

Utbildningsplan

Ht 2023

Lantgårdens förskola



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 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.

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-, läraplan.

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

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.

Lantgårdens förskola

Förskolan utgör det första steget i utbildningssystemet och ska lägga grunden för ett livslångt lärande. Vårt pedagogiska uppdrag och förskolans mål finns formulerade i Läroplan för förskolan (Lpfö 18) och Skollagen (SFS 2010:800).

Av Skollagen (SFS 2010:800) framgår att utbildningen i förskolan syftar till att barn ska inhämta och utveckla kunskaper och värden. Den ska främja alla barns utveckling och lärande samt en livslång lust att lära. Utbildningen ska också förmedla och förankra respekt för de mänskliga rättigheterna och de grundläggande demokratiska värderingar som det svenska samhället vilar på. Förskolan ska vara rolig, trygg och lärorik för alla barn.

I den senaste revideringen av Läroplan för förskolan (Lpfö 18) har begreppet verksamhet ersatts av begreppet utbildning för att visa att förskolan är första delen i det svenska utbildningssystemet.

Barns rätt till kroppslig och personlig integritet skrivs för första gången in i läroplanen samt lekens betydelse har fått ett större utrymme.

Vidare blev den 1 januari 2020 FN:s konvention om barnets rättigheter lag i Sverige (SFS 2018:1197). Detta medför att utbildningen alltid skall utgå ifrån vad som bedöms vara barnets bästa, att barn har rätt till delaktighet och inflytande, och att barnen skall få kännedom om sina rättigheter.

I utbildningen ingår undervisning som förskolläraren har ett särskilt ansvar för att den genomförs. Undervisning sker utifrån planerade tillfällen men kan också ske vid spontana tillfällen när barnens intressen vid stunden fångas upp.

Alla i arbetslaget har ett ansvar för att erbjuda varje barn en trygg omsorg samt främja alla barns utveckling och lärande.

I utbildningen sker lärande och utveckling kontinuerligt.

En del i arbetet med trygghet har vi en lika behandlingsplan som vi arbetar med utifrån aktiva åtgärder för att motverka diskriminering och kränkande behandling.

En annan del är att alla pedagoger har skrivit på "Förskolebrevet" som syftar till att förebygga sexuella övergrepp mot barn i förskoleålder genom att öka kunskapen och medvetenheten om grundläggande integritetsarbete inom förskolan. För att förhindra att vuxna kränker barns integritet och arbete med barns integritet.

Arbete med Normer och Värden eller det demokratiuppdrag som åligger förskolan ser vi som en kontinuerlig pågående process genom inflytande, delaktighet och ansvarstagande.

Förskolans öppettider och tider

7:00	Förskolan öppnar
9:00	Fruktstund
9:00-10:30	Undervisningstid/ 3-5 dagar i veckan
11:00	Lunch
14:00	Mellanmål
16:30	Frukt
17:00	Förskolan stänger
7:00-17:00	Utbildningstid

Förskolans kontaktuppgifter

Lantgårdens förskola
Lantgårdsvägen 85
192 74 Sollentuna
Telefon: 079-347 89 64

Förskoleappen

I förskoleappen läggs schema för barnens behov av vistelsetid. Vid tillfälliga ändringar av vistelsetiden sker det i direkt dialog med pedagogerna på plats.

Vid eventuell frånvaro meddelas det via förskoleappen innan 7:45.

I förskoleappen kan ni följa vad förskolan erbjuder för undervisning och utbildning.

Rektor

Kerstin Jakobsson
Telefon: 070 23 99 614
kerstin@friluftsforskolor.se

20 timmar och i huvudsak på Lantgården torsdag, fredag och vissa tisdagar.

Avdelningar/ grupper

Upptäckarna: 8 barn och två inskolningar vid årsskiftet.

Pedagoger:

Iulia, bsk 40 timmar

Therese, fsk 40 timmar

Utforskarna/Äventyrarna: 11 barn

Pedagoger:

Ami, bsk 40 timmar

Lina, fsk 40 timmar

Övergripande mål för Lantgården

Vision:

Alla barn skall lämna förskolan som trygga individer med en god självkänsla och en lust till att erövra ny kunskap.

Mål:

- Barnen på Lantgården ska under hela sin vistelse på Lantgårdens förskola få de bästa förutsättningarna och stöd att utvecklas inom alla förskolans målområden som anges i Läroplan för förskolan.

- Hållbar utveckling

Vi vill att barnen genom utbildningen skall ges möjlighet att tillägna sig ett intresse och ett ekologiskt och varsamt förhållningssätt till sin omgivande miljö, till natur och samhälle. Vi vill även att barnen skall utveckla kunskaper om hur våra val kan bidra till en hållbar ekonomisk, social och miljömässig utveckling.

För att nå målen kommer vi:

Att skapa förutsättningar för alla barnen att utvecklas utefter var och ens intressen och behov inom alla läroplanens målområden och med fokus på olika målområden terminsvis. *Det innebär exempelvis att utbildningen fokuserar på några utvalda målområden att undervisa inom i olika perioder. Detta görs genom kartläggning av varje enskilt barn samt barngruppen.*

Personalgrupp

Att skapa goda samarbetsytor med vårdnadshavare. Detta görs genom en daglig kommunikation samt riktade aktiviteter så som utvecklingssamtal, föräldramöten och liknande.

Förhållningssätt

Att vara när och härvarande med barnen och ta barnens frågor på allvar och lyssna på deras berättelser, hypoteser och teorier om stora och små frågor.

Att vara en medforskande pedagog.

Att inta ett normkritiskt förhållningssätt. *Grunden i ett aktivt arbete mot diskriminering och kränkande behandling.*

Metoder och verktyg

Att kontinuerligt genomföra planering-, reflektion-, uppföljningar-, utvärderingar- och analys tillfällen i syfte att utveckla utbildningen för att främja barns trygghet, lärande och utveckling.

Att arbeta med pedagogisk dokumentation. Som ett stöd att utveckla, involvera och dokumentera olika lärprocesser i undervisningen.

Att arbeta med natur och utomhuspedagogik.

Som innebär att utbildningen, undervisningen och leken sker till största del utomhus. Barnen får tidigt en relation till naturen som möjliggör att de bygger upp en respekt och omtanke för djur, natur och klimat.

Att arbeta med Grön Flagg.

Grön Flagg är ett lärandeprogram för att ge barnen möjlighet att vara en del i en hållbar värld.

Arbeta temainriktat för att barnens lärande ska bli mångsidigt och sammanhängande.

Att använda oss av Veda och Barke som verktyg.

Som en länk mellan pedagog och barn för barnens trygghet och lärande.

Utforskarna, Upptäckarna och Äventyrarna

Lantgårdens utbildning inkluderar hela verksamheten med alla dess komponenter, både omsorgssituationer, planerad undervisning och spontant lärande.

Några exempel:

I hallen övar vi på att klä på att stå på ett ben när vi sätter på oss skor, att dra upp dragkedjor.

Vid toalettbesök/blöjbyte pratar vi om integritet och hygien.

Vid mat och mellanmål smakar vi på olika saker, lär oss att bre en macka, äta med bestick och hålla ett glas.

På gården lär vi oss leka och att dela med oss.

I skogen lär vi oss att hålla reda på en "gåkompis", att vara snäll om naturen och träffar på olika slags insekter, svampar och träd (mm) som vi lär oss om.

I alla dessa situationer tränar barnen socialt samspel, motorik och språk.

Pedagogernas förhållningssätt

Vi pedagoger ser lärande som något som ständigt är närvarande i förskolans och barnens vardag och som något som sker i allt vi gör.

Som pedagoger har vi ett öppet och utforskande förhållningssätt och ser alla barn som kompetenta. Vi lyssnar på barnen och uppmuntrar dem att uttrycka sina åsikter och tankar. Vi har ett närvarande förhållningssätt för att tillgodose de behov som finns gruppen, både på individuell nivå och på gruppnivå.

Vi benämner ständigt saker, lär oss nya ord och bidrar därmed till en gemensam språkutveckling.

Vi har ett normkritiskt synsätt som vi tillämpar både ur ett jämlikhets- och jämställdhetsperspektiv, där vi ger alla barn samma förutsättningar oavsett kön, ålder, etnicitet osv (baserat på de sju diskrimineringsgrunderna).

Vi lyssnar och är nyfikna på barnens frågor och intressen och utmanar dem att hitta egna lösningar och svar. Eller så tar vi reda på och/eller undersöker saken tillsammans.

Undervisning är de aktiviteter/lärtillfällen vi erbjuder under en viss tid på dagen som vi valt att knyta an till det projekt och/eller målområde som vi jobbar med just nu. Undervisningen planeras till stor del efter det som fångar barnens intresse och av den anledningen sker

finplaneringen av undervisningen veckovis. Undervisningen har ett syfte och knyter an till Läroplan för förskolan (Lpfö18) och det uppdrag vi har som pedagoger.

Undervisningen dokumenteras och följs upp i syfte att utveckla utbildningen.

Barngruppens nuläge

Vi har många nya barn och barn som flyttat upp till en ny avdelning. Alla har olika förutsättningar, styrkor och behov och genom att dela upp så att vi har "ansvarsbarn" så kartlägger vi barngruppernas behov och hur vi bäst ska kunna utmana och stödja barnen i deras lärande och utveckling.

Barngruppens fokus och mål

Ett stort fokus för oss nu i början är att jobba ihop oss som arbetslag, att lära känna alla barn och att komma in i nya och gamla rutiner. Att bekanta oss med skogen och all utrustning som ska med, att blir bekväma i att sätta upp vindskydd och laga mat utomhus. Vi jobbar mycket med barngruppen och det sociala samspelet, att vara en fin medmänniska, att ta hand om och bry oss om varandra. Vi övar på att samsas om saker, att vänta på sin tur och att lösa logistiken och konflikter i vardagen. Vi övar på att gå på led till och från skogen, att hålla koll på sin kompis som är framför och bredvid. I skogen övar vi på att inte gå för långt bort, de måste alltid se en pedagog därifrån de är.

Vi kommer under september att starta med utvecklingssamtal där syftet är att lyfta in vårdnadshavarnas perspektiv gällande barnets styrkor och behov samt att skapa en god kontakt med hemmet. Vi vill att vårdnadshavare ska känna att de är delaktiga i sitt barns förskoletid.

Grön Flagg

Här har vi inför hösten valt att fokusera på saker som passar in i temat "Livsstil och hälsa" då det är både viktiga utvecklingsområden och sådant som vi till viss del redan gör och vill utveckla/bli bättre på. Det innebär för oss att vi i den "ekologiska dimensionen" kommer att prata om/jobba med odling och att laga egen mat. I den "sociala dimensionen" handlar det om människans välmående och välbefinnande. Här kommer vi att prata om/jobba med rörelseglädje och Barnkonventionen. I den "ekonomiska dimensionen" kommer vi att prata om/jobba med att inte slänga saker som är trasiga, att laga och återbruka. Vi hoppas kunna skapa egna leksaker och miljöer på gården tillsammans med barnen.

Tema och aktiviteter

Som start har vi valt att med inspiration av Grön Flagg att minst en dag i veckan jobba mer konkret med Barnkonventionen. Här kommer vi att gå igenom de olika artiklarna genom att jobba med det material "Natur & Kultur tagit fram i och med "Kompisböckerna". De olika tema artiklarna kommer att ligga som ett "paraply" och inspirera till vad vi pratar om och vilka böcker vi läser. Till exempel "Lika värde". Vi läser boken, samtalar om den och knyter an till det aktuella temat genom andra böcker och genom att se på hur vi kan tillämpa det i vår vardag och i naturen. Vi ser det som en kontinuerlig pågående process genom hela utbildningen.

Som tema för ett mer långtgående projekt har vi valt "skogen". Vi har sedan iakttagit barnens intressen när vi är i skogen och märkt att det barnen intresserar sig för just nu är svampar, så vi har därför börjat utforska svamp på olika sätt.

Vi kommer att ta inspiration från de stöddokument som Friluftsförskolor har kring utomhuspedagogik och vad barnen ska få möta i respektive grupper; Upptäckarna, Utforskarna och Äventyrarna. Vårt mål är också att dela grupperna för att anpassa utbildningen efter de behov och stöd varje enskilt barn behöver.

Vad gäller material så vill vi så långt som möjligt använda oss av naturen och vad den ger, både på gård och i skog. Vi håller också på och inventerar allt det pedagogiska material

som finns på förskolan för att se hur det kan passa in i verksamheten. Vi vill skapa ett "innerum" utomhus genom att förvandla vårt hus på gården till en kiosk/restaurang/hemmakök där barnen kan vara med och skapa material, inreda och genom ett långtgående projekt få lära sig att bygga, förädla, skapa estetiskt och lära sig om matematik och språk.

Målområden, planering och reflektion

Vi kommer att ha de stora målområdena motorik, matematik/teknik, naturvetenskap, delaktighet och inflytande, språk, estetiskt skapande, integritet och normer i ryggen i allt vi gör. Både i våra spontana lärtillfällen som uppstår varje dag genom vårt utforskande arbetssätt och i den planerade undervisning som bedrivs under delar av dagen. Samtliga målområden knyter an till Läroplan för förskolan (Lpfö18) och är något vi ständigt reflekterar över och planerar kring.

Varje vecka planerar vi för kommande vecka och ställer oss frågor som - vad är syftet?, - vilka behov ser vi i barngruppen?, - hur ska vi bäst tillgodose behov och utmana barnen?, - vad behöver vi pedagoger göra för att utvecklas och följa barnens lärande i förhållande till läroplanens intentioner?

Vi gör även en uppföljning där vi pedagoger reflekterar över veckan som varit, om vi lyckats med de föresatser vi haft. Vad fungerade bra, vad behöver vi ändra på? Vi reflekterar över veckan som gått och tar med oss det vi kommer fram till som nya lärdomar. Vi reflekterar även tillsammans med barnen och utvärderar det vi gjort hittills, ser på bilder och samtalar.

Vårt mål är att ha en tydlig plan för vad vi ska göra, prata om, begrepp att lyfta (osv). Vi vet också att vardagen med barn är föränderlig och rörlig och full av nya spännande saker. Så vi har alltid med oss att saker kan ändras och är öppna för det.

Termins- och veckoplanering

Vi har gjort en grov veckoplanering för ramen för varje dag.
En finplanering för varje dag görs varje vecka.

Översikt vecka	Utforskare / Äventyrare	Upptäckare
Måndag	Promenad/kort utflykt (lämna gården men tillbaka till lunch). Planerat innehåll inspirerat av Grön Flagg.	Promenad/kort utflykt (lämna gården men tillbaka till lunch). Planerat innehåll inspirerat av Grön Flagg.
Tisdag	Skogsdag - äta lunch eller mellis i skogen. Halv - heldag. Projekt - planerad undervisning.	Skogsdag - halvdag. Äta på förskolan. Projekt - planerad undervisning
Onsdag	Skogsdag - äta i skogen. Heldag. Projekt - planerad undervisning. På sikt laga mat i skogen.	Skogsdag - äta i skogen?. Heldag/halvdag? Projekt - planerad undervisning
Torsdag	FM - planering Lina & Ami Projekt - planerad undervisning	Storsamling - sång och lek/ rörelse Projekt - planerad undervisning
Fredag	Storsamling - sång och lek/ rörelse. Mellis som vi lagar själva? (Korv, krabbelur, smoothie) Knyta an till Grön Flagg.	FM - planering Lulia & Therese Mellis som vi lagar själva? (Korv, krabbelur, smoothie). Knyta an till Grön Flagg.

Viktiga datum

Föräldramöte 26 september 17:00-18:30.

Utvecklingssamtal start från vecka 37.

Grillkväll med föräldrar 16/10, 16-18.

Utbildning och utvecklingsdagar då förskolan är stängd: 15 september samt 13 oktober.

Förskolans kultur och traditioner

Vi kommer att uppmärksamma:

Lucia

Jul

FN dagen 24 oktober

Barnkonventionens dag 20 november

Samverkansföräldrar

Utses på föräldramöte 28 september.

Utrustning och kläder

23 03 30

3:1

1(3)

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 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, 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 hängslan 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, raggssockor, tunn mössa och vantar vintertid.

3:1

2 (3)

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.

3(3)

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