

Utbildningsplan
Vårterminen 2025
Stormyrems Förskola



Mål och metoder

Vi arbetar efter Lpfö-18, Läroplan för förskolan. Vi fokuserar på våra **7 rubriker: Själständighet och Identitet, Socialt samspel, Motorisk förmåga, Språk och kommunikation, Matematik, Naturvetenskap och teknik samt Kreativitet och fantasi.** Vår verksamhet inom Friluftss Förskolor innehåller såväl gemensamma mål som förskolespecifika.

Övergripande och gemensamt för alla Friluftss Förskolor är att **Förskolan skall vara Trygg, Rolig och Lärorik!**

Vår strävan är att ge barnen många och rika tillfällen - planerade och spontana - till lek, aktivitet och inläring i olika miljöer med naturen och uteverksamheten som bas. Vår metod är att arbeta med utomhus- och naturpedagogik och därigenom utgöra ett komplement till barnens övriga tid och liv.

Friluftss Förskolors utomhus- och naturpedagogik

Med Veda & Barke i Naturen

Veda och **Barke** är med barnen under alla år på Friluftss Förskolor och följer barnen i de olika grupperna **Upptäckare** (de yngre), **Utforskare** och **Äventyrare** (de äldsta).

Året om går barnen till skogen och/ eller vistas ute i naturen. Vintertid är det skidskola, Veda & Barke på skidor, för Äventyrare och Utforskare, samt skridskoskola, Veda & Barke på skridskor, för Äventyrare och de äldre Utforskarna, allt enligt vår öva-, pröva-, läraplan. Vi uppmuntrar dessutom alla barn som vill och har skidor att åka på gården och i närmiljön när snön finns. Pulkaåkning är en populär aktivitet för alla grupper.

Friluftss Förskolor har en gemensam "Grön tråd" när vi vistas ute, men ledorden är Trygg, Roligt och Lärorikt då väder och säkerhet styr omfattningen. Vårt dokument 1:f "Friluftss Förskolor Övar-prövar och lär med utomhuspedagogiken" beskriver hur vi arbetar med vår Lpfö-18 och använder utomhuspedagogiken som metod i arbetet tillsammans med barnen.

Vi eftersträvar att kontinuerligt äta och laga mat på utflyktsplatsen eller gården. I huvudsak sker vilan ute och de barn som sover, sover i våra vindskydd på förskolans gård och/ eller på utflyktsplatsen.

Äventyrarna har "**Hitta Vilse**" (Civilförsvaret) under såväl den varma som kalla årstiden. Verksamheten varierar med barnets ålder och mognad samt förskolans geografiska förutsättningar.

Friluftss Förskolors utbildning bygger på ledorden Tryggt, Roligt och Lärorikt. Pedagogerna arbetar aktivt för att alla barn ska vara trygga. Förskolans rutiner är lika mellan de olika dagarna för att skapa ett lugn för barnen vilket är speciellt viktigt för de yngre barnen. När barnen är trygga kan vi ha roligt och i de stunderna lär vi oss. Vi som pedagoger är positiva, engagerade, inspirerande och intresserade medupptäckare.

Vår profil är utomhuspedagogik, och vi försöker alltid tänka "ute" i första hand i allt vi gör. Med god framförhållning/planering och rätt utrustning vill vi ge barnen en positiv inställning till friluftsliv och att de ska tycka om att vara ute i alla slags väder. Vi vill också lära dem att vara aktsamma om naturen, djuren och växterna - och varandra, såklart.

Övrigt vi anser är viktigt med vår verksamhet...

Barnen skaffar sig erfarenheter av sin omgivning genom egna sinnesupplevelser. Genom att lukta, känna, lyssna, titta och jämföra bildar sig barnen uppfattning och får nya begrepp om olika föremål, tid, händelser med mera. Upplevelserna leder till resonemang kring olika företeelser och stimulerar till fortsatta undersökningar och upptäckter. Upptäckterna leder till nyfikenhet, samtal och frågor om Hur och Varför, olikheter och likheter blir naturliga.

Vi lär oss matematiska begrepp genom att jämföra, sortera, mäta, och räkna. Språket tränar vi genom dagliga samtal och med lek, drama, sång, sagor samt ramsor.

I skogen, på gården och ängen finns obegränsade tillfällen att träna motoriken -att gå, klättra, springa, balansera, åla, krypa, hoppa, sparka boll blir självklarheter. När vi samlar småkryp och växter, knyter rep, sorterar och packar i och ur ryggsäck tränar vi förutom finmotorik även koordination, koncentration och uthållighet.

Med naturen som inspirationskälla utforskar vi färg och form, hur olika material ser ut och känns, vad man kan använda dem till och så vidare. Att göra vattenfärg av blåbär, måla på snö, stenar och pinnar är roligt, spännande och inspirerande inläringstillfällen. I leken bearbetar barnen händelser och upplevelser, skapar erfarenheter av kommunikation, turtagning med mera.

Vår inriktning mår om barnens välmående och hälsa och vi lägger därmed stor vikt vid att under trevliga former servera barnen bra och näringsriktig mat enligt Livsmedelverkets riktlinjer gällande mat för barn i förskolan.

Dagsschema:

Förskolan är i dagsläget öppen måndag till fredag kl. 7.30 till 17.00, utifrån föräldrarnas önskan.

7.30 När förskolan öppnar tar vi emot barnen ute. Barnen ska då vara klädda efter väder.

9.00 Alla barn är på plats, lämnade och klara för att starta upp dagens verksamhet.

Beroende på väder har vi en morgonsamling kring det vi arbetar med i gruppen för tillfället. Under samlingen serveras frukt till barnen. De grupper som ska lämna gården går vidare till dagens utflyktsmål.

ca 11.00 Lunch på förskolan, alternativt i skogen under åren. Efter lunchen är det läs- och avslappningsstund eller sovvila i vindskydd.

13.45-14.15 Mellanmål består ibland av smörgås med olika pålägg, samt mjölk. Vi varierar ibland med yoghurt och müsli. Frukt eller grönsaker serveras.

15.00 Lek och verksamhet på gården. Alla grupper är tillsammans efter kl. 15.00.

17.00 Förskolan stänger för dagen.

Veckoplanering på Stormyren:

Måndagar går vi iväg till skogen. Lunch äter vi på förskolan eller i skogen under varmare perioden. **Tisdagar** går grupperna iväg till natur eller närmiljö. Lunch på förskolan eller i skogen. Vid goda väderförhållanden lagas maten i skogen eller hämtas från förskolan.

Onsdagar skogen. Vid goda väderförhållanden lagas maten i skogen eller hämtas från förskolan. **Torsdagar** pedagogerna turas om att planera och reflektera över verksamheten i sina grupper. Vi är på gården och har olika aktiviteter. Utforskarna har reflektion. **Fredagar** pedagogerna turas om att planera och reflektera över verksamheten i sina grupper.

Äventyrarna och Upptäckarna reflekterar. Vi är på gården och har olika aktiviteter.

I infobrevet berättar vi vad vi gjort under veckan och om vad planeras näst kommande vecka. De aktuella förändringarna presenteras även på tavlorna vid ytterdörrarna.

Verksamheten bygger alltid på förutsättningarna *Tryggt, Roligt och Lärorikt* inför alla beslut om aktiviteter som är lämpliga för dagen.

Våra hemvister och grupper våren 2025:

Övre avdelningen:

Utforskargruppen består av 19 barn, 3 och 4-åringar. I gruppen arbetar Johanna som studerar till förskollärare, Camilla barnskötare samt Maydilaine, utbildad barnskötare.

Nedre avdelningen:

Upptäckarna har under våren 11 barn, 1- och 2-åringar. I gruppen arbetar Natascha, förskollärare och Sahar, barnskötare. Natascha har även administrativt ansvar 10 timmar i veckan. Äventyrargruppen består av 13 barn, 4- och 5-åringar. I gruppen arbetar Olivia som är förskollärare och Amelie, barnskötare.

Sjuk-/friskanmälan samt annan viktig information i Förskoleappen som är förskolans kommunikationsplattform.

Sjukanmälan och ledighetsanmälan görs senast 7.30 i Förskoleappen. Vi önskar att även ni gör fortsatt sjukanmälan före kl.14.00 dagen innan så att vi kan planera dagen på bästa sätt.

För att vi ska ha era korrekta närvarotider och kontaktuppgifter vill vi att ni uppdaterar barnens schema och era uppgifter i Förskoleappen. Akuta förändringar i schemat läggs in som meddelande under schemafliken som information till pedagogerna. Meddela alltid någon av pedagogerna om någon annan än vårdnadshavaren hämtar barnet på förskolan. Är vi osäkra eller något är oklart ringer vi alltid er innan vi lämnar ut barnet. Ifall om en minderårig ska hämta barnet gäller speciella regler, kontakta rektorn för att mer info.

Det är även uppskattat om ni lämnar uppgifter om ev. allergier, andra kontaktpersoner eller annat som är bra för oss att veta. I samband med allergier behöver vi även läkarintyg. Använd gärna vår kalenderfunktion i Förskoleappen för att kunna ha koll på viktiga datum.

Det är viktigt att ni regelbundet tittar på barnens hyllor och på dörren i hallen, samt läser gruppernas infobrev på anslagstavlan i Förskoleappen så att ni inte missar viktig information. Den pedagogiska dokumentationen både för gruppen och individuella kan man se i appen under Dokumentationer. Barnets lärande ska ses över tid och vi jobbar ofta i projekt där vi gör aktiviteter, reflekterar tillsammans med barnen och dokumenterar utvecklingen.

Barnens ryggsäckar

Barnen ska alltid ha med sig en egen ryggsäck. Den ska alltid innehålla sittunderlag, fylld vattenflaska, matlåda med bestick och ett ombyte. Ombytet kan med fördel packas i botten på ryggsäcken i en påse. *Observera att det är viktigt att ha extra ombyte även på barnens hylla, inte bara i ryggsäcken.*

Ryggsäcken ska vara anpassad efter barnets storlek och var rymlig, gärna ha ett bröstband, då sitter den bättre. Tänk på att barnen har svårt att hantera sin ryggsäck om den är för trång i öppningen. Vi vill uppmuntra barnen till självständighet och vill hjälpa dem att klara saker på egen hand därför önskar vi att ni underlättar för barnen med rätt val av utrustningen. Ha gärna en påse i väskan att lägga den använda matlådan i för att slippa kladd.

Vi är en nötfri förskola. Därför är det mycket viktigt att inga nötter eller spår av nötter finns med i barnens ryggsäck.

Inskolnings/utvecklingssamtal

Utvecklingssamtal sker i april. Inskolningssamtal för nya barn sker några veckor efter avslutad inskolning.

Födelsedagar

Barnens födelsedagar firar vi genom att uppmärksamma den som fyller år i samlingsen och med flagga på gården. Inget medhavt hemifrån att bjuda på. Vi har som policy på Stormyren att **inte dela ut inbjudningar på förskolan**. Om ni vill ta kontakt med föräldrar i er grupp skriv en lapp och häng upp den på barnens hylla eller ta kontakt med samverkansvårdnadshavarna som har tillgång till kontaktlista. Behöver ni veta vilka barn som går i gruppen hjälper vi gärna till.

Samverkansgrupp

Gruppen består av vårdnadshavarrepresentanter, gruppansvariga pedagoger och rektorn. Vi träffas en gång per termin och diskuterar aktuella frågor gällande utbildningen.

Gruppen under hösten består av Joanna - vårdnadshavare till en Utforskare och Anneli - vårdnadshavare till ett barn i Äventyrargruppen, samt Lisa och Caroline, vårdnadshavarna till barn i Upptäckargruppen.

Kundundersökning (Våga visa-enkäten)

Alla förskolor i Täby deltar varje år i Täby kommuns kundundersökning. Enkäten delas ut i början på vårterminen 2025.

Gemensamma mål

Friluftsförskolors gemensamt miljömål under 2025 fortsätter att vara "Hållbarhet"- social, ekonomisk och ekologisk/miljömässig.

Vi på Stormyren vill arbeta med hållbarhet genom att lyfta:

- den sociala aspekten - Tema Värdegrund/kompistema som lyfts under hela året; arbete med jämnlighet och barnens rättigheter
- den ekonomiska aspekten - arbete med hållbar konsumtion; återvinning och återbruk, spara energi och minska matsvinnet
- den miljömässiga eller ekologiska aspekten - djur och natur, biologisk mångfald, odling, kompostering

En viktig faktor för att lyckas med våra mål inom Hållbarhet är att alla vi hjälps åt - pedagoger, barn och vårdnadshavarna.

Systematiskt kvalitetsarbete - SKA

Friluftsförskolor har som mål att skapa förståelse för vikten av ett ständigt pågående systematiskt kvalitetsarbete som ger en ökad kvalitet i utbildningen och undervisningen.

Under våren kommer vi på Stormyren att jobba med ett eget SKA-arbete utifrån vårt behov av att utveckla våra lärmiljöer. Vi vill jobba mot att erbjuda barnen olika typer av tillgängliga fysiska lärmiljöer som utmanar barnens lärande och främjar utforskande.

Vi kommer även med hjälp av SKA-arbete jobba för att kvalitetshöja vårt arbete med utomhus- och naturpedagogik.

Jämställdhetsarbete

I vårt arbete med fysiska lärmiljöer har vi även som mål att erbjuda varierande aktiviteter som inkluderar och uppmuntrar olikheter, utan begränsning av könsmönster.

Grön Flagg

På Stormyren arbetar vi aktivt med att väcka ett positivt miljötänkande hos våra barn. Vi är certifierade inom Grön Flagg, som är ett pedagogiskt verktyg och en miljöcertifiering utvecklat av föreningen Håll Sverige Rent.

Under året kommer vi att jobba med följande målområden:

- att se över och utveckla gårdens utemiljöer för lek och lärande i ekologiskt syfte.
- att introducera mer biologisk mångfald på förskolan och fortsätta arbeta med våra odlingar.
- att fortsätta utveckla arbetet med skräp & avfall och hålla våra "Sopsamlarmonster" levande.

Förskolebrevet

"Förskolebrevet" är ett initiativ som sprider kunskap och implementerar förebyggande rutiner för att tillsammans lära våra barn integritet. Arbeta med integritet är förankrat i förskolans värdegrund. Förskolan följer den integritetspolicy som utformats av "Tre ska bli noll". Mer info på www.treskabinoll.nu/förskolebrevet. Alla pedagoger som jobbar på förskolan har skrivit under ett avtal som säkerställer arbete med integritet.

Målet är att fortsätta hjälpa barnen att utveckla stark integritet, sätta ord på sina känslor och lära sig kroppsgränser.

Plan mot diskriminering och kränkande behandling

Utgångspunkten är att alla barn ska kunna delta i utbildningen på likvärdiga villkor oavsett kön, könsidentitet eller könsuttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning och ålder.

Vi jobbar fortlöpande i fyra steg - undersöka risker och hinder, analysera orsaker, genomföra åtgärder och följa upp och utvärdera.

Planen är ett levande dokument i utbildningen, den diskuteras och uppdateras på varje pedagogmöte. Målet är att uppdatera planen under vårterminen och tydligt arbeta med de riskerna och hinder som är aktuella.

Barnkonvention

Barnkonventionen blev svensk lag den 1 januari 2020. Enligt de fyra grundprinciperna i Barnkonventionen är alla barn lika mycket värda och har samma rättigheter, har alla barn rätt att leva och utvecklas, ska barnets bästa alltid komma i främsta rummet och har varje barn rätt att uttrycka sin åsikt och delta i beslut som rör dem.

För att barnen på förskolan ska få kunskap om lika värde samt samma rättigheter arbetar vi utifrån materialet och handledning Tio Kompisböcker. Förskolan ser till att alla barn på förskolan är trygga, mår bra och får en rolig och lärorik vistelse hos oss, varje dag. Vi frågar barnen i de flesta vardagssituationer hur de vill ha det och tar hänsyn till det - utifrån mognad och ålder.

Veda och Barke:

Med Veda & Barke i naturen

Till vår hjälp i vårt arbete har vi våra två kompisar, Veda & Barke. De är med i vår verksamhet, de dagliga rutinerna och aktiviteterna på Stormyren.

Veda och Barke är ett pedagogiskt material som vi använder oss av vid konflikthantering, presentation av nya aktiviteter och som stöd till barnen.

Med Veda & Barke på skridskor:

För Äventyrare har vi skridskoskola. Vi erbjuder de äldsta Utforskarna att åka skridskor vid några tillfällen under förutsättning att det finns istider i kommunens ishall. Om väder tillåter erbjuder vi även yngre Utforskare och Upptäckare att åka skridskor på vår gård/ skridskobana på gården.

Med Veda & Barke på skidor:

Barnen på förskolan uppmuntras till skidåkning när det finns snö.

Med Veda & Barke vid vattnet:

Äventyrare, Utforskare och Upptäckare undersöker vatten i sina respektive grupper

Gruppers specifika mål:

Upptäckarna

Självständighet och identitet

Målet är under terminen att ge varje barn förutsättningar att utveckla självständighet och tillit till sin egen förmåga. Vi ser att de flesta i gruppen har utvecklats och klarar väldigt mycket i påklädningsmoment och vi vill fortsätta jobba med det även med de yngre barnen.

Inom identitet vill vi fokusera på namn och familj och lyfta Tema Känslor med Veda och Barke. Vi kommer att jobba med projekt Veda och Barke besöker barnens hem.

Socialt samspel

Målet är att ge varje barn förutsättningar att utveckla förmåga att fungera enskilt och i grupp. Leken ser vi som central del i undervisningen när vi ska jobba mot denna mål. Vi vill fokusera på att alla barn ska få möjlighet att öva samarbete och utveckla sitt samspel.

Motoriska förmågor

Vi vill under terminen fokusera på att utveckla en allsidig rörelseförmåga hos barnen, både grovmotoriskt och finmotoriskt. Inom finmotoriken vill vi utveckla barnens hand- och öga koordination. Vi har som mål att jobba med Tema Kroppen för att skapa en positiv kroppsuppfattning.

Språk och kommunikation

Vi vill under vårterminen fortsätta att ge barnen förutsättningar att utveckla sin kommunikation, både talat språk och andra sätt att kommunicera. Detta gör vi bl.a. genom att skapa en rik språklig miljö som stimulerar barnen till ett nyanserat talspråk.

Matematik

I gruppen har vi sett ett ökat intresse för antal, form, färger och mönster. Vi vill under våren ge förutsättningar för barnen att få ökad förståelse för dessa begrepp, i mindre grupper.

Målet är även att barnen ska få prova på att bygga, skapa och konstruera med olika material och teknik där barnen övar på att designa.

Naturvetenskap och teknik

Med Upptäckarna vill vi denna termin fokusera på att utveckla nyfikenhet för livet i naturen, naturens olika kretslopp men även förståelse för enkla kemiska processer och fysikaliska fenomen. Vi såg att barnen är väldigt nyfikna på experiment med vatten och vi vill fortsätta jobba med det. Det finns stort intresse för djur och fåglar i gruppen och vi vill följa det intresset. Inom tekniken vill vi fokusera på att utforska enkel vardagsteknik.

Fantasi och kreativitet

Vi vill ge barnen möjlighet att uttrycka sig och kommunicera upplevelser, tankar och erfarenheter i olika uttrycksformer som bild, form, rörelse, sång, musik och dans. Det finns stort intresse i gruppen för olika instrument sång och dans och vi vill lyfta det. Barnen ska få bekanta sig med olika instrument och hur de låter. Vi vill även att låta barnen öva på att använda sin kreativitet för att lösa enkla problem kopplade till djur och natur/hållbarhet. Detta för att väcka empati och medkänsla för allt levande i naturen.

Utforskarna

Självständighet och identitet

Vi vill hjälpa barnen att få uttrycka sina tankar och uppfattningar. Vi vill också hjälpa barnen att klara så mycket som möjligt själva, vid påklädning och toalettbesök.

Socialt samspel

Vi vill hjälpa barnen att utveckla empati, samt få förståelse för känslor, både sina egna och andras.

Motorik

Vi vill ge barnen förutsättningar att utveckla sin motorik, både grovmotorik och finmotorik, utifrån varje individs nivå.

Språk och kommunikation

Vi vill ge barnen förutsättningar att utveckla sitt talspråk, med fokus på att leka med ord och att berätta. Vi vill också skapa intresse för berättelser, bilder och texter, samt samtala om dessa.

Matematik

Vi vill ge barnen förutsättningar att få förståelse för ordning och tidsföljd.

Naturvetenskap och teknik

Vi vill ge barnen förutsättningar att utveckla kunskap om växter och djur, samt ställa frågor om och samtala om naturvetenskap. Vi vill hjälpa barnen att upptäcka och utforska teknik i vardagen.

Fantasi och kreativitet

Vi vill ge barnen möjlighet att få uttrycka sig och kommunicera med bild, drama, dans och musik.

Äventyrarna

Självständighet och identitet

Under vårterminen kommer äventyrargruppen arbeta med Hitta Vilse och lära sig vad man gör när man går vilse. Veda och Barke kommer under terminen att besöka barnens hem och som barnen sedan får berätta om inför gruppen.

Socialt samspel

Vi vill fokusera på att ge barnen förutsättningar att utveckla sin förmåga att fungera enskilt och i grupp, samarbeta och hantera konflikter.

Under vårterminen kommer gruppen arbeta med demokrati och prata om rättigheter och skyldigheter.

Motorisk förmåga

Vi vill skapa förutsättningar för barnen att förstå att rörelse är viktigt för kroppen. Vi vill hjälpa barnen att utveckla motorik, kroppsuppfattning och koordinations förmåga.

Språk och kommunikation

Äventyrarna kommer under terminen ha som mål att utveckla ett nyanserat talspråk och ordförråd samt förmåga att leka med ord.

Vi kommer arbeta skolförberedande och ge barnen förutsättningar för att utveckla intresse för skriftspråk.

Matematik

Äventyrarnas mål för terminen kommer att vara att arbeta med mätning och att uppmärksamma likheter och skillnader.

Naturvetenskap och teknik

Äventyrarna kommer ha som mål att arbeta med att utforska och upptäcka teknik i vardagen.

Vi kommer även under terminen arbeta med barnens intresse för kroppen och utforska hur kroppen fungerar.

Fantasi och kreativitet

Gruppen har som mål att arbeta med att konstruera och att skapa med olika material och tekniker. Tillsammans kommer gruppen testa på teater som uttrycksform.

Traditioner och viktiga datum på Stormyren:

Kalendarier presenteras och uppdateras kontinuerligt på hemsidan.

4/2 18:00-19:30 Föräldramöte

V. 8 Grönflaggvecka med fokus på Sopsamlarmonster

Veda och Barkeloppet vid tillfälle från och med februari

V.9 Sportlov

V.13 Barnkonventions vecka

9/5 Utvecklingsdag- förskolan stängd. Omsorg ordnas vid behov.

V.20 Odlingsvecka

15/5 Förskolans dag

27/5 Sommarfest

11/6 Sista dagen för deltidsbarnen

Sommarstängt planeras v 28-31

17/8 Höstterminen börjar för deltidsbarnen.

22/8 Höstens planeringsdag. Förskolan har stängt.

Kontaktuppgifter:

Telefon till förskolan --- 079 - 313 58 98

Hemsida: www.friluftsforskolor.se

Friluftsforskolors kontor i Hässelby: 08-471 99 44

Rektor: Natascha Antusheva

Mail: natascha@friluftsforskolor.se Tel. 070 -290 60 15

GRÖN TRÅD

Friluftsförskolors ledord TRYGGT, ROLIGT och LÄRORIKT är alltid avgörande vid pedagogernas bedömning av säkerhet, väder och vind.

	Upptäckare	Utforskare	Äventyrare	Kommentar
tar emot barnen ute senast 8.00	alltid	alltid	alltid	
morgonsamling på gården	alla dagar	alla dagar	alla dagar	aktivitet avgör omfattningen
utflykt till skogen	1 g/v. året om	1 g/v. året om	1 g/v. året om	anpassat pass för respektive grupp
utflykt till annan plats i naturen	2 ggr/v.	2 ggr/v.	2 ggr/v.	alla barn lämnar gården 3 ggr/v.
utflykt till bäck, sjö, kärr etc.		enl. öva-, pröva-, läraplan	enl. öva-, pröva-, läraplan	året om
äta lunch i skogen	1 g/v. vårtermin ht. vid 2 tillfål. *	2 g/v.	2 g/v.	* de gamla barnen äter vidare
laga lunch på utflyktsplatsen		1 g/v.	1 g/v.	
lunch på gården el. närmiljön	alltid	alltid	alltid	
vila och sago-stund på utfl.pl.	efter lunch	efter lunch	efter lunch	i skogen/ utflyktsplatsen
sova / vila på gården	alltid	alltid	alltid	där möjlighet finns
mellanmål på utfl.pl.	valfritt	valfritt	valfritt	
mellanmål på gården el.	alltid	alltid	alltid	
Veda & Barke på skridskor		enl. öva-, pröva-, läraplan	enl. öva-, pröva-, läraplan	
Veda & Barke på		enl. öva-, pröva-, läraplan	enl. öva-, pröva-, läraplan	
Hitta Vilse			året om	

"Barnen ska få förutsättningar att utveckla en allsidig rörelseförmåga genom att ges möjlighet att delta i fysiska aktiviteter och vistas i olika naturmiljöer. Utbildningen ska ge barnen möjlighet att uppleva rörelseglädje och därigenom utveckla sitt intresse för att vara fysisk aktiva. När fysisk aktivitet, näringsrika måltider och hälsosam livsstil är en naturlig del av barnens dag kan utbildningen bidra till att barnen förstår hur detta kan påverka hälsa och välbefinnande" Lpfö 18

Kläd- och utrustningstips

För att vi ska kunna vara ute så mycket som möjligt, är det viktigt med en bra och genomtänkt utrustning för våra utomhusaktiviteter.

När det är kallt:

Underställ närmast kroppen, av funktionsmaterial eller ull är föredra.

Finns att köpa i sportaffärer. Lite dyrare alternativ är "ullfrotté".

Nästa lager kan med fördel vara ett fleeceunderställ. Vi ser gärna att underställen är i två delar då det är lättare att ta av/på om barnen blir blöta eller varma.

Sist en overall i bävernylon eller annat slitstarkt vattenavvisande material, i rätt storlek och utan huva. Extra viktigt är att ni som har overaller som ej får vara i torkskåp ser till att det finns ett extra ombyte på förskolan. Alla bör tänka på att ha ett extra ombyte.

Overallen ska ha hållor/ gummiband längst ner.

Även strumpor av ull eller annat funktionsmaterial är att föredra, eftersom bomull leder kyla och väta.

Alltså EJ bomull närmast foten utan en ullstrumpa, som sedan kan förstärkas med en raggsocka.

Varma kängor med högt skaft på fötterna.

Ett par tunna vantar innanför täckvantarna. Galonvantar, tunna, bör alltid finnas på förskolan, gärna med foder eller med en tunn vante inuti.

Tänk på att jeans är väldigt osmidigt och kallt att ha under overallen.

Mjuka kläder är bäst. Strumpbyxor är opraktiskt, blir foten blöt måste man byta allting.

I vindskyddet till vilan behöver barnen byxa och tröja i fleece, raggsockor, tunn mössa och vantar.

När det är slaskigt/ regnigt:

Regnkläder som EJ är för små (skall rymma en overall under) och som har hela hängslen och gummiband under foten.

Vi rekommenderar att barnen inte har huvor på regnjackan. Det kan vara svårt att se/ höra för barnen och det kan finnas stryprisk om huvan fastnar i något. Välj gärna en sydväst istället.

Är det slaskigt är det ju oftast lite varmare ute och istället för en tjock overall kan man

ha underställ, fleece och en tunnare overall/ vindbyxa. Tänk lager på lager! Fodrad galon är bra när det är milda vintrar, då slipper de ha så många lager på sig när det är slaskigt.

Gummistövlar, höga, med kraftigt mönster undertill och med plats för både sula och socka.

När det är sommar:

Vid soligt väder rekommenderas att barnen har heltäckande och luftiga kläder samt keps eller solhatt. Varje vårdnadshavare avgör om solskyddsmedel skall användas till sitt/ sina barn och ombesörjer själva detta. Mer information om solskydd finns på vår hemsida.

När vi går till skogen eller annan plats i naturen bör barnen alltid ha byxor med långa ben, och stövlar eller heltäckande skor (ej sandaler eller Foppatofflor).

Alla barn är olika, en del är varma av sig medan en del lätt fryser, man får pröva sig fram lite. I vindskyddet till vilan behöver barnen byxa och tröja i fleece, raggsockor, tunn mössa och vantar vintertid.

Ryggsäcks-tips

Bra att tänka på inför våra utflykter då barnen har med sig ryggsäck hemifrån:

En rymlig ryggsäck (inte för liten och inte för stor), som rymmer en liten termos/ flaska, en matlåda med bestick och en kåsa/ drickmugg.

Annat som vi önskar i ryggsäcken är ett sittunderlag och ett ombyte kläder i en plastpåse. t ex underkläder, strumpor, mjukisbyxor/ tights. Sedan styr naturligtvis årstiden (vantar, t-shirt o.dyl.).

Märk alla tillhörigheter tydligt!

På ryggsäcken är det viktigt att det finns ett bröstspänne framtill. Finns det inget kan man med fördel ta en "vanthållare" med clips i varsin ände.

Ryggsäcken bör vara av vattenavstötande material och med en dragkedja som går hela vägen uppifrån och ner, så att man ser allt innehåll när ryggsäcken är öppen.

Sätt gärna en nyckelring eller dylikt på dragkedjan så blir det lättare för barnet att öppna ryggsäcken själv.

Hjälm

Utdrag från NTF Konsument ang. lekhjälm;

Skillnad mellan småbarnshjälm och lekhjälm -*Småbarnshjälmen är i första hand avsedd för cykelåkning eller när man skjutsar barnet på cykel, men även för andra aktiviteter då barnen leker. Hjälmen är uppbyggd av frigolit och fördelar därför de krafter som kan uppstå om barnet slår i huvudet över ett större område. Samtidigt är frigoliten en förbrukningsvara. Har den varit utsatt för en mycket kraftig smäll så ska man kassera hjälmen.*

De lekhjälmarna som Jofa har är avsedda för idrottsaktiviteter för små barn och uppbyggda på ett helt annat sätt. De ska tåla upprepade slag och stötar men är inte lämpliga vid cykelåkning. Småbarnshjälmarna kan man mycket väl använda till små barn när de åker pulka eller skridskor under förutsättning att de inte kommer upp i så höga hastigheter.

Friluftsförskolor rekommenderar Jofas Lekhjälm med grönt säkerhetsspänne.

Hjälmen ska vara CE-märkt EN1080.

Vi önskar att barnen har sin egen hjälm med sig hemifrån. Men om inte detta är möjligt har vi ett begränsat antal hjälmar för utlåning.

Flytvästar

Vid alla aktiviteter vid vattnet eller på isen ska barnen ha godkända flytvästar i rätt storlek. Vi önskar att barnen har sin egen flytväst hemifrån men om det inte finns möjlighet till detta har vi ett begränsat antal flytvästar för utlåning.

Skidor och skridskor

För de barn som deltar i dessa aktiviteter är det viktigt med väl fungerande utrustning i rätt storlek. Skidbindningen måste passa med barnets känga eller stövel och vara inställd av er föräldrar. Se särskild utrustningsinformation om skidor på sid.3.

Vi önskar att barnen har sin egen utrustning hemifrån men om det inte finns möjlighet till detta finns det möjlighet att låna skidor eller skridskor men dock ett begränsat antal.

Se gärna över ert barns kläder och utrustning lite då och då. MÄRK kläder och utrustning för att undvika onödiga förväxlingar, det underlättar för oss alla. Fråga gärna oss pedagoger vad som verkar fungera för just ert barn i klädväg och utrustning. **Vi hjälper gärna till!**

Utrustningsinformation för Veda & Barke på skidor.

Det här är viktigt att tänka på när det gäller utrustning för barn. Vi har alltid hjälm när vi åker skidor. **Friluftsförskolor rekommenderar Jofas Lekhjälm med grönt säkerhetsspänne. Hjälmen skall vara CE-märkt EN1080.**

Det finns ett begränsat antal av hjälmar för utlåning om möjligheten att ta med egen hjälm inte finns.

Skidor och pjäxor skall passa ihop. Om man väljer att åka i stövlar eller kängor så är det viktigt att foten och vristen på skon är stabil samt att det finns en kant runt sulan så att skidbindningen sitter kvar. Prova att åka hemma så att ni ser att skor och skidor fungerar.

Barnskidor skall vara så pass mjuka att barnet med sin vikt orkar trampa ner spännet för att få en glidyta eller fäste. Detta gör att skidåkningen blir så mycket lättare för barnet.

Till barn som är kortare än 125 cm skall skidorna vara -10 - +10 cm i förhållande till barnets längd. För barn som är längre än 125 cm och upp till 150 cm lägger man till 10 – 20 cm i förhållande till längden. Stavarna bör vara 30 cm kortare än barnet. **Observera att nya stavar är mycket vassa, köp om möjligt med trubbig spets eller "fila" ner den så att den inte är vass, detta för att undvika olyckor.** Till att börja med kommer vi inte att använda stavar att åka med utan mer till att bygga banor och använda dem som hjälpmedel. Det är bättre att träna sin balans utan stavar och det är svårt att hålla reda på flera moment samtidigt.

Skidor och stavar bör vara väl märkta och hopsatta med remmar så att barnen lätt själva kan bära dem fram och tillbaka till skidskolan.

Har du frågor om utrustning? Prata med din ansvariga skidpedagog.

Att ta med skidor till sitt barn är självklart en frivillig aktivitet. Ditt barn kommer också erbjudas andra vinteraktiviteter. Om det inte finns möjlighet att ta med skidor hemifrån har vi ett begränsat antal att låna ut om man önskar.

Vi ser fram emot många härliga upplevelser tillsammans med barnen i Naturen!

Friluftsförskolors Pedagoger