

Friluftsbereðskap

Upptäckarglädje, kunskap, rörelse och gemenskap i naturen

Det här är Friluftsbereðskap

Friluftsbereðskap bygger på en enkel idé: genom friluftsliv utvecklar vi kunskaper, erfarenheter och relationer som stärker vår bereðskap. När vi är ute i naturen lär vi oss genom att göra, samarbeta och lösa problem tillsammans. Samtidigt upptäcker vi naturen, rör på oss och utvecklar färdigheter som är värdefulla både i vardagen och när samhället utsätts för påfrestningar.

Materialet utgår från kortleken Friluftsbereðskap. Genom lekfulla aktiviteter utforskar deltagarna fyra grundläggande teman – Varm, Torr, Mätt och Gemenskap. Tillsammans utvecklar de praktiska färdigheter, samarbete, problemlösning och ansvarstagande. Samtidigt väcks nyfikenhet på naturen, kunskap om allemansrätten och lust att upptäcka friluftslivet.

Den bästa bereðskapen utvecklas ofta genom sådant vi redan gör: att vara ute i naturen, lära tillsammans och få nya erfarenheter.



I materialet finns

Materialet består av flera delar som kan användas var för sig eller tillsammans, beroende på grupp, ålder och sammanhang.

- Kortlek
- Instruktion till kortleken
- Lärarhandledning
- Aktivitetskort (urval av kort från kortleken)
- Tipsrunda
- Bingobricka (färdig och tom)
- Friluftsloppa (färdig och tom)
- Diplom
- Vimplar

Så kan materialet användas

Materialet passar lika bra i skolan och på fritids som i föreningar eller tillsammans med familj och vänner. De flesta aktiviteter kan genomföras i närnaturen – på skolgården, i en park eller i en skogsdunge. Saknas utrustning? Den kan ofta lånas kostnadsfritt på närmaste Fritidsbank.

Välj en aktivitet eller kombinera flera utifrån tid, plats och deltagare. Det kan vara allt från en kort aktivitet till en hel utedag eller friluftsdag. Anpassa aktiviteterna efter deltagarnas ålder och erfarenhet. Avsluta gärna med en gemensam reflektion:

- Vad gjorde vi?
- Vad lärde vi oss?
- Hur kan det vara användbart i vardagen?

Glöm inte att dela ut diplommet!

Tänk på allemansrätten

Allemansrätten ger oss frihet att upptäcka naturen, men också ansvar att visa hänsyn till markägare, djur, växter och andra människor. Genom att ta hand om naturen hjälper vi också till att bevara den för framtida besökare.

Mer inspiration

På Länsstyrelsen Skånes webbplats finns mer material om Friluftsbereidskap, filmer och tips för skolor. Där hittar du också fler aktiviteter och inspiration för att använda friluftsliv som en del av den civila beredskapen.

Använd Naturkartan för att hitta naturområden nära dig och Friluftsfremjandet för att hitta fler aktiviteter och ledarleda arrangemang.

Läs mer

Länsstyrelsen Skåne: www.lansstyrelsen.se/skane/friluftsbereidskap

Friluftsfremjandet region Syd: www.friluftsfremjandet.se/regioner/syd/

Allemansrätten: www.allemansratten.se

Fritidsbanken: www.fritidsbanken.se

Naturkartan: www.naturkartan.se