

De 0-3 årige i naturen året rundt

Alsidig personlig udvikling

Allerede som helt små kan vi erfare og opleve samspillet med naturen. Mødet med dyr, planter, vand, jord og naturens spisekammer giver vigtige erfaringer i vores første leveår. De fleste små børn har en umiddelbar glæde ved at færdes ude og sanse naturen.

Naturen har en dragende effekt på de mindste, og det er ikke tilfældigt: Børnene oplever livsvigtig stimulering af både sanserne, motorikken, følelserne og egen formåen, samtidig med at nysgerrigheden pirres.



FORFATTER: Marianne Hald
TEGNER: Bryan d'Emil



Friluftsrådet

Grønne Spirer
www.groennespirer.dk



FYSISKE UDFOLDELSER I NATUREN – MOTORIK OG SELVVÆRD

Aktiviteter i naturen bidrager til børns motoriske udvikling. Forskellen mellem at bevæge sig på fliser og stuegulv mod at gå, kravle og klatre på knolde og ujævne overflader er betydelig. Børnenes balance og koordination udvikles, og den fysiske udvikling styrker barnets sociale kompetencer, selvværd og sundhed.

AKTIVITET 1 *Klatre og kravle i træer*

Lad børnene klatre i træer, på væltede træstammer, på sten og i brændestabler. Mærk dog først efter om der er løse brændestykker. At klatre kræver koncentration, mod, koordination, balance samt fornemmelse af rum. Det er en god udfordring for børnene. Børn kender oftest selv deres grænse, og det er lærerigt

for barnet selv at mærke den. Lad være med at hjælpe dem op på Den Store Sten, den er forbeholdt de store. Så er det en særlig sejr, når man pludseligt en dag kan komme derop. Træstammer, stubbe og jordbakker kan også bringes ind på legepladsen.

AKTIVITET 2 *Rulle, trille og begrave sig i blade*

Brug en blæsende efterårsdag i skoven på at lege med blade. Læg jer på ryggen i bladene og kig op på himlen og trækronerne. Snak om det I ser: Store og små blade, forskellige træer, skyer på himlen og vinden der griber i trækronerne. Luk øjnene, duft og lyt. Gør det sammen

med børnene. De voksnes nysgerrighed smitter børnene. Derudover kan man trille, gerne ned ad en bakke, og man kan gemme ben og fødder i bladene og vippe med fødderne, til de titter frem igen. Nogle børn smager måske på bladene, det sker der ikke noget ved.

AKTIVITET 3 *Regnvej og vandpytter*

Børn elsker regnvej og vandpytter, og det er ikke svært at finde en god regnvejrsgang i Danmark! En rigtig kraftig byge er spændende og måske lidt farlig? Nogle er forsigtige, andre kaster sig straks ud i lege og eksperimenter. Små paraplyer kan man også lege med. Vis børnene hvordan man kan stå i ly under træerne, de er selv paraplyer, og træerne drikke vand – ligesom mennesker.

Så er der vandpytterne. Der findes vist ikke en toårig, der ikke kan lide at trampe i vandpytter. Man kan stikke hænderne i vandet eller kaste sten i vandpytten. Pinde og papir flyder ovenpå. Sørg for regntøj, gummistøvler og bukserne uden på støvlerne. Accepter at både børn og voksne måske skal skifte tøj, når I kommer ind igen.

LOV TIL LEG

Det er vigtigt, at påklædningen er rigtig, så børnene kan bevæge sig frit og blive våde og beskidte. Forældrene vil gerne høre om det sjove og nye børnene har lavet i dag (leget i en mudderpøl eller fulgt et traktorspor). Forældrene kan leve sig ind i barnets dag og kende årsagen til det beskidte tøj. Også de voksne bør have tøj, der giver lyst til at færdes ude året rundt.

SNEVEJR

Det gælder om at udnytte sneen, når den er der. Grave, kravle og rutsche. For de helt små kan sne, is og flyverdragt dog være generende og hæmme dem. Prøv alligevel at inspirere dem til en tur ud, så de kan sanse den hvide verden.

AKTIVITET 4 *Snemanden*

Byg en snemand, hvis vejret er til det. Snemanden får gulerod som næse, sten som øjne, kartofler som mund og en hat på hovedet. Det er

måske nemmere at bygge en rund snemus eller en sneedderkop med pindeben ud til alle sider.

AKTIVITET 5 *Kælke- og rutscheture*

Det er ikke nødvendigt med kælke for at få en god ruchtetur. Glid på numsen, eller brug en plasticpose, hvis der lige er en for hånden. Det

er skønt at blive trukket afsted på en kælk, men det bliver hurtigt en kold fornøjelse, så lad børnene skiftes til at hjælpe med at trække.

AKTIVITET 6 *Skovle sne*

De fleste børn elsker at hjælpe med at skovle sne hver med sin skovl.

AKTIVITET 7 *Snehuler*

Der behøver ikke at være meget sne, før små børn kan lege snehule. En 7 cm høj ring bygget op i sne gør det fint ud for en hule. Fantasien klarer resten.



AKTIVITET 8 *Smelteforsøg*

Tag en snebold med ind og se sneen smelte. Hvor blev snebolden af? Det er ikke meget vand, der bliver ud af en stor snebold.

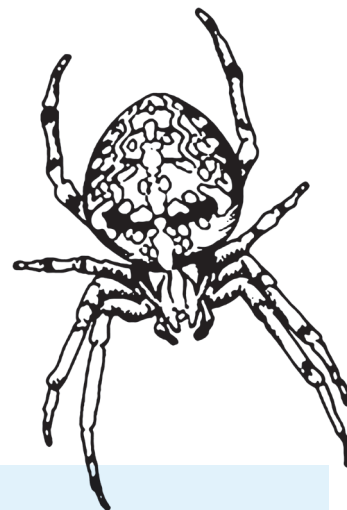
NATUR OG NATURFÆNOMENER – MØDET MED NATUREN

Vi lærer tidligt en masse om den verden, der omgiver os. Det er vigtigt at støtte børnene i at undersøge og snakke om det, de finder. Vis dem vejen til at finde mere, f.eks. ved at løfte sten og træ og finde smådyr. Vis hvad du selv finder undervejs. Stil spørgsmål til naturen: Hvordan kan en regnorm bevæge sig uden ben? Hvordan føles det at holde den i hånden?

AKTIVITET 9 *Smådyrssafari*

Hav altid et par plastglas med, så I i ro og mag kan kikke på dyrene, uden at de stikker af. Små barnefinger kan være et ubehageligt møde for smådyrene, men i glasset er de beskyttede. Husk at sætte dyrene ud igen. Smådyrene finder I, der hvor de lever: Bænkebidere og tusindben under gammelt træ og fliser, sommer-

fugle på marken og i grøftekanterne, myrer omkring myretuerne osv.



DET KRIBLER OG KRABLER

Insekter er fascinerende. De bevæger sig, gemmer sig eller flyver væk. Der findes ca. 20.000 forskellige insekter i Danmark, så det er ikke muligt at kende dem alle. Det vigtigste er at vise insekterne interesse, når børnene finder dem. Se de store øjne og de skinnende vinger, hvad tror du den spiser? Klistrer den på fingrene? Se edderkoppen i sit spind. Ofte har voksne ikke lyst til at røre edderkopper, snegle eller regnorme. Inspirer alligevel børnene til at undersøge uden at gøre fortræd.

AKTIVITET 10 *Regnorme*

Regnormene støder I på, når I graver og leger i haven. Børnene vil gerne røre. Nogle børn bliver lidt forskrækkede, andre er lidt voldsomme. Hjælp med at undersøge og føle uden at gøre fortræd. Det er sjovt at samle flere i en lille spand og se dem orme sig rundt. Lægger I dem på jorden, forsvinder de måske ned i det trygge

element. Regnormene spiser de visne blade, så de senere kan blive til muld. Det er godt for jorden. I kompostbunken er der masser af orm, I kan kikke på.



AKTIVITET 11 *Naturen giver os mad.*

Hele sommeren og efteråret er der friske bær og frugt. Først jordbær og hindbær, solbær og ribs, så æbler, pærer, hyben, hyldebær og brombær. Børnene vil gerne plukke. Spørg haveejere og landmænd, om I kan komme på besøg. Eller ring til naturvejlederen og få anvist nogle gode steder. Hjemme kan I lave syltetøj, saft, frugtgrød og kage. Mad er ikke blot noget, vi køber i butikken.

Brombærsyltetøj

1 kg brombær, 2 spsk. citronsaft, 650 g sukker.

Bær og citronsaft bringes langsomt i kog og koges svagt 4-5 min. Man skal røre forsigtigt i bærrerne, så alle bliver varmpåvirket. Sukkeret røres i og syltetøjet hældes på skoldede glas.

SPROG

AKTIVITET 12 *Fortæl en historie*

Børn elsker historier – prøv at lave dine egne. Det er udfordrende og sjovt at lave historierne på stedet, når I ser et musehul, eller oplever sommerfuglene flyve omkring, eller når I står ved en rævegrav. Spørg børnene, så de også inddrages. Det er naturligvis også muligt at bruge historier og digte fra børnebøgerne. Under alle omstændigheder er det en god idé bevidst at læse små bøger eller se på billeder om egern, ræv, myrer eller bier, før og efter man tager på tur, så børnene kan få en ahaoplevelse ved mødet med naturens beboere. Børn er fascinerede af det levende og vil gerne lære ord som tissemyre, flue, bi og bille.

Her er et par eksempler på historier i naturen:

En musehistorie

»Hov. Der er et musehul. Hvem tror I, der bor dernede? Det gør musemor og hendes små museunger. Musene sover i en dejlig seng af græs nede i hulen. Om morgenen skynder musemor sig op af hulen for at finde morgenmad. Tror I musene spiser ost og havregryn? Nej, de får grankogler til morgenmad. Se, der ligger et æbleskrog. Tror I de vil spise det? Uhm, det kan musene godt li'«. Fortsæt selv. Børnene lytter og taler med.



Ved en myretue

»Der bor mange myrer derinde. En dag, da Lillemyrer er ude at gå tur, finder den en stor, stor pind. Se her hvor stor den var! Kan den lille myrer mon løfte den, tror I? Den kan kun lige akkurat løfte den. Myrer er meget stærke. Pyha, den bliver træt, og til sidst sætter den sig ned på stien. Hvem sidder der? – råber en myre bag ved. Det er myrens ven. Kom Lillemyre, skal vi se, hvem der kommer først hjem? Myren glemmer helt sin pind og løber af sted.« Fortsæt selv.

AKTIVITET 13 *Samtale om vejret og årstiden*

Vejret er noget vi er ude i, tilpasser os og tager som en selvfølge. Men prøv at sætte ord på vejret sammen med børnene. Er der koldt eller varmt? Blæser det? Er der skyer på himlen? Er det efterår eller vinter?

Snak med børnene om årstiden. Solen står måske sent op og går tidligt ned. Har I meget tøj på? Sæt årstiden og vejret i sammenhæng med naturen. Om efteråret er der stadig blade på træerne og blomsterne har frugter. Om vinteren er mange urter visnet væk, og træerne har tabt bladene. Kan vi finde noget derude,

der er grønt endnu? Jo, grantræerne. Dyrene, hvor er de? Myretuen ser tom ud.

Ved at snakke om vejr og årstid bliver børnene opmærksomme på grundlæggende sammenhænge mellem vejret, årstiderne, naturen og mennesket.

Der findes også mange dejlige sanglege og rim om årets gang: »Skoven er så fuld af anemoner«, »Blæsten kan man ikke fået se«, »se, se, se, i nat er faldet sne« osv. Lav eventuelt et lille sanghæfte med natursange.

KULTURELLE UDTRYKSFORMER OG VÆRDIER

Samlere på tur

Ud at samle til udstillinger, kollager eller juledekorationer eller blot for sjov?

Børn elsker at samle og at gå med ting i hånden. Hav derfor altid små poser med, som børnene selv kan bære. Lad barnet selv bestemme, hvad der skal i posen. Så vil de selv

erfare, at store sten er tunge at bære. Stofposer er gode. De kan bruges igen og igen, de er ikke farlige at få over hovedet, og de kan syes ind, så de har den rigtige størrelse. Snak om det, I samler derude. Hvor kommer det fra? Hvad er det? Føl på det og lugt til det.

AKTIVITET 14 *En naturudstilling*

Efter en særlig god tur kan det være værdifuldt at lave noget, der fastholder oplevelsen. F.eks. en udstilling på kommoden eller ude, som børnene kan vise frem til forældrene. I kan også

lave forundringskasser med fund fra skov, eng eller strand, som man kan lukke op og kigge i. Eller en bog med fotos fra børnenes oplevelser, gerne med tekst, navne og små historier.

AKTIVITET 15 *Kollager og armbånd*

Børnene kan selv sætte ting på pap, hvis de voksne smører lim på først. Frø, bær og skal-

ler kan sættes på en ståltråd og bruges som armbånd.

AKTIVITET 16 *Kogledekorationer*

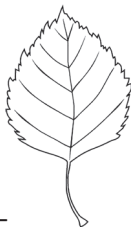
Til jul kan I samle kogler, bog, agern og gran og bruge det til dekorationer. Tag en klump ler og sæt et lys fast deri. Lad børnene sætte kogler i leret. Selv de mindste kan lave dekorationer med kogler og bog. Gran og tørrede blomster er langt sværere at sætte i den faste ler. Mens

I samler, kan I snakke med børnene om mus, fugle og egern, der gemmer bog og agern i små depoter og spiser frøene i koglerne. Måske ser I afgnavede kogler.



AKTIVITET 17 *Et træ af blade*

Børnene samler ofte blade, bark og blomster. De kan tørres og presses og f.eks. bruges til kollager og julekort. I kan også lave jeres eget træ. Hæng et stort stykke karton eller papir op på væg-



gen, tegn stammen på træet og kom rigeligt med lim på træets krone. Så kan børnene selv sætte blade på. Er bladene tørret og presset, holder træet længe.



AKTIVITET 18 *Male sten*

Ofte vil børnene gerne have sten med hjem. Snak om stenedes farve, deres tyngde og form. Hjemme kan I male på de hjembragte sten.

F.eks. lave mariehøns eller trolde eller blot male i flere farver og drysse guld på.

AKTIVITET 19 *Indianerpandebånd af fjer*

Måske er I heldige at finde fuglefjer på jeres ture? Fjerene klippes eller limes på et smalt stykke karton, der er klipset sammen, så det passer til barnet hoved. De små dun kan man

puste til. Kast dem op i luften, pust, og de flyver rundt omkring. Dunene finder I, hvor en fugl er blevet plukket.

LIDT BAGGRUNDSTEORI

At vokse op med naturen

Vi har ikke ændret os meget siden stenalderen, og vores krop og hjerne er tilpasset et liv i naturen. Nutidens udfordringer med overvægt, manglende koncentration og dårlig fysik kan afhjælpes, når børn fra de er små oplever glæde ved udelivet og de fysiske udfoldelser i naturlige miljøer.

Naturen er som udgangspunkt fundamentet for vores liv, og selvom vi i dag lever i et højteknologisk samfund langt fra landmandens marker, havets righoldige spisekammer og skovenes bær, nødder og frugt, så er vi fortsat helt afhængige af naturens ressourcer og mangfoldighed. Når vi giver børn et godt forhold og kendskab til naturen, har de mulighed for at udvikle respekt for vores natur og miljø.

Tidlige indtryk

Fra fødslen har vi brug for vitale sansninger og kropslige erfaringer for at udvikles. Naturen er et perfekt sted at gøre sig sanselige erfaringer. Samtidig skal vi også dagligt have udfordret vores følelsesliv. Når børnene oplever naturen, er der både en oplevelse af sig selv og omverdenen. Det ukendte, som barnet sanser, skaber følelser i form af nysgerrighed, gys, undren og iver. Derfor skal de mindste have lejlighed til at pjaske i vandpytter, kaste med sten, føle en mariehøne kravle på hånden og gå på en stejl bakkekant med en voksen i hånden.

Samspil med de voksne

Børn har glæde af at undersøge, lege og opleve på egen hånd eller sammen med jævnaldrende. Men på andre tidspunkter har de brug for, at de voksne involverer sig. Engagerede voksne, der peger, viser og fortæller, vil altid fange opmærksomheden. De voksnes medind-

levelse og støtte af børnenes følelser er grundlæggende for udvikling af selvfølelse og læring.

Det er centralt for børnene at være en del af den voksnes oplevelse og begejstring i naturen. De deler gerne deres begejstring med os, og vi kan tilsvarende vise vores indlevelse og lyst til forundring med ord som: »Av, den er flot«. »Se, den har små sorte ben og røde vinger«. »Kan du se dens øjne?«. »Måske kan den flyve?«.

Gentagelser

Det kan virke banalt, når stuen gang på gang går den samme lille rute hen til den samme lille grønne plet. Skal der ikke snart ske noget nyt?

Gentagelsen giver tryghed og glæde og skaber dermed den ideelle ramme, når børn skal udforske omgivelserne og udbygge deres erfaring. Det kan være en myretue, som børn og voksne besøger gang på gang. Er myrerne mon ude i dag? En anden herlig gentagelse er spisestunden under yndlingstræet. I februar står det vinternøgent. I april svulmer knopperne op. I maj springer det ud. Træet er det samme. Børnene kender og elsker det, og årstidernes skiften bliver en naturlig del af børnenes erfaringsgrundlag.