

Lära med alla sinnen

– Utevistelsens betydelse för förskolebarns hälsa och utveckling



Linn Ekström

Självständigt arbete • 15 hp

Landskapsarkitektprogrammet

Alnarp 2019

Lära med alla sinnen

– Utevistelsens betydelse för förskolebarns hälsa och utveckling

Learn with all the senses

– The value of outdoor environment for childrens health and development

Linn Ekström

Handledare: Marie Larsson, SLU, Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning.

Examinator: Anders Westin, SLU, Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning.

Omfattning: 15 hp

Nivå och fördjupning: G2E

Kurstitel: Kandidatexamensarbete i Landskapsarkitektur

Kursansvarig inst.: Institutionen för Landskapsarkitektur, planering och förvaltning

Kurskod: EX0845

Ämne: Landskapsarkitektur

Program: Landskapsarkitektprogrammet

Utgivningsort: Alnarp

Utgivningsår: 2019

Omslagsbild: Pär Ekström (2010)

Elektronisk publicering: <https://stud.epsilon.slu.se>

Nyckelord: utomhuspedagogik, förskolegård, utformning, lärande, förskola, hälsa, friyta

SLU, Sveriges lantbruksuniversitet

Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsvetenskap

Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

Sammandrag

Den här kandidatuppsatsen syftar till att undersöka på vilka sätt utomhusvistelse är bra för barns utveckling och hälsa. Uppsatsen undersöker vad utomhuspedagogik innebär och på vilket sätt utomhusleken skiljer sig från inomhusleken. Den behandlar vilka hinder och möjligheter som finns med utomhuspedagogik och hur barn påverkas av att vara utomhus. Målet med den här kandidatuppsatsen är att undersöka vad som kännetecknar en bra och stimulerande utomhusmiljö för barn. Och hur man som landskapsarkitekt kan utforma bra och stimulerande utomhusmiljöer för barn i förskolans verksamhet. Uppsatsen är baserad på en litteraturstudie i kombination med en exempelstudie.

Genom min litteraturstudie har jag kunnat konstatera att utomhusvistelse har positiva effekter på hälsa och välbefinnande. Utomhusvistelsen kan också leda till bättre koncentrationsförmåga och bättre inlärningsförmåga. Utomhuspedagogik bygger på att skapa sig egna erfarenheter genom upplevelser utomhus. Litteraturstudien har också visat att det finns skillnader mellan leken utomhus och leken inomhus. Leken utomhus är friare, och händelseförloppet i leken styrs inte bara av barnen själva utan också av naturens processer. Inomhus är leken mer fokuserad och ofta mer organiserad av vuxna. En bra utomhusmiljö lockar barnen till lek och fysisk aktivitet. Viktiga faktorer är en tillräckligt stor friyta för barnen att vistas på. I utemiljön bör det också finnas olika lekmiljöer som kan delas upp i olika zoner med olika karaktärer. De olika karaktärerna på zonerna hjälper barnet att våga utforska och upptäcka sin omvärld på egen hand.

Litteraturstudien har resulterat i åtta kriterier för en god utomhusmiljö för barn.

- Friyta för lek och utevistelse
- Zoner och karaktärsdrag
- Platser för både lek och lugn och ro
- Vegetation och topografi
- Lekutrustning
- Löst material och flexibilitet
- Odling
- Platser skyddade från sol, vind och regn.

För att testa kriterierna och anknyta litteraturstudien till en verklig situation har en exempelstudie genomförts med kriterierna som analysredskap. Exempelstudien genomfördes på Asarumsdalens förskola i Karlshamns kommun.

Abstract

This bachelor thesis aims to investigate the ways in which outdoor living is good for children's development and health. The essay examines what outdoor education means and how the outdoor play differs from indoor play. It deals with the obstacles and opportunities that exist with outdoor education and how children are affected by being outdoors. The aim of this thesis is to study what characterizes a good and stimulating outdoor environment for children. And how a landscape architect can design good and stimulating outdoor environments for children in preschool. The thesis is based on a literature study in combination with a case study.

Through my literature study, I have found that children that spends a lot of time outdoor has positive effects on health and well-being. Spending time outside can also lead to better concentration and better learning ability. Outdoor education is based on creating own experiences while being outdoors. The literature study has also shown that there are differences between the play outdoors and the play indoors. The outdoor play is freer, and the course of events in the play is not only controlled by the children themselves but also by the processes in nature. Indoors the play is more focused and often more organized by adults. A good outdoor environment helps children to play and be physical active. Important factors are a sufficiently space for the children. In the outdoor environment, there should also be different types of environments that can be divided into different zones with different characteristics. The different characteristics of the zones help the child dare to explore and discover their surroundings on their own.

The literature study has resulted in eight criteria for a good outdoor environment for children.

- Free space for playing outside
- Zones and characteristics
- Places for both play and peace and quiet
- Vegetation and topography
- Playground equipment
- Loose materials and flexibility
- Garden plot
- Places protected from sun, wind and rain

In order to test the criteria and link the literature study to a real situation, a case study has been carried out with the criteria as an analytical tool. The case study was conducted at Asarumsdalens preschool in Karlshamn, Sweden.

Förord

Jag minns hur roligt jag tyckte att det var när man som liten fick vara utomhus och leka. Vilka spännande miljöer man kunde hitta utomhus. Hur fantasin skenade iväg och leken tog fart. Jag minns smaken av smultronen, doften av gräset och pirret i magen när jag cyklade fort ner för backen. När jag blev vuxen började jag att vikariera på olika förskolor. Det var intressant att få möjligheten att se in i barnens värld igen. Tyvärr blev jag ganska besviken över de utomhusmiljöer som förskolorna hade att tillgå. Jag minns min egen förskolegård som stor, med både planerade och vildvuxna ytor. Kullarna som vi åkte pulka ner för och buskagen bakom där vi byggde våra kojor. Det fanns olika platser för olika lekar och olika sinnesstämningar. Min önskan är att alla barn i sin vardag ska ha möjlighet att vara utomhus och leka i en inspirerande miljö. Den här uppsatsen handlar därför om vad som är en inspirerande och utvecklande utomhusmiljö för barn. Och vad man som landskapsarkitekt kan tänka på när man utformar en sådan miljö.

Uppsatsen är skriven som ett kandidatexamensarbete i landskapsarkitektur vid Sveriges lantbruksuniversitet i Alnarp. Stort tack till min handledare Marie Larsson för all hjälp och för ett stort tålamod.

Alnarp, maj 2019

Linn Ekström

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

INLEDNING	7
Bakgrund	7
Mål och syfte	8
Material och metod	8
Avgränsning	8
LITTERATURSTUDIE	9
Utomhusvistelse och utomhuspedagogik	9
Utomhuspedagogik, vad är det?	9
Skillnad mellan inom- och utomhuslek?	9
Hur används utomhuspedagogik idag?	10
Möjligheter och hinder med utomhuspedagogik	11
Fördelar och nackdelar med att vistas mycket utomhus	12
Utformning av förskolans utomhusmiljö	13
Vad är en stimulerande utomhusmiljö för barn?	13
Friyta för lek och utevistelse	13
Föreskolegårdens olika delar	14
KRITERIER FÖR EN GOD UTOMHUSMILJÖ FÖR BARN	18
EXEMPELSTUDIE	20
Asarumsdalens förskola	20
Friyta för lek och utevistelse	21
Zoner och karaktärsdrag	22
Platser för både lek och lugn och ro	24
Vegetation och topografi	24
Lekutrustning	25
Löst material och flexibilitet	25
Odling	26
Platser skyddade från sol, vind och regn	26
Gårdens utvecklingspotential	26
DISKUSSION	29
Återkoppling till syfte, mål och frågeställningar	29
Reflektioner från exempelstudien	30
Metoddiskussion	31
Möjliga fortsatta studier	31
KÄLLFÖRTECKNING	32
Bilder	34

INLEDNING

Bakgrund

Förskolan är en viktig del i många barns vardag och barnen spenderar en stor del av sin dag på förskolan. Av Sveriges alla barn i åldrarna ett till fem år går 84 procent på förskola (Skolverket, 2018). Den genomsnittliga tiden som barn i samma åldersgrupp spenderar på förskolan är 31 timmar i veckan (Skolverket, 2013). I Läroplanen för förskolan (Lpfö 98) står det ”Förskolan ska erbjuda en trygg miljö som samtidigt utmanar och lockar till lek och aktivitet. Den ska inspirera barnen att utforska omvärlden.” och ”Förskolan ska medverka till att barnen tillägnar sig ett varsamt förhållningssätt till natur och miljö och förstår sin delaktighet i naturens kretslopp” (Skolverket, 2016 s. 6 och 7).

Idag leder det ökande stillasittandet till ökande ohälsotal bland barn och ungdomar. Detta beror bland annat på mer stillasittande aktiviteter och mindre rörelsefrihet för barnen (Faskunger, 2008). Förskolans utemiljö och hur man använder sig av den ger en viktig möjlighet att lägga grunden för en sund livsstil (Åkerblom, 2005).

Förskolans utemiljö får en allt större betydelse för barns utomhusvistelse och deras möjlighet till fysisk aktivitet, i takt med att rörelsefriheten för barn minskar. I den offentliga miljön minskar antalet platser som är utformade för barn. Även barns möjligheter att fritt röra sig till fots och med cykel minskar. Förskolans utemiljö blir då den utemiljö som barnen har störst chans att utnyttja i vardagen (Boverket, 2015). Alla barn ska ha rätt till att få ha en trygg och utvecklande vardag. De ska få vistas i en miljö som är engagerande och inspirerande. Där de får goda möjligheter till lek, inlärning och fysisk aktivitet.

I Sverige anses det av många att det är bra att vara utomhus. Men inte så många av oss vet varför det är bra och vad som egentligen händer med våran kropp när vi är ute. I sin doktorsavhandling *Landskapet i leken: En studie av utomhuspedagogik på förskolegården* har Fredrika Mårtensson (2004) studerat hur barn leker på olika typer av förskolegårdar. Hon beskriver att barnens lekbeteende skiljer sig mycket åt mellan olika gårdar trots att vuxna har ett liknande förhållningssätt till barnen och leken. Mårtensson menar att det är en grov förenkling att säga att barn leker oavsett hur utemiljön ser ut (Mårtensson, 2009).

För att kunna planera och utforma bra utomhusmiljöer för barn behöver man ha kunskap om vilka miljöer som stimulerar till lek och rörelse. Den här uppsatsen handlar om utomhusvistelsens betydelse för barn i förskoleåldern. På vilket sätt utomhusvistelsen påverkar hälsa, motorik, koncentrationsförmåga och inlärning. Och hur man som landskapsarkitekt kan planera och utforma förskolans utomhusmiljö för att stimulera lek och lärande.

Mål och syfte

Syftet med uppsatsen är att undersöka på vilka sätt utomhusvistelse är bra för barns utveckling. Jag vill ta reda på vilka skillnader som finns mellan utomhus- och inomhuslek och hur man kan använda detta i pedagogisk verksamhet. Målet är att undersöka vad som kännetecknar en bra och stimulerande utomhusmiljö för barn. Och hur man som landskapsarkitekt kan utforma bra och stimulerande utomhusmiljöer för barn i förskolans verksamhet.

Frågeställningar att ta upp:

- Vad är utomhuspedagogik?
- Vilka skillnader finns mellan utomhus- och inomhuslek?
- Vilka fördelar och nackdelar finns för barn som vistas mycket utomhus?
- Vad kännetecknar en bra utomhusmiljö för barn?

Material och metod

Uppsatsen är baserad på en litteraturstudie i kombination med en exempelstudie. Till litteraturstudien har jag använt mig av artiklar, böcker, avhandlingar och information hämtad från hemsidor. När jag har sökt litteratur har jag använt mig av sökord som: utomhuspedagogik, i ur och skur, naturskola, lärande, utomhusmiljö, förskolegård, utformning. Jag har också sökt informationskällor via källförteckningarna i den litteratur som jag har läst. Litteraturstudien har resulterat i kriterier för en god utomhusmiljö för barn.

För att testa kriterierna och anknyta litteraturstudien till en verklig situation har en exempelstudie genomförts med kriterierna som analysredskap. Exempelstudien genomfördes på Asarumsdalens förskola i Karlshamns kommun. Förskolan besöktes under en förmiddag i maj. Vädret var mulet, upplevdes något kallt och var lite blåsigt. Besöket gjordes på förmiddagen eftersom flest barn skulle tänkas vara utomhus då. Under platsbesöket gjordes observationer av hur barnen använder utomhusmiljön. Det fördes också samtal om utomhusmiljön med några pedagoger och med förskolechefen. Samtalen skedde under informella former en och en och i små grupper. Fotografierna på gården togs under en helgdag samma vecka som besöket genomfördes. Detta för att inga barn skulle vara med på fotografierna.

Avgränsning

Utomhuspedagogik är tillämpligt i alla åldrar och i alla utomhusmiljöer. Den här uppsatsen avgränsas till att beröra barn som går i förskolan, i åldrarna ett till fem år. Uppsatsen avgränsas också till att endast beröra förskolegårdens utomhusmiljö och tar inte upp möjligheterna till utomhuspedagogik eller utevistelse i det omgivande landskapet.

LITTERATURSTUDIE

Utomhusvistelse och utomhuspedagogik

Utomhuspedagogik, vad är det?

Nationellt centrum för utomhuspedagogik vid Linköpings universitet definierar utomhuspedagogik så här:

”Utomhuspedagogik är ett förhållningssätt som syftar till lärande i växelspel mellan upplevelse och reflektion grundat på konkreta erfarenheter i autentiska situationer. Utomhuspedagogik är ett tvärvetenskapligt forsknings- och utbildningsområde som bland annat innebär. Att lärandets rum flyttas ut till samhällsliv, natur- och kulturlandskap. Att växelspelen mellan sinnlig upplevelse och boklig bildning betonas. Att platsens betydelse för lärandet lyfts fram” (Linköpings universitets hemsida, 2018).

Szczepanski (2007) beskriver utomhuspedagogik som en pedagogik som bygger på upplevelsebaserade och platsrelaterade förstahandserfarenheter utomhus. Erfarenheter som kombineras med textbaserade informationskällor. Szczepanski menar att förstahandserfarenheter är viktiga som motivation till inläring. Genom förstahandserfarenheter får man ett samband mellan det man lär sig och det sammanhang där det ska användas. I ett traditionellt klassrum skiljs ofta lärande och verklighet åt eftersom inläringen i ett klassrum ofta sker teoretiskt. Utomhus lär man sig inte bara sådant som kan skrivas i en text eller formel. Man får också kunskap som man lär sig genom erfarenheter, där fysisk aktivitet och rörelse stödjer lärandet. Det kan vara kunskaper som sitter i dofter, smaker, i kroppens rörelse, eller i känslan för proportioner. I utomhuspedagogik ligger fokus på helhetsupplevelsen. Genom att stimulera flera sinnen (lukt, smak-, känsel-, syn- och hörselintryck) under inlärningsprocessen ökar minneskapaciteten (Szczepanski, 2007).

Utomhuspedagogik är mer än att bara flytta den vanliga undervisningen utomhus. I utomhuspedagogiken får barnet på ett konkret sätt vara aktiv i sin omgivning genom att använda hela sin kropp (Olsson, 2008). ”Uterummet blir ett sätt att lära, på samma gång objekt för lärandet, och en del av lärprocessen” (Szczepanski, 2007 s. 14).

Skillnad mellan inom- och utomhuslek?

I skriften *Varför sjunker inte äpplet? Om utomhuspedagogik* beskriver författaren Titti Olsson (2008) skillnader mellan inom- och utomhuslek. Olsson menar att när man är utomhus har man mer utrymme och man kan vara friare än inomhus. Man behöver inte känna sig hindrad i leken av risken att smutsa ner. Ljudvolymen blir inte lika hög utomhus och man kan därför tillåta sig att vara mer högljudd. Barnen får utlopp för sina behov av att röra på sig och blir därför inte lika rastlösa. Utomhus tenderar också sociala gränser att luckras upp. Barnen är tillsammans i andra och större grupper än inomhus. Pojkar och flickor, äldre och yngre barn leker oftare ihop. Eftersom utomhuspedagogik har ett undersökande arbetssätt där barnen själva får vara aktiva lär de sig att lita på sin egen handlingsförmåga vilket gör dem mer självständiga och mer självsäkra (Olsson, 2008).

Fredrika Mårtensson (2009) har studerat hur barns lekbeteende skiljer sig åt på förskolegårdar med olika karaktär. Hon beskriver utomhusleken som vidlyftig. Med det menar hon att utomhusleken inte bara har en fysisk vildhet. I barnets upplevelse av leken finns det också en mental vildhet. Mårtensson menar att utomhusleken kan vara både lugn och vild på samma gång. Den vidlyftiga leken utomhus följs ofta av en lugnare och mer fokuserad aktivitet inomhus där kroppens rörelser blir mindre och leken mer fokuserad. Mårtensson menar att utevistelsen ger barnen fritt spelrum i större utsträckning medan leken inomhus till större del är organiserad av vuxna (Mårtensson, 2009). Miljön utomhus är mer föränderlig och varierad eftersom den påverkas av naturprocesser som vi inte kan styra. Miljön inomhus är mer statisk. Den föränderliga miljön utomhus påverkar lekens händelseutveckling på ett sätt som barnen inte själva kan styra. Det gör leken mindre förutsägbar (Mårtensson, 2004).

Hur används utomhuspedagogik idag?

Idag använder tusentals lärare i Sverige utomhusmiljön som en plats för lärande, innehåll i lärandet och som ett sätt att lära ut på (Olsson, 2008). Skolans utomhusmiljö sågs redan på 1840-talet som en pedagogisk resurs. Idag använder man utomhusmiljön framför allt för att barn ska lära sig ekologiska processer och förstå det ansvar vi har för natur och miljö. Men alla ämnen går att undervisa med hjälp av utomhuspedagogik (Åkerblom, 2005). Nedan följer två exempel på koncept inom förskolan där man idag använder sig av utomhuspedagogik i Sverige.

I Ur och Skur

I Ur Och Skur är förskole- och skolverksamhet som bedrivs utomhus alla dagar, året om. Grunden till I Ur och Skur finns i Friluftsförbundet verksamheter för barn. I Ur och Skur bedriver daglig verksamhet med barnomsorg och undervisning och barnen träffas utomhus varje dag. Friluftsförbundet har erfarenhet av att barnen som är ute mycket är mer koncentrerade och mindre rastlösa. De har också märkt att sjukfrånvaron på I Ur och Skur förskolor är lägre än inom den vanliga barnomsorgen (Friluftsförbundet hemsida, 2010).

Friluftsförbundet har haft fritidsverksamhet för barn sedan 1950-talet. År 1985 öppnade den första I Ur och Skur förskolan. Idag finns det cirka 200 I Ur och Skur förskolor i Sverige. (Änggård, 2014).

Naturskolan

Naturskoleföreningen är en förening som har som uppgift att stimulera och stödja utvecklingen av utomhuspedagogik. Föreningen består av 90 naturskolor. De flesta naturskolorna är inte en vanlig skola med skolbyggnad och elever. De flesta naturskolorna är en organisation inom kommunen som arbetar för alla elever inom kommunen. Naturskolan hjälper förskolor och skolor att planera och arbetar med skolans egen närmiljö för att utveckla skolans verksamhet utomhus. Naturskolan anordnar fortbildningskurser för pedagoger och de ger stöd och råd åt skolor och förskolor som vill arbeta med utomhuspedagogik. Pedagogiken som naturskolan arbetar efter bygger på att eleven får göra egna upptäckter och skapa egna upplevelser. Det är i den här pedagogiken viktigt att sinnesintrycken är i fokus. Naturskolan menar att eleverna med hjälp av denna pedagogik blir mer engagerade och att de lättare kommer ihåg vad de har lärt

sig. Detta eftersom kunskapen blir konkret när den kopplas till verkliga situationer. (Naturskolans hemsida, 2018).

Naturförskolan Snusmumriken startades i Klågerup år 2007 som en ny avdelning till den kommunala förskolan Mumindalen. På naturförskolan arbetar de med naturen som utgångspunkt och spenderar den största delen av dagen utomhus. Förskollärarna som arbetar på snusmumriken har alla erfarenhet från andra förskolor med mer traditionell pedagogik sedan tidigare. Pedagogerna har erfarenhet att barnen på Snusmumriken tillgodogör sig större ämneskunskaper. Barnen är också mer drivande i att själva söka kunskap (Barr, Nettrup & Rosdahl, 2011).

Pedagogerna på Snusmumriken menar att utomhusmiljön har betydelse för hur barn leker. De säger att på en tillrättalagd förskolegård spelar lekredskap som spadar, cyklar och gungor en central roll i barnens lek. Det blir ofta bråk om redskapen vilket tar fokus från leken. Om barnen inte har tillgång till köpta redskap utmanas de istället att tänka och uppfinna lekredskap själva. Som att till exempel bygga en gungbräda genom att lägga en bräda över en stock (Barr, Nettrup & Rosdahl, 2011).

Möjligheter och hinder med utomhuspedagogik

I intervjuer med pedagoger som använder sig av utomhuspedagogik i examensarbetet *Utomhuspedagogik* vid Mälardalens högskola har man kommit fram till vilka möjligheter och hinder dessa pedagoger ser i sin verksamhet. Pedagogerna menar att möjligheterna är ökad social kompetens och bättre konflikthantering hos barnen. Barnen tillgodogör sig både praktiska och teoretiska kunskaper. Barnen är friskare och kan koncentrera sig bättre. Pedagogerna anser att hinder för att utöva utomhuspedagogiken är väderleken, barn som inte är klädda rätt, toalettbesök och planering och organisering (Lundberg & Lundin, 2007).

För att man ska kunna bibehålla ett kontinuerligt arbete med utomhuspedagogik menar Andersson (1999) att det är viktigt att skolledningen och cheferna är engagerade och ger stöd. En stor risk är annars att arbetet står och faller med enskilda pedagogers engagemang för utomhuspedagogik (Andersson, 1999). För att få pedagoger att vilja utöva utomhuspedagogik räcker det inte att utveckla bra utomhusmiljöer. Pedagogerna måste själva ha en vilja att undervisa med hjälp av utomhuspedagogik. Åkerblom (2005) menar att utbildning kan inspirera pedagoger till att vara mer utomhus och undervisa (Åkerblom, 2005). Den enskilde pedagogens inställning till utomhuspedagogik är avgörande för hur mycket utomhuspedagogik den kommer att använda sig av i sitt arbete. Utvecklingsarbetet på en förskola kommer nästan aldrig omfattas av alla på arbetsplatsen. Det kommer alltid att vara någon som är mer drivande än andra. Men det är viktigt att utvecklingsarbetet inte står och faller med enskilda pedagoger (Olsson, 2008). Därför är ledningens stöd viktigt.

Det som vuxna upplever som hinder för att vara utomhus kan för barnen tvärtom vara en möjlighet till en mer varierad lekmiljö (Mårtensson, 2004). Pedagogerna som blev intervjuade om utomhuspedagogik i examensarbetet *Utomhuspedagogik* nämnde väderleken som ett hinder (Lundberg & Lundin, 2007). Naturprocesser och väder bidrar till att utomhusmiljön är föränderlig. Vilket skapar nya lekmöjligheter för barnen. Snö, is, vatten torr eller blöt sand är några exempel på hur väderleken skapar fascinerade lekmiljöer för barn (Mårtensson, 2004).

Fördelar och nackdelar med att vistas mycket utomhus

Genom att vistas i naturen ökar både koncentrationen och uppmärksamheten. Vi blir piggare, lugnare och mindre konfliktbenägna än om vi till exempel hade vistats inomhus (Szczepanski, 2007). Man har genom närvarolistor kunnat utläsa att på I ur och skur förskolor, där barnen är ute hela dagarna är sjukfrånvaron lägre än inom den vanliga barnomsorgen (Friluftsförbundet hemsida, 2010). Söderström & Blennow (1998) har studerat skillnaden i sjukfrånvaro mellan barn som går på utpräglade utevistelseförskolor med barn som går på mer traditionella förskolor. De har kunnat se att barnen som vistas mycket utomhus har lägre sjukfrånvaro än de barn som spenderar mer tid inomhus. Söderström och Blennow menar att det kan bero på den minskade smittspridningen till följd av mindre trängsel. Men de menar också att en annan förklaring kan vara att utomhusmiljön skapar mindre stress för barnen.

Även på naturförskolan Snusmumriken har man observerat mindre sjukfrånvaro bland barnen som är utomhus mycket i jämförelse med de barn som går på andra avdelningar där man inte är utomhus lika mycket. Pedagogerna på Snusmumriken har också märkt att barnen på naturförskolan utvecklar sina motoriska förmågor och sin kondition i större utsträckning än tidigare barngrupper de jobbat med. Barnen på naturförskolan orkar gå längre sträckor och kan utföra fler aktiviteter som kräver en utvecklad motorik, så som att såga och spika (Barr, Nettrup & Rosdahl, 2011). När barn får arbeta praktiskt och undersökande stärks deras självförtroende. De får lära sig att lita på sina egna erfarenheter och sin egen förmåga och blir därför mer självständiga (Olsson, 2008). Om utomhusmiljön är av god kvalitet är barnen mer fysiskt aktiva och får på så vis mer motion (Mårtensson, 2009).

Hälsovinster av regelbunden fysisk aktivitet är ökad kondition, ökad muskelstyrka och förbättrad benhälsa. Man får positiva effekter på riskfaktorer för hjärt- och kärlsjukdomar. Fysisk aktivitet kan också förbättra självuppfattningen och motverka oro. Fysisk aktivitet under uppväxten har även positiva effekter på hälsan i vuxen ålder (Faskunger, 2008).

Nackdelar med att vistas mycket utomhus kan vara att väderleken vintertid försämrar barnens möjligheter till att träna finmotorik. På vintern är också möjligheterna att utföra skapande aktiviteter mindre utomhus. Små barn som håller på att utveckla sitt ordförråd behöver leksaker och föremål för att lära sig nya ord och för att göra sig förstådd. Om dessa föremål saknas utomhus skulle det kunna försvåra för barnens språkutveckling (Änggård, 2014).

Utformning av förskolans utomhusmiljö

Vad är en stimulerande utomhusmiljö för barn?

För att förstå vad som är en stimulerande utomhusmiljö för barn behöver man utgå från vad barn lär sig när de leker. När barn leker så tränar de sin fantasi vilket är viktigt eftersom fantasi är avgörande för att vi ska kunna komma på nya idéer och skapa nya uppfinningar. I leken lär sig barn också att kommunicera med andra människor. Barn tränar genom leken sin sociala kompetens. De lär sig att visa respekt för andra människor och utvecklar empati och medkänsla. Barn tränar genom leken både fysiska och mentala kunskaper (Knutsdotter Olofsson, 2009).

När barn undersöker och utforskar omvärlden är de väldigt aktiva och använder hela sin kropp och alla sina sinnen (Olsson et al. 2002). En stimulerande utomhusmiljö är en miljö där barnen kan använda sig av sin fantasi i leken. Det behöver också finnas utrymme för barnen att röra på sig och det behöver finnas platser där man kan gå undan och vara i lugn och ro. I en bra utomhusmiljö finns det olika typer av platser. Det gör att människor kan vistas där med hela sitt känsleregister (Grahn et al. 1997).

”Bra utemiljöer är miljöer där lusten, spänningen och nyfikenheten får spelrum, miljöer som stimulerar till nya utmaningar, lockar till lek och fysisk aktivitet. Miljöer som också tillåter barn och unga att skapa och utforma platser och aktiviteter på egna villkor.” (Boverket, 2015 s. 9)

Förskolans fysiska miljö bör inte vara statisk. Barnen ska kunna vara med och utforma miljön efter de behov de har för tillfället. Utifrån vad som intresserar dem för tillfället och vilken aktivitet de befinner sig i. Utformningen bör vara flexibel så att den kan förändras efter barnens önskemål och lekar (Björklid, 2005). Det är lättare att påbörja och hålla igång olika aktiviteter på plaster där det finns tillgång till mycket lösa naturmaterial så som vatten, sand, grenar och stenar. Även topografi och buskage har visat sig ha en stor betydelse för att stimulera barns lek och fantasi. Forskning visar att barn på naturrika och delvis kuperade gårdar rör sig 20 procent mer än barn på andra gårdar (Olsson, 2008).

När barn leker utomhus får den omgivande miljön vara med och styra lekens händelseförlopp. Det leder till att leken kan ta oförutsägbara riktningar. ”Det är sammanhang där det stundtals framstår som att omgivningen leker med barnen istället för tvärt om” (Mårtensson, 2004 s. 109).

Friyta för lek och utevistelse

Barn behöver utrymme för att leka och för att tillgodogöra sig fysisk aktivitet. År 2004 genomfördes en studie på elva olika förskolor med varierande utemiljö avseende storlek, terräng och vegetation. I studien räknade man 199 barns steg under tolv veckodagar. Studien genomfördes under månaderna maj och juni. Studien visade att de barn som hade tillgång till stora, kuperade ytor med mycket vegetation tog i snitt fyra steg mer i minuten än barn som inte hade tillgång till sådana miljöer. För ett barn som vistas sex till nio timmar per dag på förskolan skulle de innebära 1500-2000 fler steg på en dag (Boldemann et al. 2005).

Enligt 8 kap. 9§ i Plan- och bygglagen (SFS 2010:900) framkommer det att det ska finnas tillräckligt stor friyta på förskolans tomt eller i närheten av tomten som är lämplig för lek och utevistelse.

Boverket (2015 s. 12) definierar friyta för lek och utevistelse på följande sätt:

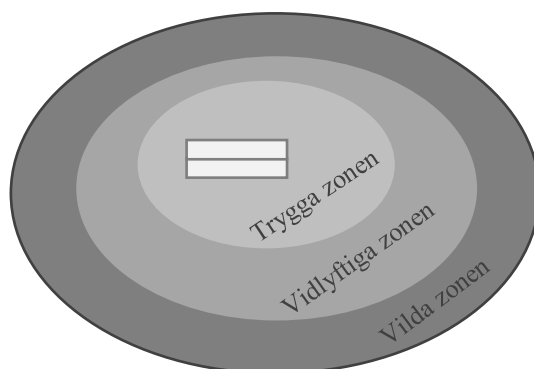
”den yta som barnen kan använda på egen hand vid sin utevistelse. En friyta är ytan som går att leka på och som är tillgänglig för barnen i huvudsak under skoltid men även i viss mån på fritiden. Förrådsbyggnader, bil- och cykelparkering samt ytor för lastning och lossning är otillgängliga för barn och ingår därmed inte i friytan för lek och utevistelse.”

Det finns alltså krav i Plan- och bygglagen på att det ska finnas tillräckligt stor friyta men det finns ingen definition på vad som är tillräckligt stor friyta. Enligt Boverket (2015) ska kommunen bedöma vad som anses vara en tillräckligt stor friyta. Boverket menar att en rimlig storlek på friytan är 40 kvadratmeter per barn och helst över 3000 kvadratmeter totalt. Friytan bör ligga i anslutning till byggnaden (Boverket, 2015).

Förskolegårdens olika delar

Zonindelning och karaktärer

Förskolegårdens utformning påverkar barnens möjlighet till lek. En förskolegård behöver innehålla plats för både lek och vila. Barn behöver vid behov kunna vila från leken och från sina kompisar. För att kunna vila behöver det finnas platser där man kan dra sig undan och vara själv. När barnet har vilat kan det komma tillbaka med ny kraft (Grahn, 2007). Barn behöver ha tillgång till olika lekmiljöer. När man utformar en förskolegård kan det därför vara bra att tänka utifrån tre olika zoner. Den trygga, den vidlyftiga och den vilda (Malmö, 2011). Mellan zonerna ska det helst inte finnas barriärer, eftersom dessa stoppar upp leken (Mårtensson, 2009).



Förskolegården bör delas in i olika zoner, den trygga-, den vidlyftiga och den vilda zonen. På så vis får gårdens olika delar olika karaktärer.

Den trygga zonen är den zon som ligger närmast byggnaden. Här bör det finnas samlingsplatser med bänkar och bord. Ett skärmtak förlänger säsongen och skapar möjligheter för barnen att sova, äta och ha skaparverkstad utomhus. Välklippt gräs och skötta rabatter. Odling och möjlighet till skapande aktiviteter. Här finns vuxna nära till hands. I zonen närmast förskolebyggnaden bör man kunna uppleva trygghet, lugn och ro (Malmö, 2011). Om det finns

mycket saker att greja med i den trygga zonen kan den fungera som en språngbräda mot det okända. Utomhusleken börjar med att barnet grejar med saker i sin omgivning. Det kan vara pinnar, sand, vatten och så vidare. Ifrån grejandet tar leken sedan fart (Mårtensson, 2009).

Den vidlyftiga zonen tar vid efter den trygga zonen. I den här zonen får lekar som behöver större utrymme plats. Det kan finnas möjlighet till klätterlek, gungor med mera. Här kan gräset vara högre och vegetationen inte lika pryddligt skött (Malmö, 2011).

Den vilda zonen bör ligga längst från byggnaden. Här bör det finnas mycket och vildvuxen vegetation och gärna terrängskillnader. Det bör finnas gott om buskage och löst naturmaterial i den vilda zonen. Den vilda zonen ska kännas som en annan värld och här ska barnen ha stora möjligheter att bygga kojor och skapa sina egna platser (Malmö, 2011). Vegetationen och topografin hjälper till att skapa rumslighet (Boverket, 2015).

Med stöd från de olika zonerna kan barnet steg för steg våga röra sig längre från den trygga zonen för att utforska omvärlden. Barnets rörelse mot det oupptäckta är en förutsättning för utomhusleken (Mårtensson, 2009). Det måste finnas möjlighet för barnet att skapa en balans mellan utmaning och trygghet (Grahn et al, 1997). För att utvecklas både motoriskt och mentalt så behöver barn genom leken göra olika risktagande. Genom att klättra, klänga hoppa och balansera så utforskar barnet höjder. När barnet springer, gungar eller cyklar så upplever det hög fart. För att utforska gränser för vad som är farligt kan barnet klättra, uppleva eld, is och vatten. Genom att tävla och brottas lär sig barnet att kämpa. För att få prova känslan av att vara ensam kan barnet gömma sig och dra sig undan (Boverket, 2015). Utomhusmiljön bör utformas så att dessa aktiviteter och risktagande kan äga rum.

Vegetation och topografi

Vegetation är ett viktigt element för att skapa rumslighet och varierande lekmiljöer på förskolegården. Vegetationen har en viktig funktion i att stimulera fantasilekar och kreativitet. Den inbjuder också till ett större utforskande från barnens sida. På en stor gård med mycket varierad växtlighet har barnen lättare för att växla mellan vilda och lugna lekar (Boverket, 2015). Vegetation på förskolegården är ett viktigt element för att barn ska kunna finna platser för lugn och ro när de behöver vila från leken och det sociala samspelet (Mårtensson, 2004). Genom vegetation och växtlighet får man sinnesintryck som är viktiga för återhämtning och vila (Boverket, 2015).

Växtlighet är viktigt för att skapa biologisk mångfald på förskolegården. Det blir möjligt att studera ekologiska samband, djur och växter. Växtligheten bidrar med löst naturmaterial så som pinnar, löv, kottar och frukter. Vilket kan användas i pedagogiska moment. Det lösa naturmaterialet utgör också en viktig del i barnens lek. Skogspartier på gården ger en speciellt stor variation (Boverket, 2015). Vegetationen har också en viktig funktion i att skapa lekmiljöer utomhus där barnen kan leka i skuggan och på så sätt skydda deras känsliga hud mot solen (Strålsäkerhetsmyndigheten, 2009).

Terrängskillnader är ett viktigt element på förskolegården då det stimulerar till rörelse och grovmotorisk utveckling. På vintern kan en backe också ge mervärde genom att den kan agera som pulkabacke (Boverket, 2015). Mårtensson (2004) menar att skillnader i terrängen sätter fart på leken och bidrar till att öka dramatiken i leken.

Lekutrustning

Lekredskap med en tydlig funktion skapar en mer förutsägbar lek. Och kan leda till konflikter i det sociala samspelet i leken eftersom det finns föreställningar om hur man ska leka för att leka på rätt sätt (Mårtensson, 2004). Naturmaterial som stockar stenar och stubbar är ofta mer utmanande för barns motorik än vad prefabricerade lekredskap är. Den här typen av naturmaterial kan användas till balans- och motorikbanor eller för klätterlekar. Prefabricerad lekutrustning är ett viktigt komplement till gårdens övriga utformning (Boverket, 2015).

Gungor som är utformade för att användas av flera barn samtidigt ökar det sociala samspelet mellan barnen. Placeringen av gungorna får också betydelse för hur leken kan utvecklas. Genom att placera gungorna avskilt och i närheten av vegetation kan gungorna utgöra en bra plats för samtal och vila. Och eftersom vegetation i större utsträckning stimulerar fantasilekar kan leken få ny fart och en oförutsägbar riktning (Mårtensson, 2004).

För rollekar har lekhus, utomhuskök och kojor en central plats. Genom rollekar tränar barn socialt samspel och språk. Löst material har en viktig funktion i rolleken (Malmö stad, 2011). Därför bör platser för rollekar anläggas i närheten av platser där löst material finns.

Odling

Ett trädgårdsland kan vara en viktig pedagogisk resurs på en förskolegård. För ett barn kan det vara en fantastisk upplevelse att se ett litet frö växa och bli till stora grönsaker, frukter och blommor. Genom odling får barnen lära sig att visa tålamod under tiden det växer och de lär sig att ta ansvar och att vårda. Trädgårdslandet erbjuder många möjligheter till inläring. Naturens kretslopp blir tydligt för barnen när de arbetar med odling och kompost (Åkerblom, 2005).



I trädgårdslandet får man smaka och lukta på goda grönsaker, frukter och bär. (Foto: Ann Ekström, 2009)

I trädgårdslandet arbetar man med hela kroppen och får utföra många arbetsuppgifter som tränar motorik och koordination. Man ska kunna bära och balansera en vattenkanna utan att spilla. Man ska kunna hantera en spade eller kratta och fördela små frön på rätt avstånd i raka rader. (Andersson, 1999).

En elev vid en grundskola i Västerås där man arbetat aktivt med skolträdgård under en längre tid sa i en intervju ”Man lär sig, utan att man märker det. Plötsligt känner man igen konstiga ord, och det är lättare att beskriva en växt, då man sett den från början”. En annan elev som gick på samma skola började med skolträdgård när han var åtta år. När han intervjuades tolv år senare sa han att han tycker att en skolträdgård bidrar både till miljökunskap och lusten att ta ansvar. Dessutom lär man sig hur man kan producera mat billigt genom att odla själv (Andersson, 1999). Odlingen kan också användas för att befästa andra kunskaper i olika ämnen. Man kan mäta, väga, göra diagram. Beskriva i text och bild och träna sin förmåga i planering.

Utomhusmiljöns föränderlighet

En viktig drivkraft för barn är att upptäcka och utforska sin egen omvärld. Det är så de lär sig och skapar sig erfarenheter. I en allt för strikt och planerad miljö som kanske är tilltalande för vuxnas ögon finns det inte plats för sådan aktivitet. Här är det redan bestämt vad som ska göras var. Man gungar här, åker rutschkana där. I en mer oplanerad miljö med mycket lösa material kan leken utvecklas. En sådan miljö är inte nödvändigtvis estetiskt tilltalande för vuxna men är stimulerande och utvecklande för barn (Mårtensson, 2004). Barnen har svårare att hitta på egna lekar och utveckla sin fantasi i en miljö som redan är planerad av vuxna. Barn behöver kunna vara med och påverka sin omgivning efter leken och aktiviteten som de för tillfället är en del av (Mårtensson, 2009).

En bra utemiljö är flexibel och tillåter barn att skapa sina egna platser och förändra gården efter aktivitetens behov (Björklid, 2005). En bra utemiljö stimulerar till nya utmaningar och lockar till fysisk aktivitet. Det är viktigt att gården har förutsättningar för att barnen ska kunna göra kalkylerade risker i leken som utvecklar deras motorik (Boverket, 2015).

KRITERIER FÖR EN GOD UTOMHUSMILJÖ FÖR BARN

Litteraturstudien har resulterat i åtta kriterier för en god utomhusmiljö för barn. Dessa listas i slutet av detta kapitel. Kriterierna används som ett analysredskap i exempelstudien, som följer i nästa kapitel. När kriterierna används som analysredskap måste de anpassas till den specifika platsen och sammanhanget man befinner sig i.

Genom litteraturstudien har jag kunnat se att förskolemiljön spelar en allt viktigare roll i barns vardag. Barn spenderar en stor del av sin dag på förskolan och har därför mindre möjlighet att vistas utomhus i sin hemmiljö. Utomhusmiljöer för barn i det offentliga rummet och barns rörelsefrihet minskar också vilket leder till att barns vardagliga utomhusvistelse i stor utsträckning sker på förskolans utegård (Boverket, 2015). Det är därför viktigt att den fysiska miljön på förskolan är utmanande och utvecklande för barnen.

En bra utemiljö för förskolebarn behöver vara av tillräckligt stor yta för att leken ska utvecklas väl. Men utemiljön behöver också ha vissa kvalitéer. Barn leker inte överallt oavsett hur det ser ut (Mårtensson, 2009). ”I en utemiljö med inslag av natur finns en mångfald som inspirerar till nya lekar” (Grahn et al. 1997).

Friytan på förskolan spelar inte bara en viktig roll för att leken ska stimuleras. Friytan är också avgörande för att barn ska få tillräckligt mycket fysisk aktivitet i deras vardag (Boverket, 2015). Det har i studier visat sig att barn som vistas på större gårdar i genomsnitt tar fler steg under en dag (Boldemann et al. 2005). Den fysiska aktiviteten är viktig för barns hälsa och välbefinnande (Faskunger, 2008). Den fysiska aktiviteten tillsammans med att vistas utomhus ökar dessutom koncentrationen, gör oss piggare och mindre konfliktbenägna (Szczepanski, 2007). Mycket utomhusvistelse leder också till minskad sjukfrånvaro (Söderström & Blennow, 1998).

Litteraturstudien visar att leken spelar en avgörande roll för barns lärande och utveckling. Barn utvecklar fysiska och mentala färdigheter genom leken. En god utomhusmiljö främjar såväl barnens lek som inläring och hälsa (Knutsdotter Olofsson, 2009).

En bra utemiljö är flexibel och tillåter barn att skapa sina egna platser och förändra gården efter aktivitetens behov (Björklid, 2005). En bra utemiljö stimulerar till nya utmaningar och lockar till fysisk aktivitet. Det är viktigt att gården har förutsättningar för att barnen ska kunna göra kalkylerade risker i leken som utvecklar deras motorik (Boverket, 2015).

Barn behöver olika typer av lekmiljöer. Det behöver finnas platser där man kan leka vilda lekar såväl som platser där man kan gå undan och vara i lugn och ro (Grahn et al. 1997). De olika lekmiljöerna kan delas upp i olika zoner där varje zon har olika karaktärer. Karaktärerna går från en trygg zon närmast förskolebygganden. Till en vildlyftig zon och slutar i en vild zon längst bort från byggnaden (Boverket, 2015) De olika karaktärerna hjälper barnet att våga utforska och upptäcka sin omvärld på egen hand (Mårtensson, 2009).

Särskilt viktiga element för att stimulera barns lek är friyta, naturlig vegetation och mycket löst naturmaterial (Boverket, 2015).

Kriterier för en god utomhusmiljö för barn

- Friyta för lek och utevistelse
- Zoner och karaktärsdrag
- Platser för både lek och lugn och ro
- Vegetation och topografi
- Lekutrustning
- Löst material och flexibilitet
- Odling
- Platser skyddade från sol, vind och regn

Tillsammans har dessa kriterier utgjort grunden och utgångspunkten för min exempelstudie, som följer i nästa kapitel. När kriterierna används som analysredskap måste de anpassas till den specifika platsen och kontexten som man befinner sig i.

EXEMPELSTUDIE

Exempelstudien utgår från de kriterier som har tagits fram som ett resultat av litteraturstudien om vad som kännetecknar en god utomhusmiljö för barn. Under platsbesöket gjordes observationer av hur barnen använder utomhusmiljön och hur de rör sig på gården. Det fördes också samtal om utomhusmiljön med några pedagoger och med förskolechefen. Samtalen skedde under informella former en och en och i små grupper. Resultatet av observationsstudierna redovisas i detta kapitel genom text, bilder och planer. Inledande en beskrivande del av gården och avslutningsvis en del om gårdens utvecklingspotential.

Exempelstudien genomfördes på Asarumsdalens förskola i Karlshamns kommun. Förskolan besöktes under en förmiddag i maj. Vädret var mulet, upplevdes något kallt och var lite blåsigt. Besöket gjordes på förmiddagen eftersom flest barn skulle tänkas vara utomhus då. Fotografierna på gården togs under en helgdag samma vecka som besöket genomfördes. Detta för att inga barn skulle vara med på fotografierna.

Asarumsdalens förskola

Asarumsdalens förskola ligger i Asarum som är en del av tätorten Karlshamn i Blekinge. Asarum är beläget strax utanför Karlshamns stadskärna och har drygt 7800 invånare (Karlshamn kommuns hemsida, 2019a). Förskolan ligger i anslutning till ett villaområde och en bit åkermark. I närheten finns också ett skogsområde.



Förskolans placering i det omgivande landskapet.
GSD-Ortofoto © Lantmäteriet.

Förskolan drivs i kommunal regi. Den byggdes år 2006 och består av en byggnad med sex avdelningar. Byggnaden är uppdelad i två kuber med tre avdelningar i varje kub (Karlshamn kommuns hemsida, 2019b). Mellan dessa kuber finns en gård som är omringad av byggnaden på tre sidor. Den här delen av gården är avskärmd med staket från resten av gården. På så sätt

är gården uppdelad i två olika gårdar. En stor gård och en liten gård. Detta möjliggör för barnen att vara åtskilda efter åldersgrupper. De yngre barnen vistas i huvudsak på den lilla gården och de äldre barnen på den större delen av gården. Uppdelningen av gården gör det också möjligt för personalen att ha barnen på en mindre yta när det är mindre barn och mindre personal på plats. Till exempel när det närmar sig stängning. Det skapar också en trygg känsla för de yngre barnen att gården är mindre. Lekturstningen är till viss del anpassad på de olika delarna av gården för olika åldersgrupper.

På Asarumsdalens förskola går cirka 100 barn i åldrarna ett till fem år. Tre avdelningar har yngre barn och tre avdelningar har äldre barn. När barnen vistas ute på gården bär de västar i olika färger som representerar de olika avdelningarna. Detta för att man lättare ska kunna se vilken avdelning barnen tillhör. Förskolans gård är stor och har varierande miljöer. Det finns mycket vegetation av olika karaktär. Det finns också en stor variation av markmaterial på förskolegården. Under en del lekturstning finns grus och under en del lekturstning gummi-asfalt. En stor del av den hårdgjorda ytan på gården består av plattsättning. Två olika betongplattor har använts för plattsättningen. Även asfalt finns att finna på gården i form av slingrande gångar runt gården. Gården har stora ytor med gräs. Det finns prefabricerad lekturstning.



Illustrationsplan över gårdens nuvarande utformning.

Friyta för lek och utevistelse

Friytan har beräknats med hjälp av Karlshamns kommuns digitala karttjänst (Karlshamn kommuns hemsida, 2019c). Uträkningen av friytan får ses som ungefärlig då det var svårt att med hjälp av karttjänsten göra en exakt mätning av gårdens yta. Gårdens totala friyta uppgår

till cirka 10 000 kvadratmeter. Fördelat på 100 barn blir friytan per barn cirka 100 kvadratmeter. I förhållande till Boverkets rekommendation om en friyta på 40 kvadratmeter per barn (Boverket, 2005) kan det anses vara en mycket god tilltagen friyta.

Pedagogerna uppskattar den stora gården men poängterar att det ibland kan vara problematiskt med en stor gård. En stor gård kräver att man är mycket personal som kan sprida ut sig över gården. Det kan vara svårt för pedagogerna att överblicka hela gården. På Asarumsdalens förskola får barnen oftast vistas fritt över hela gården. Det finns dock tillfällen då det är mindre personal på plats när pedagogerna måste begränsa ytan som barnen får röra sig på. Några pedagoger menar att det skulle vara skönt om man hade kunnat göra det med en fysisk avspärrning. Men eftersom man inte har möjlighet till det så löser man det genom att bestämma med barnen var det får och inte får vara. Ofta är det då skogspartiet som barnen inte får vara i. Pedagogerna upplever att det fungerar att bestämma det med barnen och att barnen för det mesta förstår gränserna trots att man inte kan spärra av områden på gården med en fysisk begränsning. För att begränsa ytan ytterligare använder man sig också av den lilla gården när det närmar sig stängning och man inte är så många barn och vuxna.

Zoner och karaktärsdrag

Gårdens storlek gör att det finns gott om varierande miljöer. Gårdens olika delar har olika karaktärer som representerar de tre olika zonerna. Den trygga, den vidlyftiga och den vilda zonen. Den trygga zonen återfinns närmast byggnaden och upplevs ganska liten. Här finns bänkbord som är placerade under byggnadens utskjutande hustak. På vissa platser finns markiser som kan användas som väderskydd. Det finns gott om bänkar och bord för lugnare aktiviteter. Gårdens storlek gör att det finns gott om platser för att dra sig undan och vila i lugn och ro om man behöver. Även utanför den trygga zonen finns det platser där man kan vistas i lugn och ro. Det går att hitta avskärmade platser eftersom det finns gott om vegetation. Det finns också bänkar utspridda över gården.



Zonernas placering på gården. GSD-Ortofoto © Lantmäteriet.

Den trygga och vidlyftiga zonen går tätt ihop. Vilket gör att det inte upplevs som ett problem att den trygga zonen är ganska liten. Den vidlyftiga zonen består av prefabricerad lekutrustning som gungor, klätterställningar med rutschkanor, sandlådor. Men också öppna gräsytor och vindlande hårdgjorda gångar. Där barnen cyklar och springer. Det finns fotbollsmål och basketplan. I den vidlyftiga zonen finns det en del lekvänlig vegetation som inbjuder till mindre kojbyggen. Vegetationen gör också att man kan hitta platser för lite avskildhet. Och så erbjuder den skugga från solen.

Gården har en stor vild zon som består av ett mindre skogsparti. Den här zonen finns längst från byggnaden och ligger i en sluttning. Här finns välvuxen och tät vegetation. Den finns stenpartier och stockar att balansera på. Det finns täta och stora buskage att bygga kojor i och träd att klättra i. I den vilda zonen befinner man sig utanför synhåll från den trygga zonen men man kan ändå skymta gården och byggnaden genom vegetationen.

Under observationen uppehåller sig de flesta barnen största delen av tiden i den vidlyftiga zonen. Några barn leker tillsammans i den trygga zonen och några barn sitter ner och samtalar i den trygga zonen. Allt eftersom tiden går sprider barnen ut sig mer och mer över gården. Några barn leker i den vilda zonen och de rör sig hela tiden fram och tillbaka mellan den vidlyftiga och den vilda zonen.

Pedagogerna uppskattar att gården innehåller både tillrättalagd miljö men också miljöer där barnen kan använda sin fantasi mer. I skogspartiet kan barnen träna motorik och de kan titta på växter och djur. Den ger också stora möjligheter för barnen att utforska och upptäcka.



Den trygga och den vidlyftiga zonen går tätt ihop.



På Asarumsdalen har den vidlyftiga zonen mycket prefabricerad lekutrustning.



Skogspartiet i den vilda zonen.



Buskage som bjuder in till kojbyggen i den vilda zonen.

Platser för både lek och lugn och ro

En pedagog berättar att hon upplever att barnen leker friar utomhus. De kan springa och vara högljudda vilket dom inte får lov att vara inomhus. Barnen leker både själv och i grupp. Pedagogen upplever att barnen leker i ungefär samma konstellationer som inomhus. De leker oftast med de kompisarna som går på samma avdelning som de själva. En del leker även med barn från andra avdelningar eller med sina syskon som går på en annan avdelning.

Pedagogerna upplever inte att det är någon speciell plats dit barnen går för att vara i lugn och ro. Men de säger att det finns större möjlighet för det utomhus än vad det finns inomhus eftersom det finns större ytor utomhus.

De menar att barnen mer leker ensamma om de vill vila från andra barn och de kan barnen gör lite var stans på gården.

De menar att ett barn som till exempel gungar, cyklar eller gräver själv mycket väl kan få en mental vila även om barnet inte fysiskt vilar. Barnet kan i aktiviteten känna att det får vara i fred. Förskolechefen har uppmärksammat att barnen ibland kommer två och två och leker på baksidan av huset där det är mycket mindre barn och en lugnare miljö. Där finns bland annat en berså med bänkar där man kan sitta ifred och lite avskärmat.

Vegetation och topografi

Gården har mycket vegetation. Det finns ett skogsparti på gården med tät och välvuxen vegetation. Det finns blandat solitärträd och buskage. Lekvänlig vegetation finns både i den vilda och vidlyftiga zonen. Man kan se tydliga spår av upptrampade stigar från barnens lek bland buskagen. Den lilla gården har viss vegetation, mest mindre solitärträd. I princip ingen lekvänlig vegetation.

Gården har höjdskillnader. Framför allt i den vilda zonen återfinns höjdskillnaderna men även i den vidlyftiga zonen. Skogspartiet ligger uppför en sluttning. I ett parti av gården med gräsytor som gränsar mellan den vidlyftiga och den vilda zonen finns också terrängskillnader. Detta området består av backar med gräs. Ett stort kastanjetråd och stora stenar. Gräsbacken agerar en bra pulkabacke på vintern.



Terrängskillnader och ett populärt kastanjetråd att leka vid.



I den vidlyftiga zonen finns små buskage som man kan leka i.

Lekutrustning

Gården har mycket olika lekredskap. De flesta lekredskapen är placerade i den vidlyftiga zonen. Och till största delen är lekredskapen prefabricerade. Det finns lekutrustning som är anpassad för olika åldersgrupper. Det finns gungor på tre olika platser. Totalt finns det på gården två bebisgungor, fem vanliga gungor och en kompisgunga.

Det finns två fotbollsmål på en av gräsyrtorna och en liten basketplan med en basketkorg på en annan del av gården. Det finns sandlådor både på den lilla och den stora gården. Två olika lekborgar finns på gården. Med klätterställningar och rutschkanor. En på den lila gården och en på den stora gården.

Det finns också lekhus. Utomhuskök under tak. Det finns egenhändigt snickrade bilar och hästar med tillhörande stall.

Trots att gården har två bebisgungor, fem vanliga gungor och en kompisgunga. Utrycker personalen behov av fler gungor. Man menar att antalet gungor inte är tillfredställande för det antalet barn som ska dela på dem. Många barn gillar att gunga och under min observation kan jag se att gungorna i princip är upptagna hela tiden. Man har på gården även tillgång till att plocka fram cyklar.

När jag frågar pedagogerna vad som är de mest populära lekarna utomhus. Nämner de att cykla och gunga. Det finns ett stort flerstämmigt kastanjetråd i utkanten av gården. En pedagog berättar att det är populärt att leka på just den platsen. Trädet ligger i en sluttning i den vidlyftiga zonen. Pedagoger berättar att barnen klättrar, tränar motorik och även leker rollekar på den platsen.

En pedagog berättar att även om barnen uppskattar att cykla begränsar pedagogerna ibland tillgången till cyklar då det kan bli för mycket fokus på cyklarna. När barnen först kommer ut är det intensiv aktivitet kring cyklarna. Men efterhand så avtar aktiviteten kring cyklarna något. Vid samtal om detta med en pedagog menar hon att barnen känner en trygghet kring cyklarna och att cyklarna ofta kan fungera som en språngbräda till annan lek. Om man kan hjälpa barnen att rikta leken med cyklarna skulle det kunna ge ett större värde. Till exempel att träna på att backa eller träna trafikregler.

På den lilla gården vill pedagogerna ta bort lekborgen eftersom den är för stor för de yngre barnen. Eventuellt ska den ersättas med en mindre som är bättre anpassad för de yngre barnen. Pedagogerna skulle gärna se att det fanns gungor på den lilla gården. Eller att det fanns gungor som låg i anslutning till den lilla gården så att det skulle vara möjligt att gå direkt från den lila gården till gungorna.

Löst material och flexibilitet

I den trygga och vidlyftiga delen av gården är utformningen inte så flexibel och barnen har inte så stor möjlighet att skapa egna lekmiljöer. Gården har en statisk och tillrättalagd utformning. Till stor del då det finns mycket prefabricerad lekutrustning som är statisk. Det finns inte mycket löst material att leka med i den trygga och vidlyftiga zonen.

Under besöket berättar personalen att man upplever viss problematik med skadegörelse på gården. Fimpar, krossat glass och hundbajs. På grund av risk för skadegörelse väljer man att inte ha löst material i närheten av byggnaden. För att man ser en risk för att det kan användas för att till exempel krossa fönsterrutor eller starta bränder. Jag får under samtalen också kommentarer kring att det finns många regler och riktlinjer att förhålla sig till när det gäller gårdens utformning. Om man har byggt egna lekredskap. Vem är då ansvarig om barnen skadar sig på lekutrustningen eller om något material är giftigt. När man har prefabricerad utrustning vet man att de uppfyller de satta säkerhetskraven.

Odling

Det finns inga ytor för odling på gården. Det finns inte heller träd eller buskar med ätbara frukter eller bär.

Platser skyddade från sol, vind och regn

Träden och buskagen bidrar till att det finns mycket skugga på gården. Framför allt under de vegeterande årstiderna. Det finns dock ganska tät vegetation som kan erbjuda skugga även vintertid. Byggnaden erbjuder också skugga. Dels huskroppen i sig men även att den har utskjutande tak. Det finns också markiser på olika platser runt om byggnaden och på någon av förrådsbyggnaderna. Det finns även förrådsbyggnader med utskjutande tak som man kan leka under.

På den lilla gården finns nästan ingen möjlighet till skugga från vegetation. Där finns dock möjlighet att spänna upp en segelduk över sandlådan. Och det finns markiser och till viss del skugga från byggnaden under vissa delar av dagen.

Eftersom den lilla gården är omgärdad av byggnaden på tre sidor. Blir det en vindskyddad plats på den lilla gården mellan huskropparna. Eftersom gården sträcker sig runt byggnaden kan byggnaden erbjuda vindskydd i olika väderstreck beroende på vindens riktning. Den täta vegetationen i skogspartiet skapar också vindskyddade platser. På frågan om gården upplevs som vindutsatt säger pedagogerna att den inte gör det.

Gårdens utvecklingspotential

Gården har flera stora styrkor så som den stora friytan, terrängskillnaderna och den stora vilda zonen. Med små och enkla medel skulle man kunna tillföra gården flera nya funktioner för att uppfylla alla kriterierna för en god utomhusmiljö för barn som exempelstudien utgår ifrån. Det finns en stor variation av olika lekmiljöer på gården. De stora ytorna gör det också möjligt att skapa ytterligare lekmiljöer. Och att blanda den prefabricerade lekutrustningen med material av naturlig karaktär och med mer löst material. Det skulle erbjuda barnen en större möjlighet till en flexibel utomhusmiljö där de kan skapa egna lekmiljöer efter lekens behov.

Trots det stora skogspartiet på gården upplevs det som att gården inte har så mycket löst naturmaterial. Framför allt inte i den trygga och vidlyfta zonen. I den trygga och vidlyftiga delen av gården upplevs gestaltningen något statisk och oflexibel. Den delen av gården känns

tillrättalagd, prydlig och välstädd. Det är en gård som är estetiskt tilltalande för vuxna. Men som skulle kunna tillföras värden av att vara mer flexibel och stökig. Utvecklingspotential skulle vara att ge barnen större utrymme att förändra och utforma gården efter de behov de har i den lek de för tillfället befinner sig i. Det skulle kunna göras med mer lösa material som barnen kan flytta runt och skapa egna miljöer av.

En styrka med gården är att det finns möjlighet att dela upp gården i två delar. Den lilla gården har dock stor utvecklingspotential. Den saknar många av de kvalitéer som den stora gården har. Den lilla gården består till största del av hårdgjorda markmaterial och det finns lite vegetation på den här delen av gården. Den lilla gården skulle kunna utvecklas genom att byta ut en del av de hårdgjorda ytorna mot genomsläppliga ytor och att plantera mer vegetation. Det skulle ge en mjukare känsla på den här delen av gården. Det skulle också erbjuda barnen som vistas på den delen av gården mer varierande lekmiljöer och mer skugga. Det innebär mindre hälsorisker i form av solexponering. Det gör också att det blir mer behagligt och enklare att vistas mycket utomhus.

Vid samtal med pedagogerna så framkom önskemål om motorikbanor. Genom lösa material kan barnen själv konstruera motorikbanor som sedan kan byggas om hur många gånger som helst. Det erbjuder konstruktionslek och stimulerar problemlösning och kreativitet. Det lösa materialet kan användas på många sätt. Istället för mer prefabricerade gungor som personalen önskade skulle man kunna erbjuda barnen material för att skapa egna gungbrädor. Det skulle förutom att erbjuda barnen möjlighet att gunga ge barnen möjlighet att träna på konstruktion och lära sig om naturkrafter. Det lösa materialet kan också användas för att bygga kojor, bord och stolar. Barnen får använda sin fantasi och träna skapande. Genom att ha flyttbara vägskyltar kan barnen träna på trafikregler samtidigt som de kan bygga upp sin egna lilla stad. Att kunna träna trafikregler var också ett önskemål som fanns för att koppla med cyklarna.



Med en gungbräda kan man förutom att gunga lära sig om naturkrafter. Och gungbrädan kan placeras där leken finns.



Med lösa material kan man bygga egna motorikbanor. De kan dessutom byggas om ändras efter behov.



Med lösa material kan man bygga egna städer och med flyttbara vägskyltar kan man träna trafikregler.

Mårtensson (2009) menar att det är viktigt att det finns mycket löst material att greja med i den trygga zonen för att det ska kunna fungera som en språngbräda och för att leken ska ta fart. På Asarumsdalens förskola finns det inte mycket löst material i den trygga zonen. Genom att utveckla den trygga zonen kan barnen få en plats att känna större trygghet i för att sedan förflytta leken vidare till den vidlyftiga och vilda zonen. Pedagogerna menar att cyklarna fungerar som en språngbräda på deras gård. Genom att tillföra andra lekredskap eller lösa material i den trygga zonen att använda som en språngbräda kan man få en mer varierad och oförutsägbar lek.



Bygghörna utomhus



Om man har en målarateljé utomhus är det lätt enkelt att skapa även utomhus.

På Asarumsdalens förskola har man inga odlingsmöjligheter. Genom att tillföra odlingslådor, kompost och växter med ätbara frukter och bär kan man tillföra stora pedagogiska värden. Platser där utomhuspedagogik skulle kunna användas i stor utsträckning.

DISKUSSION

Återkoppling till syfte, mål och frågeställningar

Syftet med det här arbetet har varit att undersöka på vilka sätt utomhusvistelse är bra för barns utveckling. Samt att ta reda på vilka skillnader som finns mellan utomhus- och inomhuslek och hur man kan använda detta i pedagogisk verksamhet. Målet har varit att undersöka vad som kännetecknar en bra och stimulerande utomhusmiljö för barn. Och hur man som landskapsarkitekt kan utforma bra och stimulerande utomhusmiljöer för barn i förskolans verksamhet.

Utifrån syfte och mål formulerades fyra frågeställningar. Under arbetets gång har det visat sig att frågeställningen *"Vad är utomhuspedagogik?"* inte har fått en så central roll i arbetet som jag först trodde att den skulle få. Detta eftersom arbetet fokuserar kring utformningen av förskolans utomhusmiljö och inte pedagogiken i sig. Men teorin kring utomhuspedagogik är viktig som en grund för förståelsen för det pedagogiska arbetet som ska bedrivas på förskolegården. Den förståelsen är viktig för att kunna planera och utforma utomhusmiljöer som stimulerar barn till lek, lärande och fysisk aktivitet. Utomhuspedagogik bygger på att skapa sig egna erfarenheter genom platsrelaterade upplevelser utomhus. Utomhuspedagogik är tillämbart i alla åldrar, anpassat efter åldersgruppens kunskapsnivå.

Ytterligare två frågeställningar som kretsar kring att öka förståelsen kring utemiljöns påverkan på barnen och på det pedagogiska arbetet har varit *"Vilka skillnader finns mellan utomhus- och inomhuslek?"* samt *"Vilka fördelar och nackdelar finns för barn som vistas mycket utomhus?"* Genom litteraturstudien har jag kunnat konstatera att det finns skillnader mellan leken utomhus och leken inomhus. Leken utomhus är ofta friare, och händelseförloppet i leken styrs inte bara av barnen själva utan också av naturens processer. Inomhus är leken mer fokuserad och ofta mer organiserad av vuxna. Litteraturen i den här litteraturstudien pekar också på att det finns många hälsofrämjande aspekter med att vistas mycket utomhus. Utomhusvistelsen kan också leda till bättre koncentrationsförmåga och bättre inlärningsförmåga. Nackdelar med att vistas mycket utomhus har visats sig kunna vara sämre förutsättningar att träna finmotorik och språkutveckling. Det har inte funnits mycket litteratur som belyser nackdelar med att vistas mycket utomhus.

Den sista frågeställningen *"Vad kännetecknar en bra utomhusmiljö för barn?"* är den frågeställning i arbetet som har störst betydelse för landskapsarkitektens yrkesroll. En bra utomhusmiljö ska locka barnen till lek och fysiskaktivitet. Genom litteraturstudien har jag kunnat konstatera olika kriterier som verkar särskilt viktiga för barns utomhusmiljö. Dessa är en tillräckligt stor friyta för barnen att vistas på. I utemiljön bör det också finnas olika lekmiljöer som kan delas upp i olika zoner med olika karaktärer. De olika karaktärerna på zonerna hjälper barnet att våga utforska och upptäcka sin omvärld på egen hand. Det bör finnas platser för både lek och lugn och ro. Vegetation och topografiskillnader. Lekutrustning och odlingsmöjligheter. Platser som är skyddade från sol, vind och regn. Utemiljön bör också vara flexibel och innehålla mycket löst material. De måste också vara möjligt för barnen att påverka och förändra deras utemiljö efter lekens behov.

De olika kriterierna kan tänkas ha olika stor betydelse för att skapa en god utomhusmiljö för barn. Jag har kunnat observera en stor samstämmighet i litteraturen kring att utemiljön bör ha

en tillräckligt stor friyta, vara flexibel och föränderlig och ha mycket lösa material. Samt att den bör ha vegetation och topografiskillnader. Dessa kriterier verkar vara extra viktiga för att driva leken framåt och för att stimulera fysisk aktivitet. Lekutrustning är troligen inte ett av de viktigaste kriterierna för utomhusmiljön på förskolan. Detta eftersom barn, om de får tillgång till bra utomhusmiljöer använder sin fantasi och skapar egna lekmiljöer. Lekutrustning kan dock utgöra ett komplement som kan ge många mervärden. Odling verkar inte heller vara ett av viktigaste kriterierna för utomhusmiljön på förskolan. Men möjligheten till odling kan ge gården flera pedagogiska värden.

En viktig lärdom från litteraturstudien är att leken utomhus inte bara styrs av barnen själva utan att leken också påverkas och styrs av naturens processer. Vilket gör leken utomhus mer oförutsägbar (Mårtensson, 2004). Det innebär att utformningen av förskolans utomhusmiljö måste tillåta naturen och dess processer att vara närvarande i utformningen. En allt för statisk och tillrättalagd utformning tillåter inte naturen att vara närvarande fullt ut. En förskolegård måste tillåtas att vara stökig och kanske till och med upplevas som något skräpigt. En del av naturens processer som regn och snö går inte att bygga bort i utformningen eller ta bort genom skötsel. Men löv, grenar, kottar och annat naturmaterial som skulle vara möjligt att städas bort bör istället få finnas kvar och vara tillgängligt för barnen att leka med. Regnvattens närvaro skulle möjligen kunna förstärkas genom ansamlingar så att barnen kan leka och plaska med vattnet.

Reflektioner från exempelstudien

Exempelstudien utfördes för att testa kriterierna för en god utomhus miljö för barn som var ett resultat av litteraturstudien. Genom exempelstudien kunde teorin från litteraturstudien anknytas till en verklig situation. På Asarumsdalens förskola där exempelstudien genomfördes fanns många av kriterierna representerade. Men en del av dem saknades helt eller delvis. Utemiljön på Asarumsdalens förskola har många värden. Framför allt den stora friytan, den stora vilda zonen. Mycket vegetation och terrängskillnader. Möjligheter för odling och kompost saknades dock helt. Lösa material och möjlighet till flexibilitet saknades delvis både på den stora och lilla gården. På den lilla gården saknades till viss del ordentliga skuggmöjlighet och lekvänlig vegetation. Eftersom gården är uppdelad i två delar får alla barn inte ta del av gårdens variation i samma utsträckning. Att avgränsa en förskolegård kan vara nödvändigt för att den pedagogiska verksamheten ska fungera. Det kan också vara en förutsättning för att utomhusmiljön ska vara säker och kännas trygg. Men avgränsningar kan också stoppa upp lekens händelseförlopp och begränsa barns rörelsefrihet. När man skapar avgränsningar på gården bör man därför noga beakta vad man vinner och förlorar på en sådan avgränsning.

När jag har använt mig av kriterierna för en god utomhus miljö för barn som analysredskap har jag observerat att kriterierna är sammanflätade med varandra. De olika kriterierna möjliggör varandra och ger mervärde till varandra. Samtidigt är inte alla kriterier applicerbara i alla utemiljöer. Det är viktigt att man inte bara anpassar kriterierna till platsen när man använder dem som analysredskap utan att man också ser att kriterierna är beroende av varandra. En tillräckligt stor friyta möjliggör för de andra kriterierna att få utrymme. Och blir på så vis en grundpelare för att de andra kriterierna ska kunna finnas. Vegetation är till exempel en viktig del för att skapa platser för lek så som till exempel kojbyggen. Miljöer som är spännande att utforska och upptäcka. Men vegetation är också en viktig aspekt för skugga och vindskydd. Vegetation skapar också rumslighet och avskärmade platser för både lek och lugn och ro. Prefabricerad lekutrustning kan bidra till mindre flexibla lekmiljöer. Men prefabricerad

lekutrustning är inte ett hinder för att det också ska kunna finnas löst material och flexibilitet. Olika typer av lekredskap kompletterar varandra. Det är då viktigt att lekutrustningen är placerad på ett sådant sätt att de samverkar med omgivningen och de andra kriterierna för en god utomhusmiljö för barn. Då kan leken snabbt växla mellan olika platser och sinnesstämningar.

Jag har också kunnat observera att det som skulle kunna vara ett problem för pedagogerna inte nödvändigtvis behöver vara ett problem för barnen. Det som är ett problem för pedagogerna kan ha ett stort värde för barnen. Den stora friytan på gården kan vara ett problem för pedagogerna då det är svårt för dem att överblicka hela gården. Men för barnen är det ett värde att kunna upptäcka och utforska stora ytor och att få vara i fred. Ur barnets säkerhetsperspektiv skulle det dock kunna vara ett problem om pedagogerna inte har god överblick.

En sista reflektion från exempelstudien är vikten av samarbete mellan olika yrkesgrupper. Som landskapsarkitekt och den som utformar utomhusmiljön är det viktigt att ha ett samarbete och en dialog med pedagogerna som ska använda utomhusmiljön i sitt arbete. Det är även viktigt att samarbeta med de som ska sköta om utomhusmiljön för att kunna få ett så gott slutresultat som möjligt.

Metoddiskussion

Det har funnits mycket litteratur inom ämnet att tillgå. Litteraturen inom studien har till stor del varit samstämmig. Vilket har gjort det svårt att problematisera och hitta olika ingångsvinklar till ämnet. Litteraturstudien är baserad på svensk litteratur vilket möjligen kan bidra till samstämmigheten.

Exempelstudien är baserad på en observation och på samtal med pedagoger. Det är en tolkning av en specifik situation utifrån de förutsättningar som rådde under tillfället för observationen. Observationen i exempelstudien gjordes under ett tillfälle vilket ger en begränsad bild. Många olika faktorer skulle kunna spela in för att ge en annan upplevelse av gården. Till exempel årstidsvariationer, väder, vilka barn och pedagoger som var ute på gården just den dagen. Vid fortsatta studier skulle det därför vara intressant att göra en mer kvantitativ studie. Pedagogerna som medverkade vid samtalen blev slumpvis utvalda utifrån vem jag mötte på gården under min observation. Samtalen med pedagogerna skedde med kriterierna som utgångspunkt och utifrån vilka situationer och platser vi befann oss i. Alla pedagoger fick därför inte samma frågor. Om denna delen av studien hade varit mer omfattande hade man kunnat få ytterligare diversifierat svar.

Möjliga fortsatta studier

En viktig faktor vid utformning av förskolegårdar är friytan. Jag har under arbetets gång observerat att friytan varierar stort mellan olika förskolor. Det skulle därför vara intressant att göra en jämförelse av förskolegårdar med olika stora friytor. Vilka skillnader som finns mellan dessa förskolegårdar. Leker barnen på olika sätt, rör de sig olika mycket. Är gårdarna utformade på olika sätt beroende på hur stor friyta de har. Det hade också varit intressant att göra en jämförelse mellan förskolegårdar som har mycket prefabricerad lekutrustning med förskolegårdar som inte har prefabricerad lekutrustning. Man skulle då kunna undersöka på vilket sätt lekutrustningen påverkar hur barnen leker och hur de rör sig på gården.

KÄLLFÖRTECKNING

Andersson, Maud & von Bothmer, Stefan & Åkerblom, Petter (1999) *Tio år med skolträdgård*, Malmö, Movium

Barr, Anette; Nettrup, Annica & Rosdahl, Anna (2011) *Naturförskola – lärande för hållbarutveckling*, Stockholm, Lärarförbundets förlag

Björklid, Pia (2005) *Lärande och fysisk miljö – En kunskapsöversikt om samspelet mellan lärande och fysisk miljö i förskola och skola*, Kalmar, Myndigheten för skolutveckling

Boldemann, Cecilia; Dal, Henrik; Blennow, Margareta; Wester, Ulf; Mårtensson, Fredrika; Raustorp, Anders; Yuen, Katarina (2005) *Förskolemiljöer och barns hälsa SCAMPER. Rapport från Centrum för folkhälsa, Avdelningen för folkhälsoarbete, Stockholms läns landsting.*

Boverket (2015) *Gör plats för barn och unga! En vägledning för planering, utformning och förvaltning av skolans och förskolans utemiljö*, Karlskrona, Boverket och Movium

Faskunger, Johan (2008) *Barns miljöer för fysisk aktivitet – samhällsplanering för ökad fysisk aktivitet och rörelsefrihet hos barn och unga*, Östersund, Statens folkhälsoinstitut

Friluftsförbundets hemsida (2010), *Lära för livet* [online], tillgänglig via http://www.friluftsförbundet.se/i_skolan/laraforlivet;jsessionid=2E1309E79D064991B5402B11C9A8A3BF [2010-03-08]

Grahn, Patrik & Mårtensson, Fredrika & Lindblad, Bodil & Nilsson, Paula & Ekman, Anna (1997) *Ute på dagis*, Hässleholm, Movium

Grahn, Patrik (2007), *Barnet och naturen*, i : Dahlgren, Lars-Owe med flera (2007) *Utomhuspedagogik som kunskapskälla. Närmiljö blir lärmiljö*; Lund, Studentlitteratur

Karlshamn kommuns hemsida (2019a), *Asarum* [online], tillgänglig via <https://www.karlshamn.se/kommun-och-politik/kommunfakta/om-karlshamn-och-kommunens-orter/asarum/> [2019-05-01]

Karlshamn kommuns hemsida (2019b), *Asarumdalens förskola* [online], tillgänglig via <https://www.karlshamn.se/kontaktkort/asarumsdalens-forskola-2/> [2019-05-01]

Karlshamn kommuns hemsida (2019c), *Digital karttjänst om detaljplaner* [online], tillgänglig via <https://mapweb.karlshamn.se/mapguide/fusion/templates/mapguide/gsViewer/index.html?applicationdefinition=Library://Detaljplanekarta.ApplicationDefinition&locale=en> [2019-05-18]

Knutsdotter Olofsson, Birgitta, (2009), *Vad lär barn när de leker*, i : Jensen, Mikael & Harvard, Åsa (2009) *Leka för att lära. Utveckling, kognition och kultur*; Lund, Studentlitteratur, sid 75-92

Linköpings universitets hemsida (2018), *Nationellt centrum för utomhuspedagogik* [online], tillgänglig via <https://old.liu.se/ikk/ncu?l=sv> [2018-06-27]

Lundberg, Malin; Lundin, Pernilla (2007), *Utomhuspedagogik* [online], tillgänglig via <http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:mdh:diva-320> [2010-03-14]

Malmö stad (2011). *Utemiljö vid förskolor i Malmö - ett verktyg för planering, utformning och bygglovgranskning*. [online], tillgänglig via <http://malmo.se/download/18.723670df13bb7e8db1b8e7f/1383643930239/Utemiljö+vid+förskolor+i+Malmö+dec+2011.pdf> [2018-08-12]

Mårtensson, Fredrika (2004). *Landskapet i leken: En studie av utomhuslek på förskolegården*. Doktorsavhandling. Alnarp, Sveriges lantbruksuniversitet.

Mårtensson, Fredrika (2009) Lek i verklighetens utmarker, i : Jensen, Mikael & Harvard, Åsa Red. (2009) *Leka för att lära – Utveckling, kognition och kultur*; Lund, Studentlitteratur

Naturskolans hemsida (2018), *Naturskolan* [online], tillgänglig via <http://www.naturskola.se/> [2018-06-26]

Olsson, Titti m fl (2002), *Skolgården som klassrum. Året runt på Coombes School*, Alnarp, Movium

Olsson, Titti (2008), *Varför sjunker inte äpplet? Om utomhuspedagogik i Lunds kommun*, Kristianstad, Lunds kommun och Movium

SFS 2010:900. Plan- och bygglagen. Stockholm: Justitiedepartementet

Skolverket (2013) *Föräldrars val och inställning till förskola och fritidshem* [online], tillgänglig via https://www.skolverket.se/sitevision/proxy/publikationer/svid12_5dfee44715d35a5cdfa2899/55935574/wtpub/ws/skolbok/wpubext/trycksak/Blob/pdf3067.pdf?k=3067 [2018-08-07]

Skolverket (2016), *Läroplan för förskolan. Lpfö 98, reviderad 2016* [online], tillgänglig via https://www.skolverket.se/sitevision/proxy/publikationer/svid12_5dfee44715d35a5cdfa2899/55935574/wtpub/ws/skolbok/wpubext/trycksak/Blob/pdf2442.pdf;jsessionid=70371559BF643F196099CCD0C1E90BD4?k=2442 [2018-06-26]

Skolverket (2018), *Statistik* [online], tillgänglig via <https://www.skolverket.se/skolutveckling/statistik> [2018-06-26]

Strålsäkerhetsmyndigheten (2009). *Solskyddsfaktorer - Sju tips för säkrare lekplatser och friskare barn*. Stockholm: Strålsäkerhetsmyndigheten. [online] tillgänglig via <https://www.stralsakerhetsmyndigheten.se/contentassets/ad202255f5dc4f35bfc576ca8b21c8fc/solskyddsfaktorer--sju-tips-for-sakrare-lekplatser-och-friskare-barn> [2019-05-26]

Szczepanski, Anders (2007), Uterummet – ett mäktigt klassrum med många lärmiljöer, i : Dahlgren, Lars-Owe med flera (2007) *Utomhuspedagogik som kunskapskälla. Närmiljö blir lärmiljö*; Lund, Studentlitteratur

Söderström, Margareta & Blennow, Margareta (1998), *Barn på utedagis hade lägre sjukfrånvaro*. Läkartidningen, vol. 95 (15), ss. 1670-1672. [online], tillgänglig via <http://lakartidningen.se/OldPdfFiles/1998/17437.pdf> [2018-08-08]

Åkerblom, Petter (2005), Med himlen som tak, *Gröna fakta*, nr 8, Alnarp, Movium

Änggård, Eva (2014), *Ett år i ur och skur – utomhuspedagogik i förskolan*, Lund, Studentlitteratur

Bilder

Om inget annat anges är fotografierna tagna av författaren Linn Ekström (2019)

Samtliga illustrationer är gjorda av författaren Linn Ekström (2019)
GSD-Ortofoto från © Lantmäteriet. Har använts som underlag.