



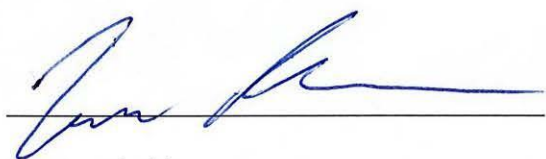
Funktionsprogram med generella riktlinjer
för Falu kommuns förskole- och skolgårdar

Syfte

- att få en samsyn i Falu kommun som underlättar planering, utformning, markförvaltning och skötsel ur barnperspektiv.

Målsättning

- att Falu kommuns förskole- och skolgårdar ska ha trygga och stimulerande lärandemiljöer som ger möjlighet till varierande inlärningsmetoder, tillfredsställer alla sinnen och motoriska förutsättningar ur ett barnperspektiv och med barnens perspektiv.



Jonatan Block/
Skolchef



Lars Ringsby/
Fastighetschef

1. Inledning

Alla förskole- och grundskolegårdar är unika och det finns inte en modell att följa. En bra gård ska ha en stimulerande pedagogisk och hälsofrämjande miljö samt vara en trygg och säker plats för alla som vistas där. Vid planering och utformning av Falu kommuns förskole- och grundskolegårdar ska hänsyn tas till den verksamhet som ska bedrivas på platsen, Boverkets allmänna råd (BFS 2015:1).

Boverket allmänna råd (2015:1)

Vid placering och anordnande av friytor för lek och utvistelse vid fritidshem, förskolor, skolor eller liknande verksamhet bör särskilt beaktas friytans storlek, utformning, tillgänglighet, säkerhet och förutsättningarna att bedriva ändamålsenlig verksamhet.

Med ändamålsenlig verksamhet avses i dessa allmänna råd att friytan kan användas till lek, rekreation samt fysisk och pedagogisk aktivitet för den verksamhet som friytan är avsedd för. Friytan bör vara så rymlig att det utan svårighet eller risk för omfattande slitage går att ordna varierande terräng- och vegetationsförhållanden. Friytan bör kännetecknas av goda sol- och skuggförhållanden, god luftkvalitet samt god ljudkvalitet

En förskole- och grundskolegård bör innehålla tre zoner:

Den trygga zonen närmast byggnaden med närhet till vuxna. Småskaliga trygga platser där man lätt kan ha överblick över vad andra gör på gården.

Den vidlyftiga zonen en bit utanför det trygga närområdet där rörelse och dynamik dominerar. Genom att integrera naturlig och planerad vegetation, höjdskillnader och lekredskap så skapas ett attraktivt område med många möjligheter till fartfyllda lekar och aktiviteter.

Den vilda zonen på gårdens ytterområden kan barn och unga skapa egna platser och få en känsla av frihet långt från byggnaden. Där kan de skapa sin egen ordning, bygga kojor eller hitta egna hängplatser.

Alla förskole- och skolegårdar ska vara framkomliga och generellt anpassade för personer med funktionsnedsättning. Planering, utformning och skötsel av förskole- och skolegårdar ska ske med ett jämställdhetsperspektiv. Multifunktionella gårdar som kan användas på många olika sätt gör det möjligt för fler att hitta sin plats för lust, lek och lärande. Det är vuxnas skyldighet att enligt Barnkonventionens punkt 12, se till att barn och unga ges relevant information och att få uttrycka sin mening i frågor som rör utemiljön på förskolor och grundskolor.

Perioden 2013-2015 har barn- och utbildningsförvaltningen genomfört en omfattande kartläggning av Faluns samtliga förskolegårdar, Faluns grundskolegårdar och lekplatser som används av pedagogisk omsorg. Kartläggningen visade att det behövs lokala generella riktlinjer för våra förskole- och grundskolegårdar med syfte att få en samsyn i Falu kommun som underlättar planering, utformning, markförvaltning och skötsel ur barnperspektiv. Målsättningen är att skapa trygga och stimulerande lärandemiljöer som ger möjlighet till varierande inlärningsmetoder, tillfredsställer alla sinnen och motoriska förutsättningar ur ett barnperspektiv och med barnens perspektiv

De framtagna generella riktlinjerna består av 10 områden som är särskilt viktiga att beakta vid utformning av en bra, fungerande förskole- och grundskolegård i Falu kommun. Dessa riktlinjer är i enlighet med läroplanerna för förskolan Lpfö 98/10, grundskolan Lgr 11, samt Boverkets Allmänna råd (BFS 2015:1) och förtydligandet av lagkravet i PBL, 8 kapitlet, 9 §.

2. Generella riktlinjer för Falu kommuns förskole- och skolgårdar

Kap	Rumslighet	Riktlinje
2.1	Friyta	40 m ² /barn förskolan, 30 m ² /barn skolan Totala storleken bör överstiga 3000 m ²
2.2	Spel- och lekplan	Tillräckligt stor öppen yta för en mångfald av aktiviteter Planens storlek ska vara anpassad för ålder på barn och ungdomar och typ av verksamhet. Grundskolan ska ha mer än en plan och med varierat underlag.
2.3	Utmanande fysisk aktivitet	Barn och ungdomar ska ha möjlighet att pendla, balansera, klättra och hänga på sin förskole- och grundskolegård.
2.4	Pedagogik och skapande	Ytor med möjlighet att ex. vis träna teknik, matte och språk eller för odling, vattenlek och sandlandskap.
2.5	Samlingsplats för klass	Gäller grundskolan Möjlighet att samla en klass för utomhusundervisning på skolgården. Optimalt är flyttbara trappbänkar och skärmtak
2.6	Sitt- och hängplatser	Förskole- och skolgårdar ska ha minimum fem stycken bänkbord. Vid behov av fler ska önsknings från elevråd beaktas. On-stage, off-stage, back-stage främst för årskurs 4- 9
2.7	Enskilda rum och platser för små grupper	Rum som ger möjlighet till fantasilekar, rollspel, socialt umgänge eller att bara få vara ifred. Exempel på sådana rum är häckområden, pilkojor, lekstugor och lusthus.
2.8	Skog, dunge, naturmark	I möjligaste mån bör skogsområden, trädgångar och naturmark finnas på förskole- och grundskolegården.
2.9	Goda sol- och skuggförhållanden	Den fria himmelsvyn skall begränsas av vegetation och vara mindre än 50 % på platser där barnen är mest mellan kl 11-15 under maj-augusti. Det gäller barn upp till åk 6.
2.10	Belysning för trygghet och aktivitet	Fast belysning där barn och ungdomar vistas ofta. Strålkastare med rörelsevakt där lek och lärande sker i mörkare områden.

Vägledningar som texten hänvisar till under rubriken **Lästips:**

A Gör plats för barn och unga. En vägledning för planering, utformning och förvaltning av skolans och förskolans utemiljö, Boverket (2015)

B Skolgården, förvaltning och utveckling av förskole- och skolgårdar, SKL (2015)

2.1 Friyta

Falun följer Boverkets rekommendationer för minsta friyta för förskole- och grundskolegårdar: 40 m²/barn förskolan och 30 m²/barn grundskolan. Totala storleken på friyta bör överstiga 3000 m².

Friytan ska bestå av ytor för olika aktiviteter med varierat underlag som asfalt, gräs och grus. Delar av ytan måste vara öppen för att få upp farten för spring, gruppövningar eller utövande av ämnet idrott och hälsa. En rymlig gård minskar risken för att barn utsätts för skadlig UV-strålning.

Definition av friyta för lek och utevistelse enligt Boverket är den yta som barn och unga kan använda på egen hand vid sin utevistelse i huvudsak under skoltid men även i viss mån på fritiden. Förrådsbyggnader, bil- och cykelparkering samt ytor för lastning och lossning är otillgängliga för barnen och ingår därmed inte i friytan för lek och utevistelse.

Där det inte är möjligt att tillgodose behovet av friyta inom en förskole- och grundskolegård kan det upprättas ett avtal om samutnyttjande av friytor. Ett sådant avtal kan definiera ansvarsförhållandet mellan förvaltningar i kommunen eller mellan olika markförvaltare och intressegrupper, A Boverket s. 62.

De tillfälliga avgränsningarna som finns på många förskolor får inte permanentas och staketen måste vara lätta att fälla upp och ta ihop. Staketen behöver inte vara annat än ett hinder "hit men inte längre" eftersom det finns ett säkert staket bortanför. Barnen måste få upp farten och de som kan röra sig på större ytor får mindre exponering av UV-ljus.



Tillfälliga staket får inte permanentas. Forskningen betonar vikten av att barnen ska kunna röra sig på stora ytor med naturlig vegetation för att öka den fysiska aktiviteten och minska UV-exponeringen.

Lästips:

A Boverket s 12 Centrala begrepp

A Boverket s 15-30 kap 1, Friytan nödvändig för en god livsmiljö

A Boverket s 50-51 Tillräckligt stor friyta lämplig för lek och utevistelse

A Boverket s 54-68 Kommunala riktlinjer för utemiljö ff.

B SKL s 15-16 Barns minskade rörelsefrihet gör gården viktig

B SKL s 36 Konkurrens om marken

Forskningen säger:

C. Boldemann et al., 2005 **Rapport från Centrum för folkhälsa, Avdelningen för folkhälsoarbete.** Barn med tillgång till stora ytor har statistiskt säkerställt större antal steg än barn som inte har tillgång till sådana miljöer. Barnen med flest steg har också lägre UV-exponering .

F. Mårtensson, 2004 **Landskapet i leken - en studie av utomhuslek på förskolegården**

Barn och ungdomar som har tillgång till stora, kuperade och gröna ytor rör sig mera under en dag, är friskare samt har bättre koncentration och nattsömn. Både den fysiska och den mentala hälsan är bättre

F. Mårtensson, C. Boldemann, o.a. 2009. **Outdoor Environmental Assessment of Attention Promoting**

Settings for preschool children – part of salutogenic concept. Den totala storleken på förskolans friyta bör överstiga 3000 m². På en gård som är mindre, oavsett antal barn, kan en barngrupp få svårt att utveckla lek och socialt samspel på ett sätt som tillgodoser deras behov

2.2 Spel- och lekplan

Tillräckligt stor öppen yta för en mångfald av spel- och lekaktiviteter ska finnas på förskole- och grundskolegården. Planens storlek ska vara anpassad efter ålder på barn och ungdomar och typ av verksamhet. För grundskolan ska det finnas flera öppna spel- och lekplaner med varierat underlag som asfalt, gräs och grus.



Spelplan vid Linghedsskolan som skapar jämställda lekar med åldersblandat deltagande

Där det inte är möjligt att tillgodose behovet av en öppen spel- och lekplan inom en förskole- och grundskolegård kan det upprättas ett avtal om samutnyttjande av öppna ytor i anslutning till förskolan/skolan. Ett sådant avtal kan definiera ansvarsförhållandet mellan förvaltningar i kommunen eller mellan olika markförvaltare och intressegrupper, A Boverket sid 61-62.

För att säkra en friyta på någon annans mark är det lämpligt med avtal redan i bygglovsskedet mellan verksamhetsutövaren och den som upplåter marken. Civilrättsliga avtal har inte samma juridiska räckvidd som fastighetsrättsliga regleringar i detaljplanebestämmelser eller servitut, A Boverket s 59-60

Förskolans spel- och lekplan har olika funktion om det är barn mellan 1-3 år eller 3-5 år. De äldre barnen har betydligt större krav på utmaningar för att springa, leka och spela. Det ställs höga krav på spel- och lekplaner i grundskolan. Dels för att genomföra skolans uppdrag, särskilt inom ämnet idrott och hälsa och dels för att ge eleverna förutsättningar till varierande och utmanande rörelser under rast och fritidsverksamhet. Alternativa underlag och utformning ska ge valmöjlighet för olika grupperingar sett ur en mångfald av åldrar, kön och motoriska begränsningar. Asfalterade ytor är minst lika viktiga spelplaner som de av gräs eller grus. Asfalt kan målas med färdiga spelregler och pedagogiska övningar.

Allaktivitetsbana är ny typ av utformning som fått stort gehör. Den liknar en hockeyrink med konstgräs, mål på kortsidor och basket på långsidorna. Ett samutnyttjande som beskrivits ovan är en förutsättning för att den ska användas alla aktiva tider på dygnet, årets alla dagar.

Lästips:

A Boverket s 19 Rymliga utemiljöer behövs för starka och friska barn

A Boverket s 59-63 Verktyg i detaljplanen som säkrar friytor - Samutnyttjande av skolgården

B SKL s 37-38 Samutnyttjande av mark

Forskningen säger:

L-O Dahlgren, Sjölander, Strid & Szczepanski, 2007. **Utomhuspedagogik som kunskapskälla.** Barn behöver både vilda lekar där barn tillåts springa, klättra, sprattla, brottas och jaga runt, och mer lugna fantasilekar. Lekens förlopp blir mera oförutsägbart och egenskaper som sinnlighet och vidlyftighet, leder till att miljön är med som en aktiv part i leken.

SBU:s rapport 2014_01. **Främjande av fysisk aktivitet hos barn och unga.** I rapporten ”Metoder för att främja fysisk aktivitet” fann man att skolbaserade interventioner har positiv effekt på barns och ungdomars fysiska aktivitet under skoldagen och i vissa fall även under fritiden.

2.3 Utmanande fysisk aktivitet

Barn och ungdomar ska ha möjlighet att pendla, balansera, klättra och hänga på sin förskole- och grundskolegård.

Fysisk aktivitet har stor betydelse för barn och ungas kroppsuppfattning, psykosociala och motoriska utveckling samt kognitiva förmåga. Mycket tyder på att barnens fysiska aktivitet har minskat och deras stillasittande aktiviteter ökat.



Höjder är viktigt för barns motorikträning och skapar goda möjligheter för inläring av teknik och tyngdlagar.

Här är två knattar vid Envikens förskola som med stor möda tagit sig upp för slänten och sedan ser hur cykelfälgarna rullar ner. En lek som aldrig ville sluta.

Höjder ska finnas på alla förskole- och grundskolegårdar. Finns det inte naturligt så ska det anläggas. En nivåskillnad skapar övning och utveckling av motorik, balans och naturvetenskapliga experiment. Kuperad terräng med höjder har visat sig locka barn och unga till fler steg per dag under alla årstider. Höjdens nivå ska anläggas med tanke på en trygg men ändå utmanande vinterrutschkana utifrån verksamhetens ålder.

Klätterställning och/eller parkourbana önskas av barn i alla åldrar. Dessa tillfredsställer en mångfald av motoriska rörelser och vid utformning ska svårighetsgraden vara utmanande för den åldersgrupp som anläggningen är planerad för. Klätterträd har en hög prioritering eftersom forskning visar att barn som faller från träd skadar sig mindre än de som faller från färdiga klätterställningar.

Unga som gamla gillar att gunga. Det är en stimulans och träning av balanssinnet och som behöver övas hela livet. Barn och särskilt ungdomar i grundskolan, efterfrågar de stora ”kompisgungorna”. För högstadiet barnen används dessa också som sociala hängplatser.



Kompisgungor skapar naturliga möten. Här ett gäng från Främbyskolan som trivs så bra att dom glömt bort att man max får vara fyra samtidigt i gungan.

Lästips:

- A Boverket s 18-20 Den viktiga fysiska aktiviteten
- A Boverket s 80 Platsens förutsättningar styr
- A Boverket s 91 Varierande terräng- och vegetationsförhållanden
- B SKL s 18 Lekens drivkrafter, Lek i buskar

Forskningen säger:

A. Lenninger och T. Olsson 2006, **Lek äger rum. En populärvetenskaplig bok om planering för barn och ungdomar.**

Lärarnas nyheter 2009/03/31 Intervju med Patrik Grahn, professor i landskapsarkitektur. En klätterställning är ofta farligare för ett barn än ett träd, där höjduppfattningen är naturligt inbyggd och där det finns grenar att gripa tag i vid ett eventuellt fall. Mjuk mark är bättre än asfalt eller grus och om barnen får lära sig att utforska olika miljöer från det att de är mycket små, lär de sig själva var gränserna går och växer successivt tillsammans med sin omvärld.”

Riksidrottsförbundet, utgåva 7, 2009 **Varför idrott och fysisk aktivitet är viktigt för barn och ungdom.** Samlade forskningsrapporter, tidskrifter och tidningar som behandlar idrott, fysisk aktivitet och hälsa, främst för barn och ungdom.

2.4 Pedagogik och skapande

Förskole- och grundskolegården ska ha varierad rumslighet som ger goda undervisningsmöjligheter samt områden som stimulerar det egna utforskandet. Natur- och odlingsområden, vatten- och sandlandskap är exempel på områden som främjar rollspel, skapande och inläring.

Förskole- och skolegårder ska stimulera till växelvis lärande mellan inne och ute. Pedagogerna behöver multifunktionella utemiljöer för att undervisa i olika ämnen och även stimulerar ett ämnesövergripande arbete. Detta kräver varierande naturtyper, underlag och möjlighet för barn, ungdomar och vuxna att förändra rumsligheten. Områden stora nog för att bygga en tillfällig verkstad, vattenlek, musikrum, mattehörna eller liknande. Områden där det går att bygga koja, häststall eller annan typ av rollspel. Områden för att kunna odla. Asfalterade områden för att träna och spela. Områden som gärna kan ha flera funktioner på en och samma plats.

Från förskola till åk 6 bör det finnas sandlådor med utmanande material som diskbänkar eller bord, vilket stimulerar rollspel. Grundskolans alla åldrar vill ha sandområden där de kan hoppa, springa, skapa och göra banor. Sand är användbart för olika undervisningsmoment.



Naturområden med stenar och buskar bör bevaras på förskole- och grundskolegårder. De lockar till många olika typer lekar och rollspel eller kan användas till mötes- och hängplatser. Vegetationsytor har visat sig vara könsneutralt kodade och skapar jämställd lek. Är lekmiljön rik på vegetation som är användbar för lek underlättar man för flickor och pojkar att leka tillsammans. Multifunktionella platser som kan användas på många olika sätt gör det möjligt för fler att hitta sin plats och sitt sätt.

Forskningen pekar på vikten av löst material för lek och utforskande. Markförvaltarens uppgift är att ge möjlighet.

Gårdarna ska ge möjlighet till lek och lärande. Vattenhörnan på Envikens förskola är ett bra exempel

Lästips:

- A Boverket s 24-25 Plats för lärande: bättre resultat och bestående kunskaper
- A Boverket s 84-91 Utemiljön som pedagogiskt rum ff.
- B SKL s 19 Rumslig och varierad topografi
- B SKL s 2 Löst material och tillfälliga platser
- B SKL s 26-29 En gård för utomhusbaserat lärande, Skötsel i barnets ögonhöjd

Forskningen säger:

L-O. Dahlgren m fl. 2007. **Utomhuspedagogik som kunskapskälla.** Utomhuspedagogik kan bidra till en mer kreativ skolutveckling. Utmaningen ligger i att skapa innovativa, kreativa lärmiljöer för barn och ungdomar, där allas kompetenser och talanger kan komma till uttryck. Livskraftig kunskap skapas i växelverkan mellan den fysiska inomhusmiljön och utomhusmiljön som bildar en gemensam arena för lärande

K. Malone 2008 **Every Experience Matters An evidence based review on the role of Learning Outside the Classroom for children's whole development from birth to eighteen years.** Utmanande miljöer utanför det formella klassrummet ger unga människor den grund de behöver för att hantera komplexa miljöer. Bevis finns att dessa erfarenheter kommer att ha betydande inverkan på barnets hela utveckling, hälsa och välbefinnande.

Skolans läroplaner Lpfö 98/2010, Lgr 11 och Gy11, Kap 1 Värdegrund och uppdrag/ uppgifter. Lgr 11, Kursplan Teknik önskar tillgång till enkla mekanismer som hävstänger. En genomtänkt utformad skolgård kan ge många pedagogiska verktyg.

2.5 Samlingsplats för klass

Möjlighet att samla en klass för genomgångar vid utomhusundervisning på skolgården. Flyttbara trappbänkar är lämpliga som ”uteklassrum”. Skärmtak ökar möjligheten för utomhusundervisning i olika väder.

Traditionellt sker lärandet oftast inomhus. Forskningen visar att en balans mellan inomhus- och utomhusundervisning ger eleverna mer bestående kunskaper. Skolgårdarna ska stimulera och ge möjlighet för pedagoger att enkelt flytta ut undervisningen. Många pedagoger i Falu kommun anser att hindret för att bedriva undervisning utomhus är bristen på lämpliga samlingsplatser för en helklass. En plats för genomgångar och efterarbeten. Helst lite avsides så att övriga elever på rast, inte stör. Fritidsverksamheten, som är mycket utomhus på skolgården, efterfrågar också samlingsplatser för större grupper.



Västra skolan har flyttbara trappbänkar som är funktionella båda för lektioner och raster. Ett skärmtak som finns på Vikaskolan är bra sol- och regnskydd och kan användas till utomhuslektioner, matstunder och lek,

Skärmtak är bra som skydd för regn och snö, men även för stark sol. Fritidsverksamheten är beroende av bra samlingsplatser med skugga under perioden maj - augusti. Dessa skärmtak bör rymma flera bänkbord i rad för matstunder, skapande och undervisning.

Lästips:

A Boverket s 24-25, Plats för lärande: bättre resultat och bestående kunskaper

A Boverket s 84-91 Utemiljön som pedagogiskt rum ff.

B SKL s 26-27 En gård för utomhusbaserat lärande

Forskningen säger

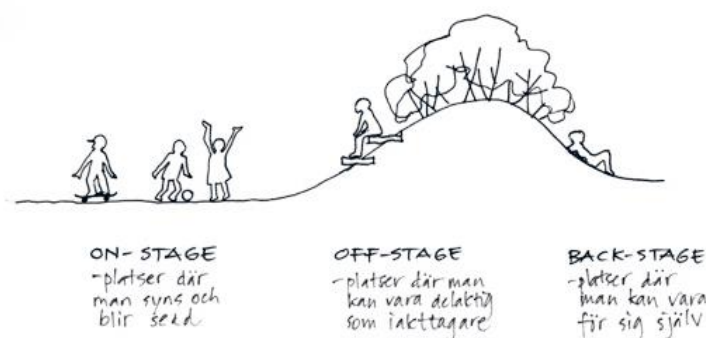
Samma som kap 2.4 Pedagogik och skapande.

2.6 Sitt- och hängplatser

Sittplatser med många funktioner ska finnas på förskole- och grundskolegårdar. Ett minimum mått är fem stycken bänkbord. Vid önskan om fler bänkbord ska elevrådets önsknings särskilt beaktas. På skolgårdar för åk 4 - åk 9 ska sociala mötesplatser finnas i närheten av fysiska utmaningar som gör det möjligt att vara on-stage, off-stage, back-stage.

Utomhusundervisning av olika ämnen kräver gruppaktiviteter och lösa bord för grupparbete i en helklass. Förskolan och fritidsverksamheten behöver bänkbord för matstunder ute, lämpligt under ett skärmtak. Flyttbara bänkbord gör att de kan nyttjas på olika sätt under skoltid och fritid.

Grundskoleelever vill ha hängplatser för socialt umgänge på raster och fritiden. Hängplatser är lika viktiga områden för många elever som ytor för bollspel är för andra. Dessa ytor kan med fördel kombineras i något som kallas on-stage, off-stage, back-stage. Alla vill inte vara i centrum utan vill sitta och titta på eller kanske träna eller leka ifred på en lite mindre yta. Förskole- och skolgårdarna ska därför vara multifunktionella med en jämställdhetstanke.



Skolgårdar för äldre barn bör utformas där man kan få vara i centrum, vara iakttagare eller vara för sig själv. Bild av Lena Ljungmark, från SKLs vägledning s 24

Sittplatser behöver inte vara bänkar, det kan stockar, räcken och trappor som har en kombinerad funktion. Sittplatser av betong och sten kan ha en sittplatta i trä för att undvika nerkylning. Undvik fasta bänkar runt trädstammar eftersom barn och unga vill titta på varandra och ha flyttbara sittplatser för att umgås.

Lästips:

- A Boverket s 24 Sociala mötesplatser viktiga för äldre barn och unga
- A Boverket s 86 Gårdens olika rum
- A Boverket s 88 Reträttplatser för vila och återhämtning
- A Boverket s 98 "Hängplatser" för äldre barn
- B SKL s 24 Plats för äldre barn

Forskningen säger

K Malone 2008, **Every Experience Matters. An evidence based review on the role of Learning Outside the Classroom for children's whole development from birth to eighteen years.** Genom att uppleva världen utanför klassrummet så lär sig barn att umgås och interagera på nya och utvecklande sätt med sina kamrater och med vuxna. Studier visar på förbättrad uppmärksamhet, självbild, självkänsla och mental hälsa.

Utemiljö 3/2015 **Jämställd lek i utemiljöer.** Intervju med Fredrika Mårtensson, universitetslektor och forskare vid SLU Alnarp. Hon menar att det ofta skapas aktiva platser för pojkar och lugna platser för flickor men i naturliga miljöer verkar pojkar och flickor leka mer jämlikt. I alla projekt som involverar barns delaktighet och jämställdhet måste man fråga sig vilka det är som inte är med, vilka är exkluderade.

2.7 Enskilda rum och platser för små grupper

Varje förskole- och grundskolegård ska erbjuda trygga platser för mindre grupper och enskilda där barn och unga kan uppleva att få vara i fred. Dessa rum kan ge möjlighet till fantasilekar, rollspel, socialt umgänge eller bara få vara, utan att störas.

Förskole- och grundskolegårdar ska erbjuda miljöer som inte bara främjar sport och vilda aktiviteter utan även miljöer för rollspel, samtal, enskildhet, sinnliga upplevelser och stillhet. Särskilt barn som vistas på fritids behöver egna vrår efter en lång skoldag.

Häckområden, pilkojor, lekstugor och lusthus är bra exempel på rumsbildningar för enskilda och mindre grupper. Häckområden ger förutom små rum och skrymslen även solskydd. Häckarna måste tåla slitage och skötas med ögon för hur barn och unga använder dessa.

Vid nästan alla åk F- 6 skolor sker hästlekar i smågrupper som kräver skrymslen och löst material för att bygga stall och fållor. Hur skapar man bra förutsättningar för hästlekar?



Kojbyggen och hästlekar är viktiga rollspelslekar på en F-6 skola. Här ett fantastiskt stallbygge av det naturen bjuder vid Toftaskolan.

Lästips:

- A Boverket s 86 Gårdens olika rum
- A Boverket s 88-89 Reträttplatser för vila och återhämtning
- B SKL s 21 Restorativa kvaliteter
- B SKL s 28-29 Skötsel i barnets ögonhöjd

Forskningen säger

M. Kyhlin, 2004. **Från koja till plan: om barnperspektiv på utemiljön i planeringssammanhang.** I planeringssammanhang fokuserar på utemiljöns funktionella, visuella och estetiska värden, medan utemiljöns värde för barnet mer handlar om med vilken mening platser laddas med genom egen aktivitet. Alla barn i undersökningen upplevde kolan som en social plats samtidigt som den upplevdes som hemlig.

M. Jansson 2013, **Children´s perspectives on playground use as basis for children´s participation in local play space management**". Överallt i världen leker barn i kojor, som är mer eller mindre hemliga för andra kompisar eller för vuxna. Kojor kan också vara öppnare och mer sociala, där många får komma in och leka. Vuxna uppfattar och beskriver den fysiska miljön annorlunda än barn.

2.8 Skog, dunge, naturmark

I möjligaste mån bör skogsområden, trädjungar och naturmark finnas på förskole- och grundskolegården. Vegetation ger en föränderlig och rik miljö med pedagogiskt material, sinnesintryck, årstidsvariationer och hälsofrämjande utmaningar.

Träd- och buskområden ger skugga mot UV-ljus. Löst material som faller från träd och buskar är viktiga för skapande och ämnesövergripande arbeten. Naturområden med stubbar, stenar och stammar stimulerar till rollspel och påhittade lekar för både små och större grupperingar. Träd ger möjlighet att hänga upp konstverk, rep, presenningar och göra förskole- och grundskolegården dynamisk, lärorik och spännande och kan i bästa fall även vara klätterträd

För mindre barn kan en lågväxande bestånd av klättrvänliga buskträd vara en nog så spännande skog. Stockar och rishögar ska så långt som möjligt sparas på förskole- och grundskolegårdar för barnens kreativa lekar och kojbyggen.



Naturmark lockar till fysisk aktivitet och rollspel. Vid Lingshedsskolan har en spännande hinderbana skapats med några enkla rep mellan träden

Lästips:

- A Boverket s 23 Rymliga gröna miljöer för samspel tvärs ålder och kön
- A Boverket s 80-81 Platsens förutsättningar styr
- A Boverket s 87 Gårdens olika rum
- A Boverket s 91-92 Varierande terräng- och vegetationsförhållanden
- A Boverket s 99 Att tänka på 4:1 Slitage på vegetation och slänter
- B SKL s 18 Lek i buskar
- B SKL s 23 Lagom mycket solljus
- B SKL s 25 En jämställd gård
- B SKL s 28-29 Skötsel i barnets ögonhöjd

Forskningen säger

C. Boldemann et al. 2005. **Förskolegårdar med naturlika miljöer oftast är de som är mest positiva både för barnens utveckling och för deras hälsa** På svenska förskolor har utomhuslek på rymliga och gröna gårdar visat sig ha samband med bättre nattsömn, välbefinnande, viktkontroll

J. Faskunger, Folkhälsomyndigheten 2008. **Barns miljöer för fysisk aktivitet- – samhällsplanering för ökad fysisk aktivitet och rörelsefrihet hos barn och unga.**

F.Mårtensson 2004, (P Grahn mfl 1997) **Landskapet i leken - en studie av utomhuslek på förskolegården.** På den förskola där barnen vistades mer tid i en utomhusmiljö med naturkaraktär var sjukfrånvaron lägre och barnen visade bättre resultat på tester av motorik och koncentration.

Naturvårdsverket 2011, **Den nyttiga utevistelsen? Forskningsperspektiv på naturkontaktens betydelse för barns hälsa och miljöengagemang.** Utomhusleken kan också bidra till mentalt välbefinnande genom stressreducering, återhämtning och uppbyggnaden av olika exekutiva funktioner

2.9 Goda sol- och skuggförhållanden

För barn upp till åk 6 ska den fria himmelsvyn begränsas av vegetation och vara mindre än 50% på platser där barnen vistas mest mellan kl. 11-15 under maj-augusti .

Barnens hud är känslig och behöver skyddas mot alltför mycket ultraviolett, UV, strålning, men också få en viss mängd solljus för att tillgodogöra sig D-vitamin. Det krävs god planering för att skapa goda sol- och skuggförhållanden på förskole- och grundskolegårdar. Saknas växtlighet kan akuta problem med stark sol lösas med någon typ av solsegel. Viktigast är att skapa goda skuggförhållanden för förskolan och fritidshem där barnen vistas mycket ute mitt på dagen under perioden maj-augusti.

Mätningen av den så kallade himmelsvyn, Sky view effect, görs med hjälp av en kamera med fisheye lins som fotar med 180 graders vinkel. Det är en svår metod, oftast går det ganska enkelt att uppskatta himmelsvyn genom att titta mot himlen.

På solexponerade platser med stillasittande lek, exempelvis sandlek, bränns huden lätt. Vuxnas krav på överblick över barnen kan också leda till att barnen vistas mer i öppna solexponerade ytor än nödvändigt. En rymlig utemiljö som stimulerar fysisk aktivitet där man får upp farten, ger bättre hälsa och mindre UV-exponering.



Fritids på Hälsinggårdsskolan skapar och målar på plattorna. Vad bra det hade varit om det funnits ett skuggande träd!

Lästips

A Boverket s 21 Barn särskilt känsliga
A Boverket s 85 Utemiljön som pedagogiskt klassrum
A Boverket s 93 Goda sol och skuggförhållanden
B SKL s 23 Lagom mycket solljus
SPRING Ett projekt med barns hälsa och lärande i fokus 2008 – 2010, Nynäshamn

Forskningen säger

C. Boldemann m fl. 2005 Rapport från Centrum för folkhälsa, Avdelningen för folkhälsoarbete. **SCAMPER Sunshades and Children's mental, motor and physical abilities in skill-promoting Environments.** Barn med tillgång till mycket vegetation (träd, buskar) på stora, kuperade ytor hade statistiskt säkerställt större antal steg per minut och lägre UV-exponering fastän de i flera fall var mera ute än de andra.

Förskolebarnens utemiljöer. Hälsoaspekter. Socialmedicinsk tidskrift, 2013, 90, 4/2013, C. Boldemann temaredaktör. Utemiljöer som uppfyller kriterierna för en god utemiljö ifråga om yta, variation och vegetation ger också lagom sol så att barnen kan vara ute mest hela dagen utan att riskera skadlig UV-exponering.

Strålsäkerhetsmyndigheten & Länsstyrelserna 2009. **Solskyddsfaktorer Sju tips för säkrare lekplatser och friskare barn** Klätterställningar, gungor, sandlådor och andra populära lekinstallationer bör placeras så att de är skuggade av växtlighet mellan 11 och 15.

2.10 Belysning för trygghet och aktivitet

Samtliga delar av en förskole- och grundskolegård bör vara belyst. Fasta belysningar där barn och ungdomar vistas ofta och strålkastare med rörelsevakt där lek och lärande sker i mörkare delar som skogsområden, pulkabackar och liknande. Övriga ytor bör ha anpassad belysning för att skapa tillgänglighet, trygghet och minska förstörelse under kvällar och helger.

Barn och unga vistas till stor del på förskole- och grundskolegårdar under årets mörka årstider. God belysning är viktigt för att få lust att vistas ute tidigare och senare på dagen, året runt. Genomtänkt ljussättning utomhus, kan skapa spännande rum för alla åldrar.



En bra belysning av skolgårdens framsida finns på Vikaskolan.

Upplysta gårdar underlättar för personalen att ta ansvar för barnens säkerhet. Gården blir också mer tillgänglig för samnyttjande under kvällar och helger. Eventuell förstörelse kan minska om gården blir belyst genom ökad insyn.

Lästips

A Boverket s 97 Belysning för trygghet och aktivitet
B SKL s 22 Belysning för trygghet och lek
SKL 2012 skrift, Tillgänglighet för alla

Forskningen säger

B. Persson m fl. 2010, **TRÖJ Trygghetsbefrämjande rönjningar av planteringar i parker och bostadsområden**. Upplevelsen av trygghet verkar vara beroende av hur den utglesade vegetationen samspelar med belysningen. För att ett buskage ska vara genomskiktligt när det är mörkt, krävs en ljuskälla som lyser upp vegetationen.

Stadsplanering Malmö stad **Skolgårdens ansikten**: Skolgården kan vara en ensam, mörk och otrygg plats att besöka efter mörkrets inbrott. Vår ljussättning är dynamisk och fokuserar växelvis på skolans fasader och på de olika lektyorna på skolgården. Lektyorna får ett blandat, färgat ljus med mönster och rörelse. Detta ger liv åt de annars så tysta och mörka ytorna. På skolans fasad projicerar vi siluetter av människor, kanske någon som går eller arbetar på skolan, vilket ger den stängda byggnaden, med sina mörka fönster, lite mer liv även sent på natten.



Klätterträd på Rönndalsskolan.

Sammanställning och foto:

Gittan Matsson, gittan.matsson@falun.se

Barn och utbildningsförvaltningen, Falun januari 2016