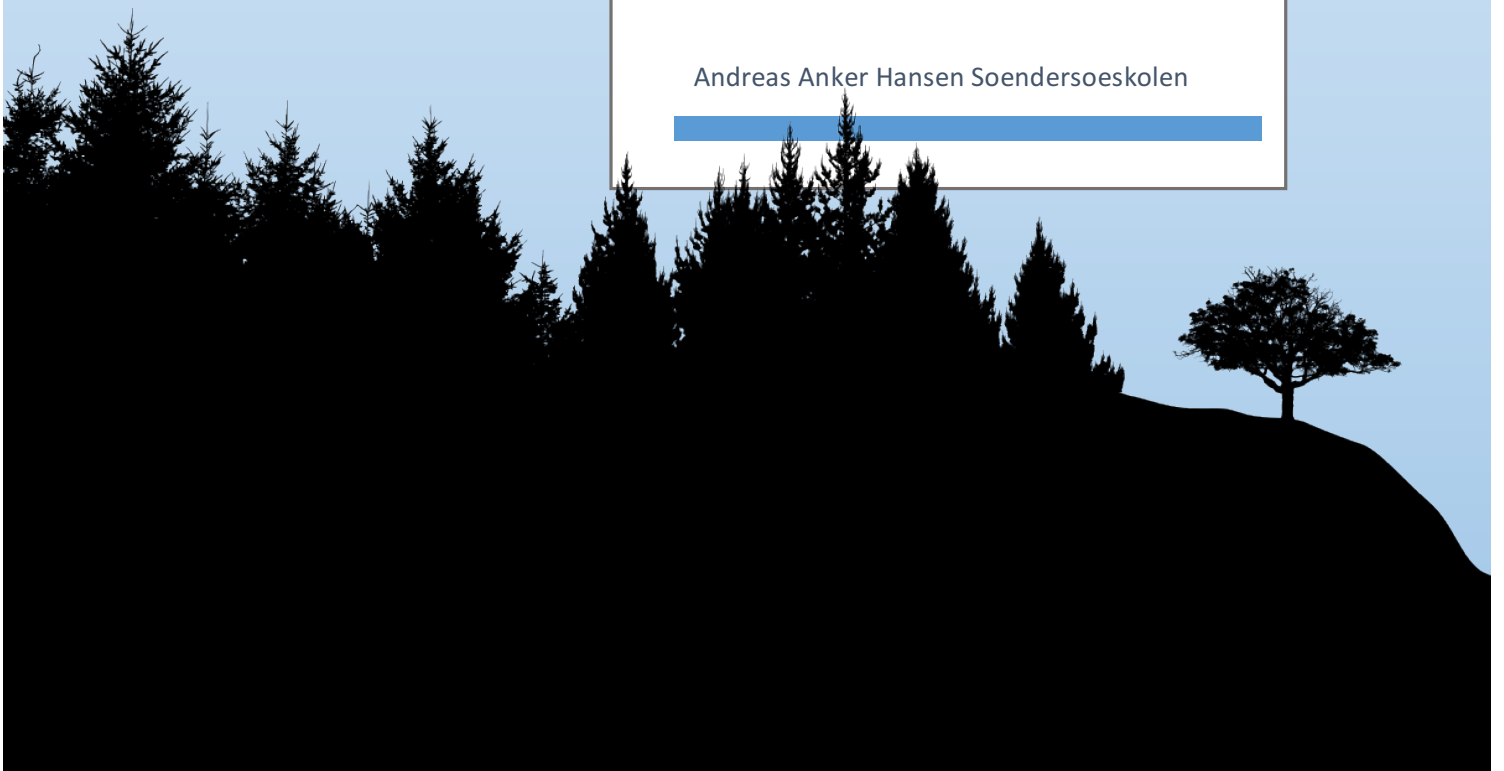


Beskrivelse af valgfaget friluftsliv på
Søndersøskolen for skoleåret 2016/17.
Indeholder Mål, Temaer for
undervisning, Didaktiske overvejelser
herunder bevægelse i undervisningen og
til sidst undervisningsplan for faget.

Målbeskrivelse

Friluftsliv Valgfag

Andreas Anker Hansen Søendersoeskolen



Indholdsfortegnelse

Formål	3
Grundlæggende temaer for undervisningen	3
Naturen som ressource	3
Menneskets historie/fortid/oldtid	3
Sikkerhed og førstehjælp	3
Overlevelse og/eller fornøjelse	3
Natursyn – Bæredygtighed og interessekonflikter.....	4
Eksempler på hvordan aktiviteterne i faget sammentænkes med temaerne	4
Didaktik	5
Lokalmiljø og lokalsamfund	5
Fælles mål	5
Bevægelse i undervisningen	6
Undervisningsplan (2016/17)	6



Målbeskrivelse- Friluftsliv Valgfag

Formål

Fagets kerneformål er, at eleverne gennem praktiske erfaringer og oplevelser *opnår viden om, opøver færdigheder i og bliver i stand til at tage aktivt stilling* til natur og friluftsliv i deres egen hverdag i forhold til fortid (historie) og fremtid (bæredygtighed).

Grundlæggende temaer for undervisningen

Gennem disse fem temaer arbejdes der i undervisningen frem mod formålet:

Naturen som ressource

Grundlaget for friluftslivet er naturen - og viden om naturens anvendelige vækster gør det muligt at udøve friluftsliv, der er i overensstemmelse og balance med naturen.

Planter, frugter, bær og svampe kan være spiselige eller anvendelige til håndværk og forarbejdning. Centralt for temaet er det, at de ressourcer, naturen byder på, skal anvendes bæredygtigt og under hensyntagen til fredninger, biodiversitet og tilladelse til sankning.

Menneskets historie/fortid/oldtid

Naturligt for faget er det, at de erfaringer, der gennem tiderne er opsamlet, danner et fundament for undervisningen. Mange af de færdigheder og den viden, som eleverne stifter bekendtskab med, har før i tiden været hverdagsviden og -kunnen, som har været naturlig for mennesker gennem mange kulturer og sammenhænge. I faget hentes viden, der trækker spor gennem stenalder og bronzealder – hos romerne, vikingerne og indianerne m.fl.

Det historiske tema ses i forhold til både nutid og fremtid. Hvordan kan vi i dag drage nytte af fortidens viden og kunnen? Hvad kan vi lære af fortidens fejl, så vi undgår at naturen lider igen? Hvordan kan vi kombinere ny viden med gammel kundskab?

Sikkerhed og førstehjælp

For at kunne færdes trygt i naturen er det væsentligt at kende til farlige situationer, sådan at de kan undgås; og det er lige så vigtigt at kunne håndtere en ulykke – stor som lille – når og hvis en sådan skulle opstå. Sikkerhed og førstehjælp er derfor et væsentligt tema i undervisningen. Hovedsageligt vil dette tema dreje sig om sikkerhed ved bål-tænding og åben ild, sikkerhed ved brug af værktøj (kniv, økse, sav m.m.) og sikkerhed i forbindelse med at padle kano samt førstehjælp knyttet hertil.

Overlevelse og/eller fornøjelse

I friluftsliv skal livet leves – ikke blot overlevs! Alligevel har ordet "overlevelse" en klang af noget ekstremt i sig, som dels er oppe i tiden og medierne i tv-programmer som "Ultimate Survival" og "Robinson Ekspeditionen" foruden diverse videoer og sider på nettet. Det ekstreme og grænsesøgende er også en del af friluftslivet, men mange af de basale færdigheder, der er væsentlige for overlevelse i ekstreme situationer, er også de samme færdigheder, der kan være forskellen mellem en god eller en dårlig oplevelse i naturen.

At holde varmen på en kold dag er en fornøjelse og en nødvendighed for overlevelse. Derfor er hensigtsmæssig påklædning vigtig. Kendskab til spiselige planter og svampe og deres giftige forvekslingsmuligheder og en masse andre kundskaber er selvsagt også væsentlige for både overlevelse og fornøjelser med friluftsliv.

Natursyn – Bæredygtighed og interessekonflikter.

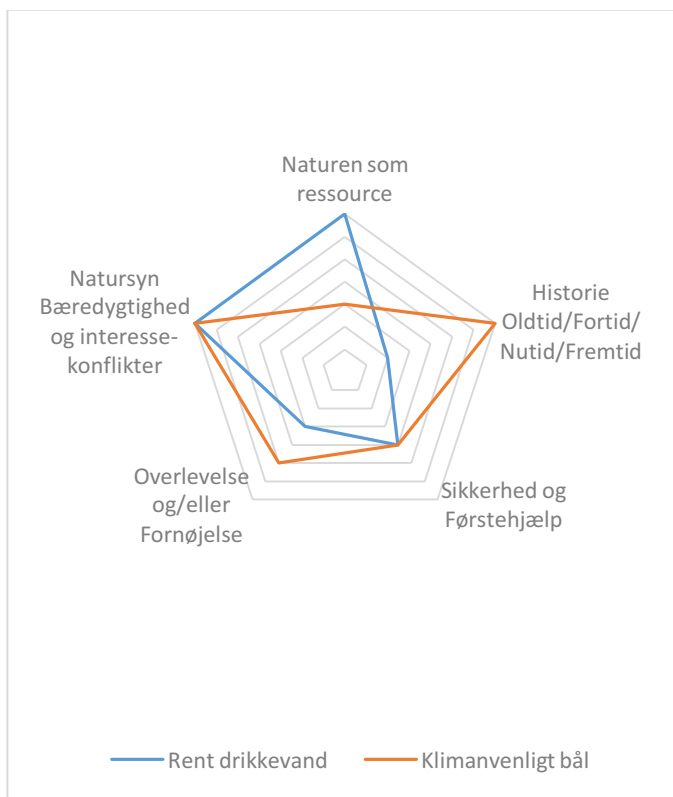
Færdsel i naturen kan foregå på mange måder, og forskellige mennesker har vidt forskellige interesser, når de begiver sig rundt i skove, enge, ved strande osv. I undervisningen formidles et bæredygtigt og ansvarsbevidst natursyn. Der lægges vægt på, at naturen, miljøet og klimaet ikke må lide unødigt last gennem vores friluftaktiviteter. Dette gælder i alle dele af aktiviteterne, lige fra materialer som bruges i undervisningen, til selve aktiviteten, og til sidst det aftryk vi efterlader (eller rettere ikke efterlader!) på miljøet.

Dette tema åbner op for en masse refleksioner over vores ansvar som mennesker over for naturen, og det åbner op for en forståelse af miljøhensyn på både lokalt og globalt plan. Samtidig arbejdes der i undervisningen med, at eleverne får øjnene op for alle de muligheder, der er i naturen, selvom (og i nogle tilfælde netop fordi) der tages natur- og miljøhensyn.

Eksempler på hvordan aktiviteterne i faget sammentænkes med temaerne

Alle aktiviteter vil i større eller mindre udstrækning berøre alle faget fem temaer. Hvordan aktiviteten udmønter sig i praksis, samt hvordan temaerne gennearbejdes, vil variere meget. I nogle aktiviteter vil ét tema være indledende, hvorefter andre temaer tager fokus efterhånden som aktiviteten skrider frem. Til sidst kan et tema evt. fungere som en afsluttende perspektivering, som giver stof til eftertanke.

Nedenfor vises et diagram, der anskueliggør i hvilken udstrækning de fem temaer kan gennearbejdes i to repræsentative aktiviteter. Andre aktiviteter vil naturligvis fordele sig anderledes i diagrammet.



Aktivitet: Rent drikkevand

Der arbejdes med at finde rent drikkevand i naturen. Regnvand, strømmende vand og overfladevand kan filtreres, men det er muligt, at vandet er forurenet, uden at det kan ses, lugtes eller smages. Bæredygtig beskyttelse af vandressourcer er væsentlig for naturen og dermed mennesker både i friluftslig sammenhæng i al almindelighed.

Aktivitet: Klimavenligt bål

At lave et bål med en optimal forbrænding som sikrer, at der bruges en minimal mængde brænde, og at alle gasser der udvikles også forbrændes, så de ikke udledes til atmosfæren. Historiske teknikker, viden om træsorter og sikkerhed ved åben ild er også dele af aktiviteten.

Didaktik

Hands on! Det er udgangspunktet, holdepunktet og omdrejningspunktet for undervisningen. I overbevisning om, at eleverne får langt mere læring ud af deres egne praksiserfaringer, og at disse erfaringer bliver den åbne dør til elevernes øgede interesse for friluftsliv og for de fem temaer, som er essensen af faget. "Hands on" giver lyst til at lære mere.

Evalueringen er løbende og sker ofte i tæt forbindelse med det praktiske. I samtale mellem lærer og elev eller elev og elev gives der mulighed for at lære igennem erfaring, refleksion og derigennem opøve færdighed og tilegne sig ny viden. Eleverne skriver også på skift i vores interne blog, som både fungerer som logbog for vores aktivitet og opslagsværk over de emner, som er blevet gennemgået.



Lokalmiljø og lokalsamfund

Undervisningsrummet er udendørs og hovedsageligt i lokalområdet, hvilket vil sige inden for cykelafstand. I dette område findes en utroligt rig natur med mange muligheder for friluftsliv. Mange naturlige ressourcer kan indsamles/høstes i umiddelbar nærhed af skolen og kan derefter forarbejdes på stedet eller på skolens ude-værksted. Inden for kort afstand findes åbne landskaber, både enge og opdyrkede arealer, der findes produktionskove og fredede skove, foruden mølleåsystemet og Søndersø.

I lokalsamfundet trækkes der i undervisningen på både frivillige og kommunale kræfter. Elevernes forældre er selvfølgelig behjælpelige i et vist omfang. Naturstøttepunkt Hjortøgård ligger meget tæt ved skoven og Fiskebæk Naturskole, der ligger lidt længere væk, bliver brugt til inspiration og til guidede ture med bl.a. svampejagt o. lign. Furesø Bad benyttes i forbindelse med kanoundervisning, og vi har kontakt til de lokale spejderforeninger i forbindelse med læring om lejrliv og andet. Det er vigtigt for undervisningen at inddrage lokalsamfundet.

Fælles mål

Friluftsliv er, hvis vi lægger vægt på ordets sidste del: "Liv", et fag som må afspejle et helt liv, levet under brede rammer uden døre. Derfor vil faget også bevæge sig frit imellem forskellige af skolens øvrige fag uden hensyntagen til de gængse faggrænser. Nedenfor er anført fag, der i valgfaget bliver arbejdet med. Hertil er knyttet nogle nøglebegreber.

- **Idræt** – Friluftaktiviteter i land og på vand, Orientering
- **Biologi** – Biodiversitet, Bæredygtighed, Økologi.
- **Historie** – Historisk bevidsthed, Fortidsfortolkninger, Nutidsforståelse, Fremtidsforventning, Fortiden i argumentation.

- **Madkundskab** – Energibehov, Måltidskultur, Fysisk-Kemiske processor, Bæredygtighed, Råvarekendskab
- **Geografi** – Vejr og Klima, Naturgrundlag og Bæredygtighed, Topografi og Landskabsdannelse
- **Alsidig udvikling** – Førstehjælp, Sociale relationer, Personlige kompetencer, Lyst til at lære mere

Bevægelse i undervisningen

Faget er netop karakteriseret ved høj grad af bevægelse og aktivitet. Når undervisningen foregår uden døre, er der i sagens natur lagt op til bevægelse, 1) fordi der er større afstande, 2) fordi vi i faget bruger naturens materialer og indsamler dem, der hvor de gror/finde, 3) fordi klassiske friluftaktiviteter er vandring, cykling, kanopadling osv., 4) fordi friluftsliv er når menneskekroppen interagerer med naturen i naturen.



Undervisningsplan (2016/17)

Planen er ikke 100% fastlagt, da nogle emner er afhængige af, om naturen er klar! Nogle undervisningsgange er forlænget, og andre bliver derfor forkortet. Der er også indlagt en vinterpause i februar.

Tid	Emne	Mål	Indhold	Noter:
Aug.	Brændenælder - snor	Eleverne får viden om brændenælders økologi, og hvordan stænglernes fibre kan forarbejdes til snor. Eleverne kan fremstille små stykker snor af nældefibre. Eleverne kan reflektere over denne aktivitet i et fortids-, nutids-, fremtidsperspektiv.	Plukning, rensning og tørring af nældefibre. Lave toslået og evt. treslået snor.	Fibre gemmes til senere brug ved fremstilling af ildbor.
	Brombær	Eleverne har lokalkendskab og viden om spiselige planter i deres nærområde. Eleverne kender til	Plukning til senere forarbejdning. Brombærbuskens økologi	

		reglerne for sankning på offentlige danske arealer.		
	Kort og Landskab	Eleverne har viden om højdekurver og kan sammenligne kortsignaturer med virkeligheden. Eleverne kender metoder til at bestemme Nord uden brug af kompas.	Tur i istidslandskabet omkring skolen. Fokus på aflæsning af højdekurver.	
Sep.	Æbler - Most	Eleverne har lokalkendskab og viden om spiselige planter i deres nærområde. Eleverne kan reflektere over fremstilling af æblemost ud fra et princip om bæredygtighed.	Plukning og mostning af æbler.	
	Hyldebær – Suppe, blåsyre	Eleverne har lokalkendskab og viden om spiselige planter i deres nærområde. Eleverne har kendskab til <u>madkemi og forarbejdning, der nedbryder blåsyre.</u>	Plukning og fremstilling af hyldebær suppe. Teori om blåsyre i bl.a. hyldebær	Opskrift og Fødevarerstyrelsens anbefalinger.
Okt.	Svampe – Spiselige og tøndersvamp	Eleverne kender til praktisk påklædning og 3-lags-princippet, og de kan klæde sig på efter vejrforholdene. Eleverne kender til anbefalinger ang. svampeindsamling. Eleverne kender til svampes økologi. Eleverne kan identificere enkelte spiselige/giftige og på anden måde anvendelige svampe.	Svampetur i Lille Hareskov med Jørn Kofoed	Mødested: Vangehus. Tidsforbrug: ca. 5 timer cykler, lygter og hjelme (Kontakt også Hjortøgård)

	Grøn sløjd – Skæfte en dolk i frisk træ	Eleverne kan skæfte en klinge i et friskt stykke træ. Eleverne kender til mindst to greb og teknikker til at snitte med og behersker disse med rimelig sikkerhed.	Skæfte klinger med frisk ahorn	Bestille klinger. (thegoodstuffshop.dk)
	Skede i birkebark	Eleverne kan forarbejde birkebark og har viden om gode teknikker til formålet.	Lave en skede til kniven i birkebark.	
Nov.	Overlevelse og/eller fornøjelse	Eleverne kender de fire essentielle nødvendigheder ved overlevelse: Ly, Varme, Vand og Mad	Teori og praksis om overlevelse. Refleksion over natursyn og indstillinger til naturens ekstremer. (Historiske perspektiver: Knud Rasmussen, Nordvestpassagen, Fridtjof Nansen osv.)	
	Ly – Vejr, klima, shelter,	Eleverne kender til forskellige former for ly som oftest anvendes i friluftliv: Shelter, bivuak, telt. Eleverne kan bygge en bivuak, der giver god beskyttelse med vind og vejr. Eleverne ved hvor de kan finde en oversigt og offentlige shelters og lejrpladser i Danmark. Eleverne kan bygge et nøddly udelukkende af materialer fra skoven.	At lave et ly. Telt, bivuak og nøddly.	(udinaturen.dk)

Dec.	Varme – at få og holden varmen	<p>Eleverne kender 3-lagsprincippet.</p> <p>Eleverne kender til brændværdi for forskellige træsorter.</p> <p>Eleverne ved, at (og hvorfor) det er vigtigt, miljømæssigt forsvarligt og ressourcebesparende, at et bål har en optimal forbrænding.</p> <p>Eleverne kan lave et lille bål med god forbrænding.</p>	<p>Teori og praksis om træ, bålforberedelse, ildtænding og pasning af bål.</p> <p>Forskellige båltyper.</p>	
	Varme - optænding	<p>Eleverne har viden om forskellige metoder til optænding af et bål, herunder ildbor, fyrstøj, magnesiumstål, tændstik.</p> <p>Eleverne kan skabe gløder (og evt. ild) ved brug af historiske metoder.</p> <p>Eleverne har viden om og kan bruge naturlige materialer til optænding, herunder tøndersvamp og birkebark.</p>	<p>Gamle og nye ildtændingsmetoder: Ildbor, fyrstøj, magnesiumstål. Brug af birkebark og forberedelse af tøndersvamp</p>	Piletræ, tøndersvamp.
Jan.	Vand	<p>Eleverne har viden om vandressourcer, forureningskilder og rensningsmetoder.</p> <p>Eleverne kan vurdere, om vand i naturen er i en kvalitet, der kan drikkes eller ej.</p>	Tur til Furesø	Cykler, lygter og hjelme. (Kontakt Fiskebæk Naturskole.)
	Mad	<p>Eleverne kan tilrettelægge og tilberede mad udendørs.</p> <p>Eleverne kan tilberede mad over bål, hjemmelavet spritbrænder i</p>	Krabbesuppe	Opskrift.

		genbrugsmaterialer eller Trangia.		
Feb.	Vinterpause			
Mar.	Birkesaft	Eleverne har viden om birketræets økologi, birkesafts anvendelsesmuligheder, og hvordan den kan tappes. Eleverne har viden om natursyn og bæredygtig anvendelse af naturlige ressourcer.	Tapning af birkesaft til senere indkogning til sirup.	Tilladelse hos gartnerafdelingen. (evt. besøg på bryggeriet Skovlyst og høre om deres Birkebryg).
	Svedhytte – Varme sten (Kogning med sten)	Eleverne kender til opvarmning af vand ved brug af sten i et bål, og de kender eksempler på, hvor dette har været brugt gennem tiden. Eleverne kender til de kulturelle baggrunde for brug af svedhytter blandt indianere. Eleverne kan bygge en svedhytte.	Lave svedhytte	Tidsforbrug ca. 5 timer. (Ris af Vortebirk)
Apr.	Navigation – Kort, kompas, stjerner, mos på træer, GPS...	Eleverne kan orientere sig med kort ved brug af signaturer, og de kan retvende kortet mod nord. Eleverne kender tegn fra naturen, der kan bruges til navigation herunder solen, stjernerne, mos på træer, vandløb og åers strømretning.	Vandreorientering i åbent og lukket landskab.	
	Kompas	Eleverne kan bruge et kompas til at lave pejling og krydspejling og til at aflæse og indtegne kompaskurser på et kort.	Øvelser med kort og kompas.	

	GPS	Eleverne kender til satellitnetværk (GPS/Glonas), og hvordan de fungerer. Eleverne kan benytte GPS-udstyr til navigation.	GPS-løb	
Maj	Kano	Forløbet i kano afslutter valgfaget.		Kanoer fra Furesøskolen og Familiehuset. Sikkerhedsinstruks
	Førstehjælp ved drukneulykker, livredning, bjærgning, underafkøling...	Eleverne kender og kan udføre korrekt førstehjælp ved drukneulykker og underafkøling. Eleverne kan bjærge en "bevidstløs" i vand.	Mini-førstehjælpkursus.	Låne HRL-dukke og træningshjertestarter i svømmehal.
Jun.	Padleteknik	Eleverne kender til forskellige padle- og styretag i kano, både som for- og bagpadler. Eleverne kan samarbejde og manøvrere en kano sikkert og præcist.	Kanokursus 1: Fremdrift og styring	
	Redningsøvelser i kano.	Eleverne kan udføre en redning af en anden kæntret kano. (Parallel- eller X-redning).	Kanokursus 2: Redninger.	
	Kanotur med overnatning	Eleverne kan planlægge og gennemføre en overnatningstur i kano.	Turen opsummerer hele forløbet, og eleverne viser udvalgte færdigheder frem.	Årsevaluering.