

## Vinterövningar Britta Brügge

Att vandra i skogen vintertid är spännande eftersom naturen visar en annan struktur än på sommaren. Blad och blommor är vissnade och gräset har gulnat och försvunnit. Men även om allt "liv" är borta finns det ändå där. Tittar man efter upptäcker man hur grönt det är. Mossor och vintergröna växter bäddar in landskapet i många olika nyanser. Lavar breder ut sig på stenar, berg och träd. Vissa tar sig ner i klippskrevor andra hänger som skira tyllgardiner i de gamla granarna, andra blir föda åt de vilda djuren. När snön kommer och bäddar in naturen uppenbarar sig ett annat landskap fullt av liv och skönhet. Följande övningar är exempel på vad naturen bjuder och vad man kan göra.

### Upptäcktsfärd.

Dela in deltagarna i mindre grupper (2-5 personer).

Varje grupp mäter upp en speciell sträcka (ex. 12 meter) Gruppen vandrar längs sträckan och markerar där man hittar en vintergrön växt. Markeringarna kan göras med pinnar, rep, kottar runt föremålet eller annat man kommer överens om i gruppen. Med olika hjälpmedel tar ni reda på vad ni hittat. Resultatet redovisas i storgrupp. Alternativ: man byter "bana" med en annan grupp och de får redovisa vad de hittar i de olika markeringarna.

### Vinterspår.

Vinter är tiden då det är lätt att arbeta med spår och spårtecken i naturen. Dela in gruppen parvis eller i smågrupper. Varje grupp har till uppgift att inom ett visst område hitta spår av djur. Hjortdjur som ätit på unga träd eller letat föda under snön. Älgarnas stora spårstämplar eller rådjurets små klövar. Harens fantastiska hopp, rävens "pärlband" över gräsmattan. Stora och små hundar och kanske en och annan katt har varit framme. Det är inte bara stora djur som visar att de finns. Möss, vesslor och fåglar har sina vanor att vistas i snö. Kottar fastkilade i träd eller liggande på marken är också spännande upptäckter som avslöjar vem som varit framme. När man hittar en mängd kottar under exempelvis en asp, ek, ledningsstolpe så har man hittat matplatsen för en hackspett, "hackspettesmedja". Plocka bort kottarna och återvänd nästa dag och räkna hur många han ätit. Om man gör det dagar efter varandra får man en god inblick i hackspettens matintag. Titta även efter andra kottar och hur de ser ut. Varje djur har sitt sätt att äta kotten på. Yttersta spetsen på grangrenar kan täcka marken vilket visar ekorrens framfart. De biter av de yttersta skotten för att komma åt hanblommornas knoppar.

Spillningar är säkra visitkort. Gå på "spillningsjakt". Förutom att samla olika spillningar var också uppmärksam på var ni hittade den. Tillsammans med andra spår från djuren gör ni en utställning. Deltagarna kan sedan gissa vilka djur som representeras.

Låt grupperna dokumentera vad de upptäckt antingen genom att med ord beskriva hur det ser ut, foto eller en utställning som kan göras "på plats", i klassrummet eller på en plats som ses av många.

### Harspår.

Ett spår som är lätt att känna igen är harens. Följ ett harspår och försök fundera ut vad den gjort. Låt deltagarna skutta som en hare - Hur långa språng har haren gjort? Hur långt kan deltagarna hoppa? Vad äter harar? Hur ser spillningen ut? (Haren äter sin mat två gånger. För att ta upp all näring i maten äter den upp den första gröna spillningen. Andra gången maten kommer ut är den i form av runda, torra, något tillplattade kulor.) Tag hem och plantera i kruka!

För att studera djurspår tag med en spårbok. Där kan man lätt se likheter och skillnader.

### **Vinterståndare.**

Växternas sätt att sprida sig skiljer mellan de olika arterna. Många arter låter sina frön sitta kvar även på vintern till glädje för många fåglar och djur. Gör en vandring där uppgiften är att leta efter vinterståndare. Studera fröna genom en lupp och man upptäcker hur de sprider sig. Hullingar – sätter sig lätt i djurens päls. Andra flyger lätt med vinden. Några ramlar ut ur sin frökapsel och kan spridas med hjälp av vatten när våren kommer. Med luppens hjälp syns detaljer som inte annars är så lätta att se. Deltagarna arbetar parvis, med naturföremål, snö och vad man kan finna och avbildar fröerna i storformat.

### **Knoppar på träd.**

Att känna igen träden när de bär löv, är inte så svårt men när de är kala kan det vara knepigare. Genom att studera trädens struktur och silhuetter kan ge ledtrådar för att sätta namn på dem. Ett annat sätt är att studera trädens knoppar. Använd om möjligt en lupp så kommer detaljerna att ge bra "kom-i-håg". Vissa knoppar är håriga (ex. rönn och hassel), andra runda med blanka skal eller spolförmiga och vassa (bok och asp). Anders Rapp har i sin bok "Väntande spännande natur" beskrivit knopparna och satt karaktäristiska namn på dem. Exempelvis Violetta Al, Tvillingarna Lönn, Vasse Aspe... (Du kan även hitta dem om du söker på datorn på "knoppisar"). För att se detaljerna låt deltagarna bilda grupper (3-6). Varje grupp blir "tilldelad" ett träd där de ska studera en knopp och med hjälp av snö göra en knopp-skulptur lika hög som en av gruppens medlemmar. För att underlätta, kan de få en "knoppisbild". Skogen förvandlas till en "skulpturpark". Ett annat sätt att upptäcka knoppar är att göra en gipsavgjutning. (se "Friluftslivets pedagogik" sid 32). Gipsavgjutningar kan man göra av mycket som man hittar i naturen. Det är intressant att se vilka mönster som kommer fram i gipset som man inte alltid ser med blotta ögat.

### **Skogens ålder och din egen.**

I granskogen är det lätt att se hur gamla granarna är genom att räkna grenvarven. Parvis letar deltagarna reda på granar som är lika gamla som de själva. Man kan fortsätta att leta granar som är lika gamla som personer de dagligen har omkring sig. (Familjen, skolan eller fritidspersonal).

### **Bygga geometriska former**

När snön täcker marken är det dags att använda den. Är det kramsnö är den givna aktiviteten att göra figurer exempelvis kopplade till matematik/geometri. Hur stor är en kubikdecimeter? Gör den dubbelt så stor. Hur stor blir en kub som rymmer 10 liter? Bygg en pyramid – ett klot ... Låt deltagarna använda sin egen fantasi eller ge dem i uppdrag att avbilda ledaren. En uppgift som kanske inte alltid blir så likt men deltagarna har roligt!

### **Racerbana i snöhög**

Skotta upp en stor snöhög eller hitta ett kuperat ställe i skogen (en stor sten eller berg). Dela in deltagarna parvis. Varje par har en PET-flaska med vatten. Nu gäller det att göra en bana i snön och se hur fort flaskan tar sig ner. Banan kan göras utifrån vissa kriterier exempelvis att den ska ha minst fyra kurvor, två hopp, en tunnel som är minst tre dm lång och en som är två dm, något som låter ... Använd fantasin! Ta fram tidtagaruret!

### **Göra siffror och bokstäver i snö.**

Plats: en överskådlig snöyta.

Alla står på led efter varandra med händerna på framförvarandes axlar. Den som står först får uppmaning att skriva en bokstav eller en siffra. Vid signal stannar ledet och man ställer sig bredbent. Den som står först säger vilken siffra man skriver till den som står bakom. Han kryper baklänges under benen och ställer sig sist. Det gäller nu att leda gruppen över fältet så att man kan läsa vad som står i snön, när man är färdig.

### **Räven jagar möss.**

Subnivala rummet är utrymmet som bildas mellan marken och snön under vintern. Snöns isolerande förmåga gör att temperaturen är runt noll grader. I mindre grupper, försedda med termometrar, görs en "expedition" för att undersöka temperaturen i området. Redovisa för varandra och fundera över skillnaderna.

I det subnivala rummet kan man bland annat hitta möss och andra smådjur. När en mus rör sig hör räven det och kan då fånga musen.

Trampa upp ett hjul med "ekrar". Deltagarna placerar sig i hjulet och förvandlas till möss. En deltagare utses till räv och ska fånga (kulla) mössen. När mössen blir tagna förvandlas de till rävar och ska jaga. All jakt sker i "hjulet". Alternativ: När en räv har kullat en mus blir räven förvandlad till mus och ska rädda sig undan räven.

### **Vad finns i naturen?**

Leta reda på ett kuperat område med sten, nedfallna träd ...

Samla gruppen och låt deltagarna berätta vad som finns i naturen, om möjligt med artnamn.

Exempelvis: älg, ekorre, vitsippa, örn, daggmask, maskros osv. Visa även hur en älg ser ut (fyra ben), var vitsippan växer, fåglar som flyger och ofta sätter sig i träd. Daggmask som finns i jorden. Nu gäller det för deltagarna att "förvandlas" när man hör ett artnamn. Räv (och andra fyrfotadjur) står på alla "fyra". Maskros (blommor) står med fötterna tillsammans och armarna i luften som en "blomma".

Gråsparv (fåglar) ska hitta en plats över marken (sten, träd...). Daggmask – alla ligger på marken.

Det gäller nu att snabbt hitta den plats som passar när ett artnamn ropas. Mellan namnen rör man sig i område. Efter några rop byter man utropare.

### **Eld - plats för värme och gemenskap.**

Vintertid är elden en aktivitet som intresserar de flesta. Ta tillfället att göra eld inte enbart för värmens skull utan också till matlagning, hantverk och berättelser. Låt deltagarna göra egna eldar och experimentera med olika tändmaterial och träslag. Vintern är även tiden för att samla ved för kommande eldar. Att såga och hugga är aktiviteter som verkligen får värmen i kroppen. Se bara till att ni har lov att ta ved (markägare. Många ställer villigt slyskog till förfogande eller erbjuder gruppen att rensa där man avverkat.) Hugger man veden vintertid hinner den att torka till hösten för att användas då.

Vid elden lagar man mat, täljer, gör ritkol, bakar olika bröd, känner doften av nygjord tjära, svartpolarer sitt eget smycke eller vandringsstav. Syr sin egen "eldpåse" och fyller den med naturens eget tändmaterial. Lär sig ta hänsyn till andra, utvecklar sina egna tankar... Inte minst lär man sig konsten att elda och får respekt för den. Elden både vän och fiende. Från den lilla värmande lågan till skogsbrand är steget inte långt. Här behövs mycket kunskap och det får man endast genom träning!

Till sist ett utdrag ur skriften "Frisk i naturen" ett Nordiskt projekt finansierat av Nordiska ministerrådets arbetsgrupp för Terrestra Ekosystem (TEG) och den tvärsektoriella kommittén för uppföljning av den Nordiska handlingsplanen för kost och motion ([www.friskinaturen.org](http://www.friskinaturen.org)).

"Utomhuspedagogik

Naturen förbättrar inlärningsförmåga

Naturen förbättrar minneskapacitet och koncentrationsförmågan

Naturen bidrar till mindre konflikter bland barn och relationen mellan lärare/ elev förbättras

Naturen förbättrar motoriken

Naturen hjälper barn med diagnosen ADHD

Naturen ger friskare och lugnare barn

Naturen förbättrar elevernas prestationsförmåga

Naturen bidrar till en mer genusneutral lekplats

Naturen ger färre sjukdagar i skolan"