønt brød«. Birkeblade er især gode til te, og hyldeblomstsaft er en klassiker. Men prøv også at putte fine brændenældeskud sammen med fx bacon i suppe eller tærter, eller hak skvalderkål i dejen.

### EN SMAG AF NATUR

Undersøg lige netop jeres naturområde eller legeplads for spiselige planter og smag på dem, der hvor de vokser. På legepladsen finder I måske skvalderkål og hyldeblomst, og i skoven kan I smage på friske bølgeblade, skovsyre og brombær.

### BÆR OG FRUGT OM EFTERÅRET

Hele sommeren og efteråret er der friske bær. Først jordbær og hindbær, solbær og ribs, så æbler, pærer, hyben, hyldebær og brombær. Børnene vil gerne plukke. Spørg haveejere i forældregruppen eller måske en avler, eller ring til jeres lokale naturvejleder og få anvist nogle gode steder i den vilde natur. Hjemme kan I lave syltetøj, saft, frugtgrød og kage.

Høsttiden er den rette årstid at give børnene indsigt i, hvor vi få maden fra. Tag på høsttur i forældrenes eller institutionens bede og hjælp med at høste porrer, gulerødder og kartofler. Mad er ikke blot noget, vi køber i butikken.

### DYRK SELV MADEN

Har I plads og mulighed på jeres legeplads, og er der grønne fingre i personalegruppen, så er et haveprojekt en god, rekreativ proces for både børn og voksne. Har I ikke mulighed udendørs, kan I så i mindre potter i alle de vindueskarme, I kan komme til. På den måde bringer I smagen, duften og synet af natur inden døre. Det er vigtigt, at arbejdsgangene omkring køkkenhave tænkes som en fortløbende aktivitet, hvor børns og voksnes fælles indsats har betydning for, at det bærer frugt, uden at det bliver et pres.



*Læringsmiljøet skal understøtte børns lyst til at lege, udforske og eksperimentere.*



# Kun for børn

## Fordybet i leg

I dag er børn sjældent overladt til sig selv, og da slet ikke i naturen. Deres dag er planlagt i detaljer af voksne, der sikrer gode lege i pædagogiske rammer. Dette er både godt og skidt. Der er naturligvis brug for opmærksomme voksne, når alle børn skal ses og trives. Men der er også brug for, at de voksne ind i mellem blander sig »uden om«, når de rette forudsætninger er til stede. Vores stærkeste barndomserindringer om leg i fuldstændig fordybelse implicerer sjældent voksne, og der er ingen tvivl om, at der sker en særlig udvikling både kognitivt og socialt i det voksenfri læringsrum.

I debatten om børns naturoplevelser var der mange, der nævnte, at børn har brug for naturoplevelser uden voksne. Og netop naturen byder på en enestående mulighed for børneinitieret leg alene eller sammen med andre børn. I naturen har fantasien, kroppene og gruppedynamikken langt friere spil, og børnene kan bevæge sig ind i voksenfri læringsmiljøer, vidunderlig fri for materielle konflikter og med god plads til alle. Hvis de voksne altså tør.

Netop legen er helt central i læreplanen. Leg og læring kan ikke adskilles i førskolealderen. Leg er

læring! Naturen byder på mange forskellige lege. Intet i naturen er skabt med en særlig funktion for øje, og dermed er der rum for en bredere fortolkning og ægte barnlig fantasi.

At sikre gode voksenfri læringsrum for børn, der dog har brug for voksnes nærvær, er måske det allersværeste for de ansatte i dagtilbud. Det er vigtigt, at de voksne ser de pludseligt opståede stjernestunder og undgår at afbryde. Netop naturen er dejlig fri for afbrydelser sammenlignet med hverdagen hjemme i institutionen. I disse stunder kan der opbygges et livslangt forhold til naturen.

» Børns spontane og selvorganiserede leg skal både anerkendes og respekteres og gives betydelig plads i hverdagen i dagtilbuddene.

» Et af legens kendetegn er, at den bliver til undervejs, og at børn derfor må afstemme med hinanden hele tiden.





### DE MINDSTE ALENE I NATUREN

Det er nemt at give de helt små børn en oplevelse af at være alene på opdagelse i naturen i det omfang, de har lyst. Lad dem kravle og gå væk fra den voksne, alene eller sammen. Overvej om det er nødvendigt at stoppe dem, eller om rammerne kan udvides. På den måde får børnene prøvet deres egne grænser og oplevet nærhed til andre børn, samtidig med at de har en tryghed i at vide, at den voksne er lige i nærheden.

### BØRNEØEN

I kan skabe voksenfri øer ude i naturen eller på legepladsen. Øer kan være sprogligt afgrænset, eller de kan være fysiske, fx huler eller kroge mellem træer eller sten. I disse områder må de voksne ikke være, med-

mindre selvfølgelig der sker noget, børnene ikke selv kan klare. Har I pæle eller træer, hvor der kan være eksempelvis hængekøjer, kan hængekøjerne også fungere som voksenfri øer.

### ALENE MED NATUREN

På en tur ud i et kendt naturområde kan I lave en øvelse, der giver børnene en oplevelse af at være alene i naturen. De voksne fører børnene ud til hver deres træ, som de kan sidde op af eller ligge ved, indtil de bliver hentet igen efter ca. fem minutter. De fleste af børnene vil nok foretrække, at de sidder, så se kan se samlingsstedet, hvor de voksne holder til. Nogle børn vil måske helst blive på samlingsstedet. I kan også vælge at lade børnene sidde to og to sammen.

# Lær om natur og miljø

## Læring gennem oplevelser og aktiv deltagelse

Børn er drevet af nysgerrighed, og nysgerrig undersøgelse er kilden til læring. Naturen er i evig forandring og holder aldrig op med at vække forundring og nye spørgsmål. At få konkrete førstehåndsindtryk af planter, dyr og naturfænomener skaber sanselige hukommelsesknager for senere boglig læring om komplekse sammenhænge. Har man rodet i en kompost, holdt en regnorm eller fisket i en å, er det langt nemmere at modtage læring om kredsløb, livets mangfoldighed og menneskers afhængighedsforhold til naturen. Det kan i sidste ende have betydning for vores natur og miljø, at børn fra en tidlig alder udvikler nærhed til og viden om vores natur. Det er nemt at forestille sig, at det man kender og holder af, passer man bedre på. Den måde, de voksne understøtter børnenes undersøgelser og væren i naturen, kan skabe en varig respekt for naturen og udvikle børnenes handlekompetence.

Naturen er løftestang for læring i bredeste forstand. Læring gennem kroppen via masser af autentiske oplevelser og læring via sproget, når der sættes ord på alt det, vi møder, og alt det vi op-

leveler og føler derude. Men også læring om vores egen formåen, og det vi som gruppe kan præstere sammen.

Men naturen er ikke bare et rum for læring. Udelivet ved bålet, roen under trækroneerne, lyset om foråret og sansebombardementet i det duftende krydderurtebed har værdier, som er både følelsesmæssige, kropslige og sociale, og som styrker det indre liv og danner lykkehormoner som oxytocin, dopamin og serotonin. Også hos de voksne.

» Det pædagogiske personale skal lytte til børnenes undren og egne spørgsmål og til børnenes begyndende hypotesedannelse.

» Læringsmiljøet skal tage afsæt i mulig læring og inddrage børnene som aktive medskabere af egen læring ved at stille åbne, nysgerrige spørgsmål til børnenes forståelse af sammenhænge i naturen og deres omverden.





## AFFALDSDETEKTIVER

På et besøg i skoven, langs vandet eller i parken støder I utvivlsomt på en del affald. Det er oplagt at tale med børnene om dette problem og løbende samle affald i naturen. Mange børn ved i forvejen, at affaldet hører til i skraldespanden og samler af sig selv andres skrald op. I kan konkurrere om, hvem der samler mest. Det er lærerigt at se, hvad folk har smidt fra sig, og det er en dejlig følelse at være med til at forbedre miljøet. I kan lave en lille udstilling af skraldet, eller på anden vis fortælle andre om affaldsproblemet i naturen.

## NATURENS ARTER

Noget af det vigtigste børnene kan erfare i naturen, er hvor mangfoldig den er. I kan skabe mangfoldighed helt tæt på. Tiltræk smådyr og fugle på jeres egne arealer ved at lade græs og planter gro og lade de nedfaldne grene og blade ligge. Suppler med fuglekasser, insekthaver, kompostbeholder og frugtbuske. Inspirer børnene til at undersøge stubbe, bark og kompost, hvor I kan finde bænkebidere, edderkopper og regnorme.

## NEDBRYDNINGSFORSØG

I et område på institutionens grund, kan I lave et simpelt nedbrydningsforsøg. Forskellige materialer graves ned et uforstyrret sted, hvor jorden ikke er for hård, tør eller sandet, gerne i et bed. Jo varmere i vejret, jo hurtigere foregår processerne. Vælg noget affald børnene kender: Æbleskrog, rugbrød, tyggegummi, ispinde, køk-

kenruller, mælkekartoner, plasticbægre, sodavandsflasker og ølkappler. Tal med børnene om, hvad de tror der sker med tingene ude i jorden. Husk at markere præcist, hvor I har gravet hvad ned. Alternativt kan I lave forsøget inden døre i et terrarium med jord og regnorme tilsat. I kan undersøge resultatet efter hhv. første dag, tredje dag og herefter hver uge. Tal med børnene om, hvad der sker med tingene. Hvorfor ændrer de sig? Kan I se hvem der har spist af materialet? Hvorfor er det uheldigt, når man smider glas eller tyggegummi i naturen?

## NATURBEVIDSTHED

De fleste dagtilbud har adgang til et kamera. Det kan give naturoplevelserne en ekstra dimension, at man har mulighed for at tale om dem ud fra billeder efterfølgende. Man kan også med et fotoprojekt sikre retning på naturiagttagelserne. Tag fx fotos af skovens dyr: Bænkebidere, edderkop, skovsnegl, mariehøne, skarnbasse osv. På den måde opdager børnene, hvor mange forskellige eksistenser der findes.



*Viden om naturen omhandler også menneskets påvirkning af og samspil med naturen, fx i forbindelse med miljøspørgsmål og spørgsmål om bæredygtighed og anvendelse af naturens ressourcer. Læringsmiljøet må derfor give børn mulighed for at overveje deres eget samspil med naturen og naturens ressourcer.*



# Hop i vandpytter

## Sanseligt og sjovt

Det kan regne i Danmark. Meget! Danskerne stemte vandpytterne ind i Børnenes Naturkanon, så vi er mange, der husker denne simple handling som en essentiel barndomsoplevelse. Der findes ikke den toårige, der ikke elsker at hoppe i vandpytter. Om sommeren med bare fødder og i vinterhalvåret med regntøj og gummistøvler. Det er særligt sjovt, når en voksen laver et ordentligt sprøjt!

Ordentlige vandpytter er et uddøende fænomen i vores plane kulturmiljø. Tænk over, om jeres legeplads har en ordentlig vandpyt. Ellers skal der måske gøres noget ved det.

Hvad er det, der sker, når vi kommer i kontakt med vand og hopper i det, rører ved det og kigger på det? Kroppen er i aktivitet, vi erfarer det våde element, og vi griner sammen med andre. Det ender ofte med, at børnene bliver våde og gennemblødte. De mindste vil nemlig gerne helt ned på knæ og mærke med hænderne i vandpytten. Børn erfarer verden gennem krop og sanser, og vand er noget helt særligt. Tilbyd børnene skåle, kander og rør, så leg og læring udvides.



*Uderummet som læringsmiljø er karakteriseret ved direkte sanseoplevelser i et autentisk miljø.*



*Bevægelse handler om børns aktive udforskning af verden og kroppens muligheder såvel alene som sammen med andre børn og aktivt, pædagogisk personale.*

### REGNVEJR OG VANDPYTTER

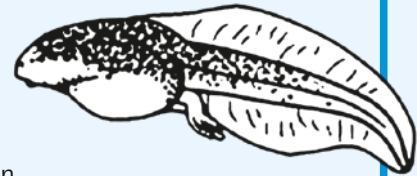
Vandpytten giver mulighed for eksperimenter. Man kan stikke hænderne i vandet eller kaste sten i vandpytten. Pinde og papir flyder ovenpå. Måske kan I lave kanaler, dæmninger og småbroer.

Mange børn kan godt lide regnvejr, og det er ikke svært at finde en god regnvejrsdag i Danmark. En rigtig kraftig byge er spændende og måske lidt farlig? Har man prøvet at stå under et løbende nedløbsrør kun i underbukser, glemmer man det aldrig. Små paraplyer kan man også lege med. Vis børnene, hvordan man kan gå under dem uden at blive våde. Eller stil jer i ly under træerne og lyt til regnen mod bladene.

### VAND, VAND, VAND

Kender I en bæk eller å, hvor I kan smide sko og strømper og gå gennem åen? Mærk hvordan det føles på huden under fødderne. Det er en meget sanselig oplevelse. Sørg for inden da, at have undersøgt hvem der ejer åen, og om I må benytte den.

I Danmark er man aldrig mere end 60 km fra havet. Så måske kan I tage på udflugt og hoppe over bølger ved havet. En tur til havet giver anledning til at møde vores mest uberørte natur – kysten.



*Børn skal møde naturtyper som fx skov, strand, moser og vandløb.*



## Inspiration til naturaktiviteter for børn

Tag et kig på [groennespirer.dk](http://groennespirer.dk), der er Friluftsrådets program for dagtilbud. Her kan du downloade masser af inspirationsmateriale. Du kan også forhøre dig hos nogle af Friluftsrådets medlemsorganisationer for at finde lokale aktører i dit område. Nedenfor er givet nogle eksempler på relevante aktører på området for børn, natur og friluftsliv:

**Naturvejlederforeningen i Danmark** er et forum for naturvejledning, naturformidling og miljøvejledning. Find din lokale naturvejleder og hør til aktiviteter i jeres lokalområde på: [natur-vejleder.dk/om-naturvejlederforeningen/find-din-lokale-naturvejleder/](http://natur-vejleder.dk/om-naturvejlederforeningen/find-din-lokale-naturvejleder/)

**4H** er en forening med fokus på natur, dyr, haver og madlavning. 4H giver fællesskab gennem praktiske og kreative aktiviteter. Find en klub nær jer og hør om samarbejdsmulighederne: [4h.dk/find-klub/](http://4h.dk/find-klub/)

**Dansk Jægerforbund og Sportsfiskerforbundet** kører projektet Bliv NaturligVis, hvor I kan få besøg af en jæger med vildt eller en fisker med friskfangede fisk. Kontakt en af de lokale formidlere fra projektet på: [blivnaturligvis.dk/find-formidler/](http://blivnaturligvis.dk/find-formidler/)

**Spejderne.** Mange spejdergrupper tilbyder samarbejde med børneinstitutioner. I kan høre blandt forældre eller lokalt om samarbejdsmuligheder. På deres hjemmesider er der masser af naturaktiviteter, lege og bålopskrifter. Se fx: [spejdnernet.dk](http://spejdnernet.dk) og [spejder.dk](http://spejder.dk)

**Haver til Maver** er en forening, der arbejder for at styrke primært børn og unges engagement i bæredygtighed, madkultur og sundhed. Find en skolehave nær jer eller kontakt Haver til Maver og hør til muligheden for at få hjælp og sparring til at opstarte jeres egen: [havertilmaver.dk/skolehaver/find-os/](http://havertilmaver.dk/skolehaver/find-os/)

**FDF** står for Frivilligt Dreng- og Pige-Forbund, og er en folkekirkelig børne- og ungdomsorganisation med 350 lokale afdelinger fordelt over hele landet. Leg er en af FDFs kerneværdier og på deres hjemmeside findes en stor legedatabase. [fdf.dk](http://fdf.dk)

## Kilder – inspiration til yderligere læsning om børns brug af naturen

Børne- og Socialministeriet (2018): Den styrkede pædagogiske læreplan – rammer og indhold: [emu.dk](http://emu.dk)

Danmarks Naturfredningsforening: Børn kommer for lidt i naturen, undersøgelse foretaget af Kantar Gallup (2018): [dn.dk/born/viden/](http://dn.dk/born/viden/)

Ejby-Ernst, Niels et al (2019): Betydningen af dagtilbudsarbejde med børn i naturen – En forskningsoversigt med fokus på nordisk litteratur. Center for børn og Natur

Friluftsrådet: Nulpunktsmåling af børns brug af naturen, foretaget af YouGov for Friluftsrådet (2018): [borngrorenatur.dk/presse/](http://borngrorenatur.dk/presse/)

Kaplan, Rachel & Kaplan, Stephen (1989): The Experience of Nature: A Psychological Perspective. Cambridge University Press

Friluftsrådets projekter og kampagner, herunder Grønne Spirer og Børn Gror i Natur: [groennespirer.dk](http://groennespirer.dk), [borngrorenatur.dk](http://borngrorenatur.dk)



## 12 oplevelser alle børn skal have

Luk øjnene og tænk tilbage på din bedste oplevelse i naturen som barn. Kan du mærke vandpytten sprøjte mod dine bare ben og græsset kilde under dine fødder? Kan du dufte snobrødet og havluften?

Naturen med sin mangfoldighed af forunderlige væsner og utrolige fænomener tilbyder børn sansemættede oplevelser, fantasifuld leg, kropslige udfordringer og livsvigtig læring.

**BØRN  
GRØR I  
NATUR**

2000 danskere har stemt på deres bedste barndomsoplevelse i naturen, og med dette hæfte kommer de tolv vinderoplevelser til live og præsenteres sammen med konkrete ideer og pædagogiske overvejelser.

Friluftsrådet • Scandiagade 13 • DK-2450 København SV • Tel +45 33 79 00 79  
fr@friluftsradet.dk • www.friluftsradet.dk • www.gronnespirer.dk