

Utbildningsplan

Höstterminen 2021

Friluftsförskolor Sundsborg



Utbildningsplan för Friluftsförskolor

Mål och metoder

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

Övergripande och gemensamt för alla Friluftsförskolor är att

Förskolan skall vara Trygg, Rolig och Lärrik!

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.

Friluftsförskolors utomhus- och naturpedagogik Med Veda & Barke i Naturen

Veda och **Barke** är med barnen under alla år på Friluftsförskolor 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, och skridskoskola-

Veda & Barke på skridskor för de äldre barnen. Äventyrarna har alltid

den verksamheten och de äldsta Utforskarna enligt vår öva-, pröva-, läroplan.

Vi uppmuntrar alla barn som vill och har skidor att åka i närmiljön när snön finns.

Pulkaåkning är en populär aktivitet för alla grupper.

Friluftsförskolor har en gemensam "Grön tråd" när vi vistas ute men ledorden är Trygg,

Roligt och Lärrik då väder och säkerhet styr omfattningen. Vårt dokument 1:f "Friluftsförskolor

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.

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.

2(2)

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.

Leken är grunden för att träna socialt samspel!

Avslutningsvis...

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.

Utbildningsplan för Friluftsförskolor Sundsborg Upplands Väsby, Höstterminen 2021

Förskolan är öppen måndag till fredag 07:00 till 17:00.

- 07:00 Målet är att vi alltid ska starta dagen ute oavsett väder. Därför är det viktigt att barnen har kläder på sig för att vara ute när de lämnas på morgonen.
- 08:45-09:00 Alla barn är på plats och **lämnade** och klara för att starta upp dagens utbildning. Start med en kort samling i de olika grupperna. Framme på dagens plats har vi en längre samling med varierat innehåll kopplat till det vi arbetar med i gruppen. Under samlingen serveras frukt och dryck till barnen.
Arbetspass med olika inriktning beroende på dag och grupp.
- 11:30 Lunch för barnen i skogen alternativt på förskolan. Efter lunchen sover de barn som behöver ute i vårt vindskydd och de andra barnen har läsvila.
- 14:15-14:30 Mellanmål serveras bestående av dryck, yoghurt, smörgås och frukt.
Lek på gården.
- 16:30 De barn som är kvar erbjuds en frukt.
- 17:00 Sundsborg **stänger** för dagen, att stänga ute är alltid målet.

"Utbildningen i förskolan ska lägga grunden för ett livslångt lärande. Den ska vara rolig, trygg och lärorik för alla barn. Utbildningen ska utgå från en helhetssyn på barn och barnens behov, där omsorg, utveckling och lärande bildar en helhet."

/Lpfö 18

Maten

Maten på Sundsborg tillagas och levereras från Brasserie Maison.

Maten lagas enligt livsmedelsverkets rekommendationer för yngre barn. Ca 40% av produkterna är ekologiska.

Kontaktuppgifter

Telefonnummer till förskolan: 079-334 50 67

Telefonsvare finns om vi inte svarar.

Adress: Sundsborgsvägen 113, 194 52 Upplands Väsby.

Hemsida: www.friluftsforskolor.se

Friluftsförskolors kontor i Hässelby: 08 - 471 9944.

Rektor : Anna-Lena Holmgren arbetar 30 timmar i barngrupp och 10 timmar med administrativt arbete.

Anna-Lena Holmgren kontaktas på telefon 070-438 99 29 eller på

annalena@friluftsforskolor.se

Hör gärna av er om ni har frågor eller funderingar som rör vår förskola.
Bäst når ni rektor Anna-Lena Holmgren på måndag eftermiddag och på torsdagar.

Vi vill att ni gör sjukanmälan/ledighetsanmälan före kl. 7.30 så att vi kan planera dagen på bästa sätt. Meddela alltid förskolan dagen innan ert barn är tillbaka i verksamheten.

**Frånvaro anmäls på Förskoleappen eller att ni ringer till oss på Sundsborg.
Om ni anmäler frånvaro på Förskoleappen, glöm inte att fylla i anledning.**

För att vi ska ha era korrekta närvarotider och kontaktuppgifter vill vi att ni loggar in på Förskoleappen och uppdaterar era uppgifter samt barnets närvarotid under schema. Ni lämnar även där uppgifter om allergier och annat som är bra för oss att veta.

Meddela alltid någon av oss pedagoger om någon annan skall hämta barnet på förskolan. Är vi osäkra eller något är oklart ringer vi alltid er innan vi lämnar ut barnet.

Vi delger information löpande via Förskoleappen. Där kan ni också följa vår pedagogiska dokumentation över barnen individuella samt gruppens lärande och utveckling. All information är ett sätt för oss att ge er vårdnadshavare insyn i verksamheten och ta del av barnens vardag.

Barngrupperna under vårterminen:

Äventyrarna 16 st

1 st barn född- 15

15 st barn födda-16

Elisabeth, barnskötare 40t

Marie, förskollärare 36t

Vikarie resurs till gruppen +vik vid rektorstimmar.

Utforskarna 12 st

6 st barn födda-17

6 st barn födda-18

Anna-Lena, rektor 10t, förskollärare 30t

Hannah, utbildad 35t

Vikarie resurs till gruppen

Upptäckarna 9 st

5 st barn födda-18

4 st barn födda-19

Sussi, barnskötare 40t

Helena, barnskötare 30t

Mål för utbildningen

Målen för vår utbildning hämtar vi från läroplanen för förskolan, Lpfö 18.

Inom Friluftsförskolor har vi också gemensamma övergripande mål:

- Språkutvecklande arbetssätt. Fortbildning för pedagogerna.
- Hållbar konsumtion. Här kommer vi lägga stort fokus på barnens delaktighet.
- Plan mot diskriminering och kränkande särbehandling, Förskolebrevet, Barnkonventionen och Jämställdhet i utbildningen.

Övergripande mål för utbildningen på Sundsborg:

- Alla barn, föräldrar och pedagoger ska känna sig välkomna, trygga och delaktiga på Sundsborg.
- Vi pedagoger ska fokusera på att utmana och stimulera barns lärande och utveckling på Sundsborg.

Höstterminens mål på Sundsborg:

- Språkutvecklande arbetssätt.
- Digitalisering.

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

Grupp	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Upptäckare	Skogen/ gården	Skogen	Skogen	Skapande på gården	Språksamling
Utforskare	Skogen/ gården	Skogen	Skogen Lunch i skogen	Skapande på gården	Språksamling
Äventyrare	Skogen	Skogen Lunch i skogen	Skogen Lunch i skogen	Skapande på gården	Språksamling

Denna veckoplanering är en stomme som ligger som grund varje vecka. Eventuella förändringar meddelas under anslagstavlan på Förskoleappen, där vi också informerar er om vad som hänt och vad som skall ske kommande veckor. Vinterperioden är mer växlande så läs uppdateringar inför kommande vecka via anslagstavlan i appen och på kalendern som hänger i hallen.

Grön Flagg

Vårt tema är: Livstil och Hälsa.

Utvecklingsområdena är:

- Rörelse, genom Yoga, hinderbanor, sång och musik.
- Barnkonventionen som vi kommer ta upp i våra grupper på olika sätt.
- Odlar med barnen och ta hand om våra kompostar.

Barnens ryggsäckar

I ryggsäckarna behöver barnen ha en fylld vattenflaska, sittunderlag samt ett ombyte. Ombytet kan med fördel packas i botten på ryggsäcken som en hårt rullad korg i en påse. Ni packar med matkåsa och bestick de dagar barnen skall äta i skogen. Tänk på att anpassa ryggsäcken efter barnets storlek. Barnen kan ha svårt att packa upp respektive ned själva om ryggsäcken är trång i öppningen. För att underlätta för barnen önskar vi att allt i ryggsäcken är märkt med barnets namn.

Den pedagogiska utbildningen

Friluftsförskolor Sundsborgs utbildning bygger på ledorden **Tryggt, Roligt och Lärorikt**. Vi pedagoger arbetar aktivt för att alla barn ska känna sig trygga i vår utbildning. Förskolans rutiner är lika mellan de olika dagarna för att skapa trygghet för barnen. När barnen är trygga kan vi ha roligt och i de stunderna sker läroprocesserna. Vi pedagoger är positiva förebilder som engagerar och inspirerar.

I vår utbildning arbetar vi utifrån Lpfö 18, Gröna tråden och Friluftsförskolor Övär-
prövar-med naturpedagogik. Dessutom lägger vi fokus på följande områden:

- Självständighet och identitet
- Socialt samspel
- Språk och kommunikation
- Motorisk förmåga
- Naturvetenskap och teknik
- Matematik
- Kreativitet och fantasi

Den här terminen kommer vi att arbeta mer med språk och kommunikation. Vi pedagoger kommer fortbilda oss genom en utbildning som heter; Språkutvecklande arbetssätt.

Språk

Vi ska ta tillvara på barnens initiativ till samtal och utmana dem med frågor som för samtalet vidare. Vi ska hjälpa dem att sätta ord på det de uttrycker och låter dem få talutrymme. Vi ger varje barn möjlighet till olika verktyg för att kunna hantera konflikter. På förskolan finns böcker tillgängliga på olika platser för barnen. Vi har dagligen en läsvila för de barn som inte sover. Vi tar med oss blandad litteratur till våra skogsplatser. Barnen får gärna ta med sig egna böcker hemifrån. På detta sätt får vi varierad litteratur där barnens intresse och inflytande tas tillvara. Vi kommer fortsätta använda bildstöd i vår utbildning för att det ska bli så hanterbart och begripligt för alla barn. Vi fortsätter med veckans stödtecken i alla grupper. Vi kommer fortsätta uppmärksamma de olika hemspråk som finns på förskolan.

"Förskolan ska ge varje barn förutsättningarna att utveckla ett nyanserat talspråk och ordförråd samt förmåga att leka med ord, berätta, uttrycka tankar, ställa frågor, argumentera och kommunicera med andra i olika sammanhang och med skilda syften."

/Lpfö 18

Veda och Barke

Veda och Barke är ett pedagogiskt hjälpmedel och en länk mellan barnen och pedagogerna. Tillsammans med dem samtalar och dramatiserar vi kring olika ämnen.

Gården

Vi jobbar kontinuerligt med att göra gården till en inspirerande och rolig lekmiljö, där barnen kan utmana sig i sin fantasi och kreativitet. Vi har olika stationer och rum med material baserade på årstiden. Vi ska underhålla våra kompostrar med barnen och följa utvecklingen i dem.

Innemiljön

Vi skapar rum som lockar till lek och lärande, där materialet är synligt och tillgängligt för barnen på ett sätt som är tryggt, roligt och lärorikt. Vi ska utveckla miljön efter barnens behov, önskemål och vår naturprofil.

"Miljön i förskolan ska erbjuda alla barn varierade aktiviteter i olika sammanhang. Många valmöjligheter ger ökade förutsättningar för barnen att bredda sina lekmönster och val av aktiviteter."

/Lpfö 18

Vinteraktiviteter

Under vintern kommer vi ha olika aktiviteter så som pulkaåkning, skridskor, skidor och snö/is experiment. Vi kommer spola en isbana på gården, så att alla barn kan få prova på att åka skridskor. Skidor åker vi tillsammans på vår gård och i vår närmiljö. Öva, pröva och lära planen med Veda och Barke på skidor och skridskor finner ni i slutet av utbildningsplanen.

Plan mot diskriminering och kränkande särbehandling.

Sundsborg ska vara en trygg plats där varje barn trivs och utvecklas utefter sin egen förmåga. Alla barn ska bli respekterade för den de är.

De råder nolltolerans mot våld, trakasserier och kränkande behandling på Sundsborg.

Alla barn ska känna sig lika mycket värda och känna till sina rättigheter på förskolan. Vi ska erbjuda barnen olika verktyg för hur man leker och samspekar med sina kompisar. Vi ska kontinuerligt på våra pedagogmöten diskutera och säkerställa vår plan som är föränderlig utefter utbildningen.

Planen kommer att uppdateras och revideras på utvecklingsdagen i oktober.

Barnkonventionen/Förskolebrevet

Barnkonventionen antogs av FN:s generalförsamling den 20 november 1989 och blev lag från 1 januari 2020. Syftet är att ge alla barn oavsett bakgrund rätt att behandlas med respekt och att få komma till tals. Konventionen innehåller rättigheter som varje barn ska ha och gäller alla upp till 18 år.

I våra grupper kommer vi att jobba med Barnkonventionen. Vi använder oss av artiklarna från FN:s Barnkonvention, Liten och Trygg och litteratur. Vårt mål är att arbetet med detta ska stärka barnens integritet och att barnen ska känna till sina rättigheter.

Utvecklingssamtal

Tiden för samtalet är 30 min. Ni bestämmer tillsammans med er ansvarspedagog om samtalet ska hållas utomhus eller digitalt. Samtalet kommer att ske under pedagogens arbetstid, vilket då begränsar tiderna till samtalet.

Födelsedagar

Födelsedagar firar vi genom att uppmärksamma barnen i samlingen. Det barn som fyller år intar sin lunch på en födelsedagsduk och har flaggan vid sin plats. Vi är tacksamma att ni inte delar ut eventuella inbjudningar till kalas på förskolan utan lämnar dem direkt hem till respektive barn.

Behöver ni andra föräldrars mailadress eller telefonnummer tar ni kontakt med Björn på bjorn.granath@hotmail.com (förälder i Utforskargruppen och Äventyrargruppen) Han har en lista som ni gärna får skriva upp er på om ni önskar kunna nås av eller nå andra föräldrar. Exempelvis vid lek eller kalasinbjudningar.

Samverkansgruppen ht-21:

Björn förälder i Utforskargruppen och Äventyrargruppen.

Jenny förälder i Äventyrargruppen.

2 vakanta platser, de platserna kommer tillsättas på föräldramötet den 23/9.

Marie, pedagog i Äventyrargruppen.

Anna-Lena, rektor och pedagog i Utforskargruppen.

Viktiga datum på Sundsborg

- Föräldramöte, digitalt 23/9, kl 17.30-19.00.
- Skördedag, 1/9 på gården.
- Språktåget 13/9, på Sundsborg för barn och pedagoger. Uppstarten för vårt arbete med språket.
- Tisdagen den 28/9 kl.14.00 kommer fotografen till Sundsborg, endast grupp bild tas.
- Fredagen den 15/10 har förskolan stängt för **Utvecklingsdag**.
- Barnboksveckan v. 46 då uppmärksammar vi Nationella läsdagen på torsdagen 18/11.
- Torsdagen den 11/11 uppmärksammar vi Hållbarhetsdagen.
- Måndagen den 13/12 Luciafirande på Sundsborg.
- Onsdagen den 22/12 jullunch på Sundsborg för barn och pedagoger.

Vi ser fram emot en rolig och lärorik höst, och ett gott samarbete med er föräldrar.

Rektor Anna-Lena Holmgren och alla pedagoger på Sundsborg.

Nedan kommer FriluftsFörskolors Gröna tråd, Öva- pröva- läraplan för skridskor och skidor samt kläd och utrustningstips.

21 01 21

1:g

GRÖN TRÅD

Frilufts Förskolors 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 tillfäl. *	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. närmil	alltid	alltid	alltid	
Veda & Barke på skridskor (skola)		enl. öva-, pröva-, läraplan	enl. öva-, pröva-, läraplan	
Veda & Barke på skidor (skola)		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

21 01 04

1:f

Veda & Barke på skridskor/ is

Öva-, Prova-, och läraplan – enligt Gröna tråden

Utforskare	Äventyrare	planering
Grundläggande är att följa kurshäftet	Grundläggande är att följa kurshäftet	
Börja hantera sin utrustning	Klara av att hantera sin utrustning	
Ordningsregler på isen.	Ordningsregler på isen.	
Av/ på		
4 år- prova på skridskoskola*	Följ kurshäfte Veda & Barke på skridskor.	
3 år- känna sig för på isen*	Organiserad skridskoskola	
*om förutsättningar finns	Åka bakåt	
Ramla/ resa sig		
Ta sig framåt/ bakåt		
Träna balans		
Stanna/ bromsa	Träna balans	
Grundteknik	Åka med rätt teknik	
	Naturis/ dubbar	
	säkerhet	
Mål: Börja åka och känna en trygghet och ett sug att sig lära mera	Mål: Klara av övningar enligt kurshäftet	

Veda & Barke på skidorÖva-, Pröva-, och läraplan – enligt gröna tråden

Utforskare	Äventyrare	planering
grundläggande är övningarna i kurshäftet	grundläggande är övningarna i kurshäftet	
Börja hantera sin utrustning Ta på sig skidor, bära	Klara av att hantera sin utrustning	
Skidlek för alla som vill, 4 år- pröva på skidskola	Följ kurshäfte Veda & Barke på skidor, Organiserad skidskola	
Grundteknik Följ kursmaterial Veda & Barke på skidor	Åka med rätt teknik	
Kunna ta sig upp Ramla och resa sig Planmark och spår	Åka genom portar Ploga och svänga Åka köttbulle och spagetti	
Stanna/bromsa Gå uppför/åka nerför	Brantare backar	
Mål: Känna en trygghet och ett sug efter att lära mera	Mål: Ska kunna hantera skidor och åka på längre utflykter	

Kläd- och utrustningstips

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

När det är kallt:

Underställ närmast kroppen, av funktionsmaterial eller ull är att 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, ska 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 vill inte att barnen har huvor på regnjackan. Det är svårt att se/ höra för barnen och det kan finnas stryprisk om huvan fastnar i något. Välj istället en sydväst.

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 skall 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.

3:1

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 dyliskt på dragkedjan så blir det lättare för barnet att öppna ryggsäcken själv.

Hjälmar

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 lekhjälmar 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 skall vara CE-märkt EN1080.
Observera att ingen utlåning av hjälmar sker på våra förskolor, då varje förälder ska vara säker på att sitt barn har rätt och godkänd hjälm.

Flytvästar

Vid alla aktiviteter vid vattnet eller på isen ska barnen ha godkända flytvästar i rätt storlek. *Observera att ingen utlåning av flytvästar sker på våra förskolor, då varje förälder ska vara säker på att sitt barn har rätt och godkänd flytväst*

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. 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.

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 spannet 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 erbjudas alternativa aktiviteter vintertid om inte skidor finns.

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

Friluftsförskolors Pedagoger