

# Friluftslivets pedagogik

En miljö- och utomhuspedagogik för kunskap, känsla och livskvalitet

Beställ  
utvärderings-  
exemplar på  
liber.se idag!

## Unikt med boken

- Komplet och inspirerande basbok om friluftsliv och utomhuspedagogik
- De många författarna har en gedigen kunskap inom detta kompetensfält
- Gott om illustrationer och aktivitetsförslag

Friluftslivets pedagogik inkluderar inte bara naturkunskap, friluftsteknik och utomhuspedagogik utan också ekologi, humanekologi, geografi, miljö- och samhällsfrågor, historia, hälsa, biologi, slöjd och massor med praktiska aktiviteter – såväl för det tätortsnära som det fjärran friluftslandskapet.



I denna reviderade och kompletterade femte upplaga av boken – den har blivit en klassiker – finns flera nya aktiviteter och texterna är anpassade till den moderna tidens friluftsliv. Friluftsliv är lägereldens gemenskap, paddling längs vindlande åar och vandring mot blånande fjärran berg. Men det är också att kreta på en pinne, inte glömma regnstället och hitta hem.

Kunskap blir detta när man med fantasi, fakta och glimten i ögat nyttjar alla våra friluftsmiljöer: skogar, vatten, kuster, fjäll och den tätortsnära naturen.

### REDAKTÖRER: BRITTA BRÜGGE, MATZ GLANTZ, KLAS SANDELL

Britta Brügge, Matz Glantz och Klas Sandell representerar en lång erfarenhet inom undervisning (från förskola till högskola), ledarutbildning och forskning om friluftsliv, natursyn, utvecklingsfrågor och miljöengagemang.

Tillsammans med medförfattarna: Patrik Grahn, Per Hedberg, Karl Erik Karlsson, Anders Nilsson, Kurt Olsson, Mikael Quennerstedt, Ronnie Ståhle, Stephan Svenning, Anders Szczepanski, Marie Öhman och Johan Öhman och i samarbete med Roger Isberg, Ebba Lisberg Jensen, Anders Johansson, Anna Malmström, Pernilla Ouis, Eva Sandberg, Peter Schantz, Ammi Wohlin och Petter Åkerblom presenterar de här en unik och samlad kunskap inom detta kompetensfält.

I samarbete med: Friluftsförbundet, Scouterna, Argaladei, Håll Sverige rent, Centrum för naturvägledning, Skogen i skolan, Naturskoleföreningen samt Forum för utomhuspedagogik vid Linköpings universitet.

**ISBN:** 978-91-47-12268-4

**Antal sidor:** 288 sid

**Upplaga:** 5/2018

# Friluftslivets pedagogik

En miljö- och utomhuspedagogik för kunskap, känsla och livskvalitet



## INNEHÅLL

Förord	5	<b>Djupa skogar</b>	<b>110</b>	<b>Naturnära friluftsliv – en miljöpedagogik</b>	<b>217</b>
Bokens aktivitetsförslag	6	– Om skogen som landskap och friluftsmiljö		– Om friluftsliv som metod för miljöengagemang	
<b>Varm, torr, mätt och glad</b>	<b>7</b>	BRITTA BRÜGGE OCH KARL ERIC KARLSSON		KLAS SANDELL	
– Om grundläggande friluftskunskaper		Pengarnas, naturens eller friluftslivets skog?	110	Miljöfrågor och miljöengagemang	217
BRITTA BRÜGGE		Aspen berättar om naturens skog	112	Gränslös miljö – men olika miljöproblem	220
Varm och torr	7	Friluftslivets skog	115	Friluftsliv och miljöpedagogik	222
Mätt	9	Tall och gran	120	Friluftslivets miljöpedagogik i praktiken	228
Hygien	13	Björken	122	<b>Planera för friluftsliv</b>	<b>232</b>
Yxa, kniv och såg	14	Bok- och ekskog	124	– Om att omsätta friluftsliv som pedagogik på olika sätt	
Ljus och eld	16	Karaktärer	127	BRITTA BRÜGGE, MATZ GLANTZ OCH STEPHAN SVENNING	
Hitta rätt	18	<b>Våta vatten</b>	<b>133</b>	Friluftslivets möjligheter inom olika ämnesområden	232
Sova	21	– Om sjöar och vattendrag som landskap och friluftsmiljö		Att göra friluftslivet naturnära	234
Färd efter förmåga	22	KURT OLSSON		Äta, elda och bo	236
Med oss	27	Sjöar och mossar	133	Naturnära hantverk	240
<b>Från naturliv till friluftsliv</b>	<b>29</b>	Näringsfattiga sjöar	137	Friluftsåret	248
– Om människans långa historia i naturen		Näringsrika sjöar	140	Temadagar	250
KLAS SANDELL		Strömmande vatten	143	Tillverka din egen friluftsutrustning	253
Lundös norrudde	29	Kanotvägen	144	Allemansrätten	256
Behärska naturen?	31	Karaktärer	146	Mer inspiration	258
Vinden friskar i – en brytningstid	34	<b>Vida kuster</b>	<b>151</b>	<b>Om friluftsforskning</b>	<b>263</b>
Friluftsstilar och friluftsmotiv	37	– Om kusterna som landskap och friluftsmiljö		KLAS SANDELL	
Naturens värde och bruk	48	RONNIE STÄHLE OCH KLAS SANDELL		Register och förteckningar	269
<b>Pedagogik, didaktik och ledarskap</b>	<b>49</b>	Våra kuster	151	Referenser	269
– Om didaktik och att vara lärare och ledare i naturen		Kustens naturtyper	152	Bokens författare	274
BRITTA BRÜGGE OCH ANDERS SZCZEPANSKI		Strändernas växter och djur	156	Dikter och andra citat	275
Låt naturen bli en möjlighet	49	Friluftsliv vid kusten	158	Arter och karaktärer	279
Utomhusundervisningens didaktik	51	Karaktärer	161	Aktivitetstips	280
Att vara friluftsledare		<b>Höga fjäll</b>	<b>165</b>		
– lärande utomhus	56	– Om fjällen som landskap och friluftsmiljö			
Gruppens friluftsliv	62	ANDERS NILSSON OCH KLAS SANDELL			
Om att gripa – för att begripa	68	Fjälllandskapet	165		
Hajk	71	Från fjällbjörkskog till högfjäll	166	<b>Fristående fördjupningsavsnitt</b>	
Utomhuspedagogikens rötter och grenverk	73	Samerna	169	ROGER ISBERG, EBBA LISBERG JENSEN, ANDERS JOHANSSON, ANNA MALMSTRÖM, PERNILLA OUIS, EVA SANDBERG, KLAS SANDELL, PETER SCHANTZ, AMMI WOHLIN, PETTER ÅKERBLOM OCH JOHAN ÖHMAN	
Ekologi, humanekologi och hållbar utveckling	79	Får alla plats?	171	Mötet med den svenska naturen	46
– Om grundläggande naturkunskaper		Karaktärer	172	Att vara vägledare	60
klas sandell		<b>Tätortsnära friluftsliv</b>	<b>175</b>	Ett torpäventyr	94
Eko...	79	– Om tätorterna som landskap och friluftsmiljö		Sveriges första nationalstadspark	103
Hållbar utveckling	81	MATZ GLANTZ, PATRIK GRAHN OCH PER HEDBERG		Skogen som lärmiljö	185
Min kropp – ett naturmöte	85	Från landsbygd till stadsliv	175	Kunskapslyftet	187
<b>Landskapets historia</b>	<b>87</b>	Stadens natur	179	Naturvägledning – om att avslöja landskapets gömda berättelser	195
– Om grundläggande miljörelationer		Naturnära lek- och lärmiljöer	182	Upptäckarteknik	199
BRITTA BRÜGGE OCH KLAS SANDELL		Friluftsläger	191	Naturmötens betydelse i utbildning för hållbar utveckling	230
Naturlandskapet	87	Naturskolor	197		
Kulturlandskapet	91	Karaktärer	201		
Bylandskapet	92	<b>Friluftsliv, hälsa och livskvalitet</b>	<b>203</b>		
Landskapets modernisering	93	– Om friluftsliv som metod för hälsa			
Från mångfald till enfald	99	MIKAEL QUENNERSTEDT, MARIE ÖHMAN OCH JOHAN ÖHMAN			
Karaktärer	105	Naturkontakt och hälsa	203		
		Perspektiv på hälsa	205		
		Friluftsliv och hälsa	210		