

Forslag: Styrke bruken av naturen som arena for barn

- Adgang i skolen
 - Til distribusjon (fysisk / digitalt) av informasjon om frivillige friluftsbaserte fritidstilbud i Drammensskolene
 - Drømmestedet
- Friluft inn i skolefagene
 - Pilot 2021, med tanke på langsiktig partnerskap
- Sommerskole/opplegg ferieuker



Hvorfor friluftsliv i skolen?



- Oppfyllelse av læringsmål parallelt med fysisk aktivitet i skolehverdag
- Deltagelse og varig fysisk aktivitet for barn – samfunnsøkonomisk bærekraftig
- Introduksjon til livsstil som gir fysisk aktivitet og trivsel livet ut
 - Gratis eller svært rimelig
 - Involverer familien

Lite kostnadskrevende

- Utnytte naturen og de eksisterende arenaer
- Benytte eksisterende ressurser – gevinst av dagens tilskudd/investeringer
- Bygge varig kompetanse som blir i skolen og kommune-administrasjonen



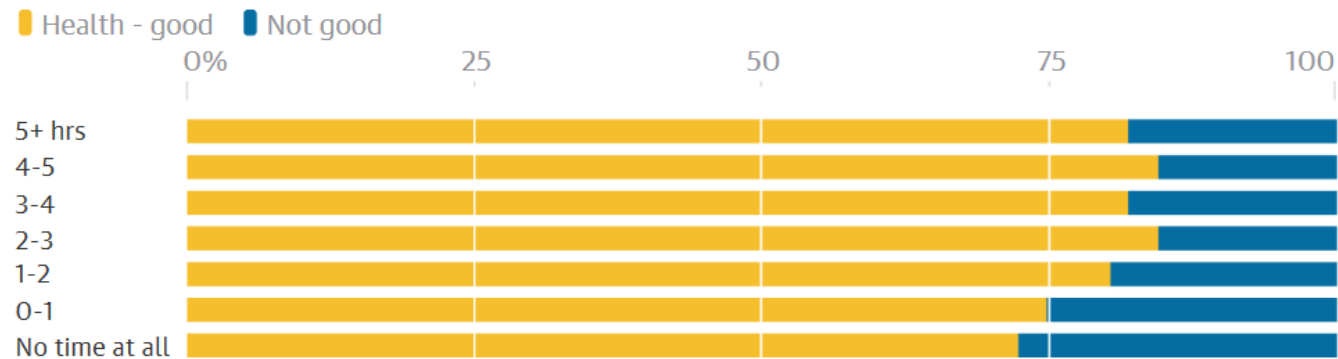
Anslått driftskostnader per aktivitetstime

- **Drammensbadet: 23 kr/aktivitetstime**
 - I 2012 var 363 564 besøkende. Fordelt på 353 åpningsdager blir dette 1030 per dag. Om vi regner 2 timer per besøkende blir det 727 180 aktivitetstimer for året. Driften er i balanse, DK betaler avkastninger på lån på kr 17 mill i året. Pris per aktivitetstime: $17 \text{ mill} / 727180 = 23 \text{kr}$.
- **Drammenshallen: 5 kr/aktivitetstime**
 - Beregnet 15 per treningstime og 25 per klasstime er det estimert 467800 besøkende i 2012. Nettodrift i Drammenshallen er kr 2 520 000,- Pris per aktivitetstime: $2\,520\,000 / 467800 = 5 \text{kr}$
- **Lysløype sommer og vinter: 0,2 kr/aktivitetstime**
 - En person går ca 6km med rask gange på en time. I gjennomsnitt koster 6 km ca kr 100 000,- per år. Basert på undersøkelsen til norsk monitor benytter 67,2% av befolkningen av fotturer oftere enn en gang i mnd. $64000 \times 67,2\%$ i 12 mnd vil si at det er minimum 516096 timer i marka i året. $\text{Kr } 100\,000 / 516096 = 0,2 \text{ kr}$.
- **Nærmiljøanlegg på skolen: 0,7 kr/aktivitetstime**
 - En skole med 350 elever som i snitt bruker utearealet 2 t per dag i 200 dager. Dette gir en minimumsbruk i året på 140 000 aktivitetstimer. Det koster ca kr 100 000,- å drifte et gjennomsnittlig nærmiljøanlegg. $\text{Kr } 100\,000 / 140\,000 = 0,7 \text{kr}$.

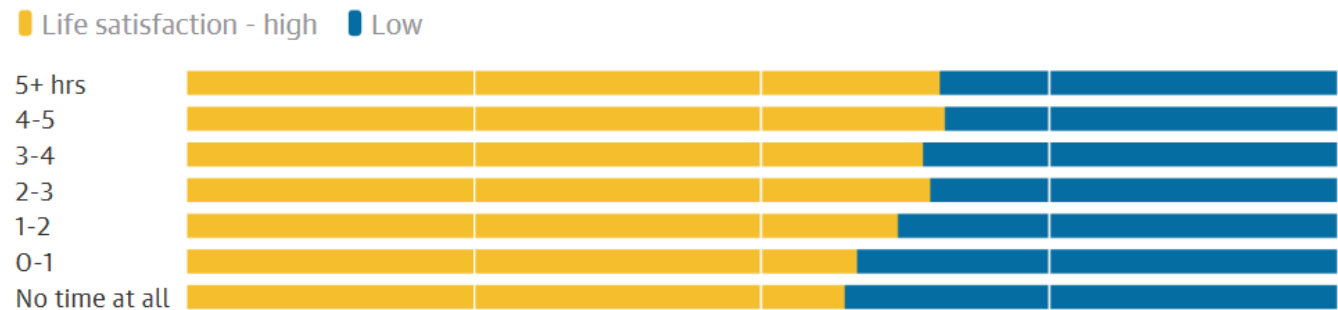
Barn, friluftsliv og helse

The finding is based on interviews with 20,000 people in England about their activity in the previous week. Of those who spent little or no time in nature, a quarter reported poor health and almost half said they were not satisfied with their life, a standard measure of wellbeing. In contrast, just one-seventh of those who spent at least two hours in nature said their health was poor, while a third were not satisfied with their life.

People spending two hours or more per week in nature are significantly more likely to report good health ...



... and life satisfaction



Guardian graphic. Source: Nature

“What really amazed us was this was true for just about every group we could think of,” said Dr Mathew White, at the University of Exeter Medical School, who led the study. The benefits of a two-hour dose were the same for both



- **Hele 22 studier har påvist at det å oppholde seg i grønne omgivelser gir et redusert stressnivå**, sammenlignet med å oppholde seg innendørs eller i urbane områder
 - rapporten «Viden om friluftslivs effekter på sundhed»
- Siri Næss and Thomas Hansen (2012) har analysert to store nasjonale datasett og undersøkt i kva grad tilknytning til og bruk av natur faktisk gjev eit lykkelegare liv. **Dei påviser at aktive brukarar og «elskarar» av natur ofte er meir nøgde med livet og har meir positive og færre negative kjensler.**
- fann dei at blant **dei som hadde blitt meir glad i naturen løpet av denne tida, også har blitt meir nøgde med eige liv og fått fleire positive kjensler.** For dei som har byrja bruke naturen meir, så gjev det berre utslag i form av at dei har fått færre negative kjensler

Barn, skole og natur



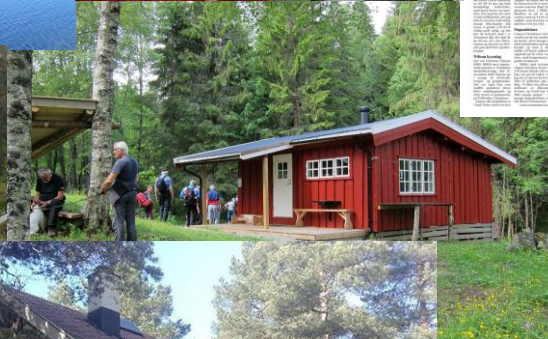
I “fattige”, enkle miljøer uten grøntarealer, trær og busker, er barnas muligheter begrensede. De tilbringer mye tid på å vente på lekeapparater og det oppstår ofte konflikter. Det er vanskelig for barna å trekke seg unna, gå for seg selv og finne gjemmesteder.

- I førskolemiljøer der gården likner mer på et naturlig landskap med mye variasjon og innslag av grønt, blir barna mer avslappet. Det blir mindre konflikter. Barna kan avse mer tid til opplevelser, som å grave dypere og dypere i sandkassen. De får også mye mer allsidig motorisk trening.

Sammenlikning viser at barn med tilgang til mangfoldige førskolearealer med mange muligheter til aktivitet, har bedre konsentrasjonsevne enn barn på førskoler uten slike lekemuligheter utendørs. Deres motoriske utvikling er også bedre. Urovekkende nok øker forskjellene med alderen.

Hvorfor i Drammen?

Naturgitte fortrinn



Landsledende innen inkluderende og bynært friluftsliv. Nasjonalt unikt

- Friluftslivet i Drammen bidrar til svært mye fysisk aktivitet – i alle grupper av befolkningen
 - Arrangementer
 - Skilting, tur-O-poster og annen tilrettelegging
 - Arenaer (hytter, gapahuker osv)
 - Fellesturer
 - Aktiviteter
 - Medlemstall



KORONA-VIRUSET



REKORD: Trond Cato Martinsen, leder for turorienteringen i Konnerud IL, kan fortelle om rekordhøy interesse for turorientering denne våren.

FOTO: BUNE FOLKEBAL

På under én måned har de solgt flere kart enn de gjorde i hele fjor

Enorm interesse

interessen for turorientering har skutt i været. I Sturla og Konnerud IL har de allerede trykket opp nye kart.

HEIDI STRAND BERG
heidi.strand@td.no

– Den har vært rekordhøy, sier leder for turorientering i Konnerud IL Trond Cato Martinsen om interessen for turorientering så langt i år.

De 300 konvoluttene med kart de hadde har gått ut, så nye er allerede trykket opp.

– Jeg sitter kun med data for de siste 20 årene, og det har ikke vært i nærheten av disse tallene. Vi har allerede solgt like mange kart som i hele fjor, sier han.

Martinsen har sett en økende interesse for turorientering over tid, men han har merket at i år har folk fått en ekstra dytt til å bruke nærområdet tuer.

Utendørs

Mens mye annen idrett har måttet stenge dørene på grunn av koronakrisen, har ikke det vært tilfelle for turorientering som foregår ute i naturen, både i nærmiljøet og til skogs. I slutten av mars startet sesongen

hos flere idrettslag i Drammen, blant annet Sturla og Konnerud IL.

– Det er større pågang i år enn tidligere. Vi har passert totalantallet vi hadde i fjor allerede og har trykket opp ekstra kart. Det er kjempetett, sier leder for orienteringsgruppa Nils Inge Bruusberg i Sturla.

Over 200 deltakerkonvolutter med kart er solgt så langt denne sesongen, mot 160 i fjor. I tillegg kommer enkeltkjøp av kart.

Berøringsriktige poster
For å overholde smittevernreglene har det blitt benyttet berøringsriktige poster i år, forteller Trond Cato Martinsen i Konnerud IL. Kodene som man tar bilde av med mobilen er en av metodene som brukes i stedet for tradisjonelle klippetruer.

Det er fem klubber som tilbyr turorientering i kommunen: Berger og Svevik Orienteringslag, Elker Orienteringslag, IF Hellas, IF Sturla og Konnerud IL.

Alle idrettslagene melder i en pressemelding at de etter kun to-tre uker med poster i skogen har solgt flere deltakerkonvolutter enn i et vanlig år, omtrent 1.200 til sammen.

Den tidlige våren har også gjort at postene flere steder har

blitt satt opp ekstra tidlig. Normalt starter sesongen i IF Hellas 1. mai, men i år var den i gang allerede 22. mars. Og siden har kartbestillingene strømmet på også til dem, opplyser Rolf Justad.

Orientering på sykkelveien

Til sammen har de fem klubbene 350 turløp, fra de enkleste rutene i nærmiljøet til tradisjonelle poster godt inne i marka.

«Grønne turer» eller «stolpejakt» er et gratis løvterskelbud som ikke krever forkunnskaper, bare kart på mobilen eller printet ut på papir. De settes opp i nærmiljøet, blant annet langs gang- og sykkelveier og lysløyper, melder klubbene.

– Den gratis grønne turen til Bischofsdalen har gått som varm hvetebrod fra vår selvbetjeningskonvolutt utenfor Hellas-hytta. Nærmest seg sikkert 50 kart, opplyser Rolf Justad i IF Hellas.

Sturla har to bynære slike turer, en ved Næperudgården i Ulleråli og en på Asliden ved Aronslekka skole.



NÆRMILJØET: Turorientering kan også gjøres i nærmiljøet. Det finnes turløp langs gang- og sykkelstier som kalles «stolpejakter» eller «grønne turer», og dette er et gratis løvterskelbud som klubbene i Drammen har flere steder.

FOTO: TROND CATO MARTINSEN

Konkrete tilbud i dag

- Skoledag for alle elever på 3 skoler - Åssia-speider'n
 - 1200 elever gjennom en hel måned
 - 40.000 i kommunal støtte
- Jeger og fisk: Skoleklasser på fisketur med skolefaglig innhold
- Orientering/Tur-orientering. Lagt opp nær skoler
- Kjentmannsmerket – Konnerud speidergruppe



Konkrete tilbud i dag - DNTD

- Opptur
 - 1400 ungdomsskoleelever på dag i skogen
- Friluftsskole og sommerskolen, Killingen, Blektjern og Høgevarde
- Foredrag, andre akt.dager på ulike skoler
- Kurs for lærere
- SFO/AKS-dag
- Introduserer barn og unge til friluftsliv
- Ferskingkurs for skoler/velkomstklasser
- Heltberg ungdomsskole
 - Ukentlig opplegg på Hamborgstrømpaviljongen
 - Lærere kurset av DNTD i forkant
- Svensedammen skole



Orienteringsaktivitet i skolen

- Muligheter
 - Finne fram med kart over skolegården mm
 - Gratis tilgang på kartunderlag som kan trykkes ut til papirkart
 - Opplæring av lærerne i bruk av teknikker og muligheter i skoleorientering.no (skolegårdskart) og andre aktuelle nettsteder
 - Utdeling av utstyrspakke
 - Opplegg som del av et finansiert prosjekt

Prosjekt skoleorientering og læreropplæring

- O-klubber kan velge å delta i pågående prosjekt og søke Orienteringsforbundet om støtte til utarbeiding av skolegårdskart (finansiert av Sparebankstiftelsen)
- Tilskudd forutsetter at kartgrunnlaget gjøres gratis tilgjengelig og at lærerne får opplæring i bruk av kartportalen og relevante aktivitetsportaler
 - Buskerud Orienteringskrets bidrar med støtteprosjekt Opplæring av lærere (finansiert av Buskerud/Viken fylkeskommune). Egen prosjektleder sørger for opplæring.
- Status i dag:
I Drammen er det 5 orienteringsklubber. Ingen søkte om tilskudd til skolegårdskart i 2020, men minst én har varslet at det vil bli søkt i 2021.
- Konklusjon
Lokale klubber vil engasjere seg innenfor rammen av skolegårdskartprosjektet og med støtte fra Orienteringskretsens støtteprosjekt.



Forslaget i større detalj

1) Adgang

- Vedtak om friluftsliv som faglig støtte i Drammensskolen
- Utdeling materiell/informasjon digitalt/infotavler
 - Adgang til å synes i skolehverdagen
- Drømmestedet ved enkelte grunnskoler
 - Samarbeid om friluftsarena (grillhytte/gapahuk/tarzanløype e l) mellom skole og friluftsforening. Skolen bruker på dagtid, foreninger på kveldstid
 - Bruke eksisterende arenaer der dette er relevant
 - Ekstern finansiering





2) Friluftsliv i skolen

Naturen som læringsarena

Gunhild Bondevik Størseth, prosjektleder,
Friluftsliv i skolen



Annika Ljungström
Avdelingsleder aktivitetsavdelingen/natur- og
friluftsvæiledning,



Hvorfor få mer friluftsliv i skolen?

- 
- Forskning viser at: Trening styrker immunforsvaret, en tur i uka der du legger merke til detaljer, gjør deg glad og mindre stessa, Barn som mestrer naturen, er tryggere, Både kropp og sinn er med når barn lærer, Elever trives bedre om de ikke sitter foran pulten hele dagen, Lærer elevene like godt mens de hopper og løper? Barn lærer bedre i naturens klasserom, For lite kunnskap i skolen om hvor viktig døde trær er for insektene,
 - «Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnskoleopplæringen» slår fast at skolen skal bidra til at elevene utvikler naturglede, respekt for naturen og klima- og miljøbevissthet. Elevene skal få oppleve naturen og se den som en kilde til nytte, glede, helse og læring.
 - Det står mye positivt og bra under alle de tre tverrfaglige temaene som det vil falle naturlig å jobbe med på uteskole, annerledesdager og undervisning utenfor klasserommet.
 - I både 3.1 Et inkluderende læringsmiljø og 3.2 Undervisning og tilpasset opplæring, blir det trukket frem at det er viktig med varierte læringsarenaer og et bredt repertoar av læringsaktiviteter for å skape motivasjon og innsikt.



Vi vil at det skal være mer friluftsliv i skolen fordi:

Spesifikke kompetansemål i forskjellige fag.	Kroppsøving. Utforske naturen i nærmiljøet med varierte aktiviteter til ulike årstider, Forstå og praktisere turreglar og bruke klede etter vær og forhold i naturen, Øve på trygg ferdsel ved vatn og på å kunne tilkalle hjelp, Utforske uteaktiviteter og samarbeide med andre under vekslende årstider i nærmiljøet, Lage og bruke kart for å orientere seg i kjent terreng, Øve på trygg og sporlaus ferdsel i naturen, Gjennomføre aktiviteter ut fra egne interesser og føresetnader i dans, friluftsliv, idrettsaktiviteter og andre bevegelsesaktiviteter, Bruke kart, digitale verktøy og teikn i naturen til å orientere seg i natur og nærmiljø, Naturfag: Samtale om hvordan vi kan ta miljøbevisste valg og gjennomføre lokale miljøtiltak, Utforske et naturområde i nærmiljøet og beskrive hvordan noen organismer er tilpasset området og hverandre, Oppleve naturen til ulike årstider, reflektere over hvordan naturen er i endring, og hvorfor året deles inn på ulike måter i norsk og samisk tradisjon, Utforske sansene gjennom lek ute og inne og samtale om hvordan sansene brukes til å samle informasjon, Utforske et naturområde og drøfte bærekraftig bruk av området, Delta i høsting og bruk av naturressurser og drøfte hvordan naturressurser kan brukes på en bærekraftig måte Samfunnsfag: Utforske og beskrive kulturminne og kultur- og naturlandskapet i nærmiljøet, Utforske og gi døme på korleis menneska påverkar klimaet og miljøet, og dokumentere korleis påverknadene kjem til syne i nærmiljøet, Kunst og håndverk: Planlegge og konstruere i naturmaterialer etter inspirasjon fra samisk og lokal byggeskikk, Prøve ut ulike ideer og muligheter i gjenbruksmaterialer og formidle til andre hvordan man i egen hverdag kan bidra til å ivareta natur og miljø, Undersøke hvordan tradisjonshåndverk, inkludert samisk håndverk, utnytter naturmaterialers egenskaper, og bruke erfaringer til å lage enkle bruksgjenstander Matematikk: Utforske, teikne og beskrive geometriske figurar frå sitt eige nærmiljø og argumentere for måtar å sortere dei på etter eigenskapar, Lage og følgje reglar og trinnvise instruksjonar i lek og spel, Bruke ulike måleiningar for lengd og masse i praktiske situasjonar og grunngi valet av måleining, Utforske og beskrive symmetri i mønster og utføre kongruensavbildingar med og utan koordinatsystem, Utforske mål for areal og volum i praktiske situasjonar og representere dei på ulike måtar
Alternative læringsmetoder for fagstoff	Hente inspirasjon til tekster og kunstverk. Stafetter og leker for motivering til å pugge nytt stoff og repetere kjent stoff. Tren tanken aktiviteter. Koble av for å koble på.
Arbeid med relasjoner og verdier	Bli kjent med elevene på forskjellige arenaer – gi mulighet til elever å vise andre egenskaper enn å sitte rolig. Samarbeid. Felles opplevelser. Lettere med en til en samtaler.



Hva kan vi tilby

- **Kurs for ansatte i skolen.** Vi foreslår at det holdes dagskurs 3 – 4 ganger i året der to lærere fra hver skole deltar. Dette er inspirasjonskurs med tips om aktive læringsaktiviteter, mat i naturen, orientering, sikkerhet i, ved og på vann, førstehjelp, høsting i naturen og lignende. Disse lærerne har så i oppgave å videreformidle dette til kollegaene på sin skole.
- **Kurs for ansatte i AKS.** På samme måte som lærerkurs.
- **Undervisningsopplegg for forskjellige trinn.** EKSEMPEL:
 - 3. trinn: Lek, fysisk aktivitet og samarbeidsøvelser i friluft med speiderforeninger og Oslofjordens Friluftsråd
 - 4. trinn: Fiske sommer og vinter med NJFF Buskerud
 - 5. trinn: Begynneropplæring i orientering med Orienteringskretsen
 - 6. trinn: Fersking i friluft med DNT Drammen og speider'n
 - 7. trinn: Sikker ferdsel ved, på og i vann med Oslofjordens Friluftsråd
 - 8. trinn: Høsting med NJFF Drammen
 - 9. trinn: Orientering med Orienteringskretsen
 - 10. trinn: livredning i vann utendørs med Oslofjordens Friluftsråd
- **Friluftsskole i vinter, sommer og høstferie.** Lavterskel tilbud i friluft for 10-13-åringer

3) Friluftsskole

- Friluftslivet kan drive sommerskole/friluftsskole i diverse formater, flere steder og i det omfang kommunen ønsker å bekoste
- Felles for formatene er at det finnes tilskuddsordninger som får kommunens kostnad ned i 1200-2500 kr. pr. barn.
- Friluftsskolen, eksempel:
 - 5 dager, 1 overnatting
 - 125 barn 10-13 år
 - Kr. 156.000 i maksimalkost for Drammen kommune (Investeringen gir minst 2-gangeren i eksterne midler i dedikert, allerede tildelt nasjonal støtte til programmet)
 - Gratis for barna
 - Tilgjengelige øvrige regionale og sentrale støttemidler
- Påske, høstferie, vinterferie?



Konkrete tiltak

- Forankring skoleledelse kommune Q1 2021
- Forankring Utdanningsforbundet lokalt Q1 2021
- Forankring aktuelle skoler Q1 2021
 - Skoleledelse; enkeltlærere; elevrådet; FAU
- Invitasjon til rektor, alle grunnskoler Q2 2021
- 2-3 ansatte («superbrukere») pr grunnskole kurses over 3-4 ettermiddager; deler videre inn i egen skole Q2, 3, 4 2021
- Interesserte skoler (4-5) får spesiell oppfølging 2021 Q2, 3, 4 2021
 - Deltagelse med friluftspersonell i undervisningssituasjon
 - Bistand til intern forankring
 - Svelvik
 - Mjøndalen
 - Aronsløkka
 - Konnerud/Svensedammen/Vestbygda/Hallermoen?
 - Bragernes skole
- Friluftsskole 2021 Juni/juli 2021
- Aktivitetsdager økes, eksisterende fagforsterkes
 - Vi samler flere friluftskraftører (for eksempel på Sølfastøya) som tilbyr aktiviteter for elevene. Elevene får prøvd forskjellige friluftslivsaktiviteter og blir kjent med tilbudene som finnes i deres nærmiljø
- Systematisk bruk av friluftsfagfolk inn i aktivitetsdager, turdager og undervisning

Økonomi

- Friluftslivet selv bruker mye egne ressurser i en kraftsamling for å pilotere i 2021, med sikte på permanent videreføring
 - Drammen kommune bes bidra på spleiselaget
- Etter evt. vedtak: Samarbeid Drammen kommune – friluftslivet. Søke statlige midler samt stiftelser. Spillemidler.
- Basert på utfall av evalueringer og finansieringsarbeid i 2021, etableres langsiktig partnerskap skoleverket – friluftslivet
 - Med sikte på langsiktig ekstern hovedfinansiering
 - Noe kommunal årlig finansiering må påregnes

Økonomi 2021

Post	Kommentar	Total kostnad 2021	Sum dette tiltak Drammen kommune 2021
Dekning av direktekostnader til personell medlemsforeninger		300.000	200.000
Innsats regionale forbund (BUOK, NJFF)	Nasjonale og regionale midler	200.000	50.000
Innsats Norsk Friluftsliv	Nasjonale midler	200.000	50.000
Innsats OF		100.000	0
Innsats DF	Kommunale og søkbare midler	100.000	0
Utstyr, bruk av hytter, arenaer mm		900.000	25.000
Friluftsskolen 125 barn 5 d 5*25 barn	Søkbare midler Gratis for barna	320.000	165.000 maksimalt, trolig 108.000
Sommerskole 60 barn 3 d	Gratis for barna		84.000 maksimalt
Aktivitetsdag 300 elever * 2			

Skalerbart			
Post	Nøkternt nivå	Moderat nivå	Høyt nivå
Alle grunnskoler inviteres til å sende 2 lærere, evt. 2 lærere og 1 skoleleder, på 3-4 dagskurs. Superbrukere		Flere inviterte pr. skole, direkte oppfølging flere skoler	1 person full stilling ansatt i friluftslivet, som lokal ansvarlig for friluft i skolen og oppvekst.
5-6 skoler får spesiell oppfølging og ekstra faglig deltagelse		12 skoler	18 skoler
Personell aktivitetsdager med friluftsfaglig støtte		300.000	700.000
Personell	325.000	500.000	900.000
Aktivitetsdag(er) alle 5.-klassinger, med diverse frilftsaktivitet	Midler omsøkes, kommunal andel trolig maks. 50 %	150.000	600.000
Friluftsskolen, 40 barn	62.000		

Fleksibelt forslag

- Dersom ønskelig, kan det faglige elementet i prosjektet gjennomføres «nedenfra og opp» for å ivareta skolenes faglige integritet
 - Stort fokus på forankring med Utdanningsforbundet, enkeltskoler/ enkeltkretser, FAU, Elevråd osv.
 - Gå direkte på et antall skoler som ønsker bistand til å utvikle friluftsliv i skolen
 - Kan gjennomføres uten «instruks» fra Skolesjefens kontor, men med en tillatelse fra Skolesjefens kontor (og politiske signaler) til å satse på mer friluftsliv i skolen
 - Bygge stolthet, synlighet og motivasjon underveis gjennom synlighet, evt. kjente foredragsholdere, og tydelig oppmerksomhet fra politisk ledelse (ordførerbesøk osv)
 - Gjennomføre mer intensivt, dedikert program mot et større antall positive lærere ved få skoler som ønsker mer friluftsliv
 - Om strengt nødvendig kan da budsjettet reduseres med opptil 75.000 i innsats fra Drammen kommune. Vær imidlertid oppmerksomme på at vi da ligger veldig nær nedre terskel for kritisk masse.