

Asbjørn Flemmen

Ekke leik og spontanidrett

Perspektiv på skolens uterom





ASBJØRN FLEMMEN

Asbjørn Flemmen

Førsteamanuensis ved Høgskulen i Volda, nå med seniorstatus, har kroppsøving og biologi som fagområde. Flemmen er spesielt kjent for sitt engasjement i barns utvikling gjennom den ekte leiken. Hans forståelse av ekte leik og hva vi skal forstå med et stimulerende miljø for barns sansemotoriske og sosiale utvikling er kjent gjennom bøker, foredrag og kursvirksomhet i inn- og utland. Han har utviklet og utformet ideene sine gjennom observasjoner av barns leik. Dette har gitt en unik innfallsvinkel til planlegging og deltakelse i utvikling av prosjekter ved skoler, barnehager og nærmiljø. Ett av hans skoleprosjekter fikk Rolf Hofmos pris som beste idrettspark 2000, og konseptet «Ekte leik og spontanidrett» lå til grunn for vinnerutkastet i landskapsarkitektkonkurransen "Aktivt møtested" - fremtidens uteanlegg for barn og ungdom 2003.

Landslaget Fysisk Fostring i Skolen (LFF)

ser på Asbjørn Flemmen sitt utviklingsarbeid som et godt grunnlag for å løse de store utfordringer skolen står overfor i forhold til gode miljøer for aktive barn og unge. LFF har alltid framhevet betydningen av at barn og unge tar i bruk naturen, og at tilrettelegging skal skje med enkle midler. Dette vil vi fortsatt arbeide for.

Samtidig er utfordringene og svakhetene i mange skole- og nærmiljøer så store at ulike former for tilrettelegging av det fysiske miljøet vil være aktuelt. Vi viser i den sammenhengen til ulike prøveprosjekter som skoler har utviklet i samarbeid med Asbjørn Flemmen og som viser at teoriene om ekte leik lar seg operasjonalisere på ulike måter ut fra det naturlige grunnlaget som finnes på det enkelte sted.

«Ekte leik og spontanidrett»

er et hefte som vil inspirere til helhetstenkning omkring skolens uteområder. Et miljø for aktive barn og unge i alle aldre og av begge kjønn vil være et allsidig miljø ut fra både bredde- og dybdeperspektivet. Derfor er det viktig at enkelttiltak inngår i og prioriteres ut fra en helhetsplan.

Et miljø som er godt tilrettelagt for barn og unges egen-drift-kultur vil gi nye og inspirerende muligheter også for undervisning i kroppsøving.

Heftet er utarbeidet av Asbjørn Flemmen, og bygger på hans forsknings- og utviklingsarbeid gjennom flere tiår. Samfunnsøkonom Øyvind Vestre har også bidratt med verdifulle innspill i sluttfasen.

Landslaget Fysisk Fostring i Skolen
Tønsberg, april 2003



Innhold

1. Skole- og fritidsparker på dagsorden

Barn og unge i samfunnet

- Institusjonalisering av barndommen
- Overorganisering av barn og unge
- Sikkerhetskysteri
- Objektiv og subjektiv sikkerhet

Barn og unge i skolen

- Mindre frihet
- Mindre plass
- Mindre tid

Barn og unge i krise

- Mobbing og kriminalitet
- Rus
- Fedme
- Fritidsløse barn lider av stress og angst

Kultur- og kirke departementet viser vei

2. Ekte leik og spontanidrett

Den frie spontane leiken

- Faglig bakgrunn
- Et utfordrende leikemiljø, - en forutsetning for normal bevegelsesutvikling
- Spenning – drivkraften i ekte leik
- Et utfordrende leikemiljø - en unik sosial institusjon
- Vitenskapssyn - en forklaringsmodell

3. Skolens uterom – hvilken løsning skal vi velge

Allsidighetsanlegg gir den beste utnyttelsen av disponibelt areal

- Hva er ballbingen?
- Skoleidrett

4. Kostnader og finansiering

Skolens eier

Spillemidler

- Dugnad
- FAU-innsamling
- Rabatter og sponsorer
- Finansieringskilde

Tilskudd fra fylkeshelsesjefen

Statlig lån

Legat og fond

5. Miljø som inngår i en standard skole- og fritidspark

Sentrale miljø

- Jungelleik
- Turnbasseng
- Plen for gymnastiske ferdigheter
- Fotball- og bandy
- Handball- og hockey
- Basketball
- Ballvegger
- Buldrevegg
- Sandvolleyball
- Volleyball
- Bordtennis
- Slåball
- Racketspill
- Friidrett
- Område for paradishopp, tau- og strikkhopp
- Arena for det rytmiske og rituelle
- Arena for brett og rulleskøyter

Andre miljø

- Svingtennis og smashball
- Ball-mot-vegg-spill
- Svingkarusell
- Sjongløren
- Hestesko- og skothellekast
- Petaque og andre kulespill
- Gjemme og leite
- Syssel- off road bane
- Krokket
- Naturgolf
- Sjakk
- Samværsområder med grillmuligheter
- Skileikanlegg

Der det er muligheter hører Skileik til sentrale miljø

6. Normtall for uteanlegg

7. Nyttige kontakter



1. Skole- og fritidsparker på

Skole- og fritidsparker på dagsorden

Alle med kjennskap til den frie, spontane bevegelsesleiken, vet at den er avhengig av et stimulerende miljø. Forventningene til at skolene skulle utvikle slike miljø, har derfor vært klare. I dag har vi stor kunnskap om de kvaliteter et slikt miljø må ha. De fleste vil skrive under på at naturen er barnas beste leikeplass. Derfor er det viktig å sikre barns tilgang på naturområder i et samfunn som stadig fortetter, og hvor økonomiske interesser står opp mot barn og unges interesser. Men vi må også utnytte den kunnskapen vi har til å utvikle og forsterke mer urbane arealer slik at de gir plass for barn og unges egen bevegelseskultur.

Skolens utemiljø er det første barna møter når de begynner på skolen. Vi voksne betrakter det med øynene. Barna opplever miljøet med hele seg. Barna er forskere. De undres og de tester. De erfarer hva som fungerer, og ser hva de har å strekke seg etter. Her skal barna tilbringe 4-5 fristunder á 10-20 minutter hver dag. Her skal de ha kroppsvingsundervisning, og her skal de finne utfordringer i fritiden i samhandling med venner. I skolens utemiljø skal de gjennom 10 år kunne utvikles ved allsidige bevegelsesutfordringer som stimulerer samhold gjennom kreativitet. Her skal de finne trygghet og trivsel, og her skal de kunne utvikle grunnleggende kvaliteter for det voksne liv.

Med den kunnskap vi har i dag om helhetlig utvikling gjennom ekte lek, er det derfor forstemmende å se en standard skolegård, og være vitne til neglisjering av det utviklingspotensial som ligger i et pedagogisk tilrettelagt utemiljø.

Den viktigste grunnen til å satse på skole- og fritidsparker er at den spontane leiken er miljøavhengig. Dette heftet går grundig inn på både de teoretiske og praktiske sidene av dette. Begrunnelsene for en storsatsing er overveldende. De mange bekymringsfulle forhold ved dagens situasjon kan også brukes som begrunnelse for å ta barn og unges utemiljø på alvor. Noen skal nevnes i det følgende. Men la oss ikke glemme at hovedgrunnen til at disse problemene holder på å vokse oss over hodet er at den styrende generasjonen har vært mer opptatt av å mimre om sin egen grønne barndom enn å sette seg inn i dagens oppvekstsituasjon. Tiden er nå inne til å bryte med en lang trist tradisjon på dette området.





dagsorden

Barn og unge i samfunnet

På 1900-tallet ble det ofte snakket om "barnas århundre" for å vise til de mange områder hvor barn og unges oppvekstvilkår er blitt bedre som følge av samfunnsutviklingen. Samtidig er det trekk ved den samme samfunnsutviklingen som legger alvorlige hindringer i veien for barn og unges naturlige utvikling.

Det er et paradoks at samtidig som skolens utearealer blir stadig viktigere for barn og unge, er disse områdene under øket utbyggingspress. Kommunene synes ikke å ha økonomi, og/eller vilje til å prioritere arealer til spontan bevegelsesutfoldelse.

Taperne i denne arealkampen er barn og unge.

Institusjonalisering av barndommen

Mer og mer av barns tid blir i dag institusjonalisert. Heldagsbarnehage, utvidelse til 10-årig obligatorisk grunnskole og skolefritidsordningen er eksempler på det.

Spontan, egen-drift-virksomhet blir fortrent ved at den blir erstattet av organisert, drevet-av-andre-virksomhet. Bekymringen er stor for at den gjennomorganisering av barndom vi nå er vitne til, går ut over kreativiteten generelt og barns sosiale utvikling gjennom ekte lek spesielt.

Overorganisering av barn og unge

Parallelt med voksenorganisering gjennom institusjonalisering, tiltar også voksenorganisering gjennom frivillige organisasjoner. Hvert år øker for eksempel antallet medlemmer i barneidrett med fire-fem prosent, og barn blir stadig yngre når de starter. Når barna er mellom åtte og tolv år er deltakelsen doblet til 56 prosent. Den frie leiken blir dermed fortrent for å gi plass til organisert trening i stadig lavere aldre. Aldri i historia har barn vært mer avhengig av å være på rett sted, og til rett tid som i dag.

Sikkerhetshysteri

Nevnes må også det sikkerhetshysteri som kom etter vi fikk "Forskrift om sikkerhet ved leikeplassutstyr." Tolkningen av forskriften har ledet til en misforstått form for trygghet omkring barn, en trygghet som har ført til rasering av leikeområder og en overbeskyttelse som klart har hemmet barns bevegelsesutvikling. Forebygging av skader er ensidig blitt knyttet til det ytre miljø. Følgen er blitt at alt

for trygge miljø i stor grad er blitt gjort enda tryggere. Det har skjedd gjennom sikkerhetsklarerer av det som best kan karakteriseres som sitteleikeplasser. Redskapene som sikkerhetsklarerer er husker, sklier og vipper, alle spesialinnretninger til å sitte på. Time etter time, dag etter dag, måned etter måned, år etter år pendler barna att og fram, opp og ned eller de går opp ei trapp for å skli på baken ned på ei blank stålplate med eller uten bølge. I tillegg kan ei kasse med sand skape variasjon. Her kan en sitte i sanden eller på kanten rundt. Sitte gjør man også på trehjulssykler, og i vrak av båter får barna åre-lang erfaring i å "segla utan vind, og ro utan årar." Tiden går og snart er barndommen over.

Objektiv og subjektiv sikkerhet

Det viktigste sikkerhetstiltaket er at barn skal kunne lære gjennom erfaring hva som er farlig og hvordan de skal komme seg ut av vanskelige situasjoner. Det krever at barna må eksponeres for kalkulert risiko, og gjennom det lære å takle farene. Den voksne verdens sikkerhetstenkning passer ikke for barn som skal lære å beregne risiko. Mot den bakgrunn er det viktig å skape et klart skille mellom objektiv sikkerhet og subjektiv sikkerhet.

Med objektiv sikkerhet menes at utstyr og konstruksjoner i leikemiljøene holder sikkerhetskravene. Underlaget må være støt-absorberende. Tau, bolter og andre festeordninger må holde. Konstruksjoner må være fri for klemrisk og fastsetting med mer. Her er det behov for strengere rutiner enn de vi har hatt fram til i dag. At det fortsatt finnes et stort antall leikeplasser som inneholder konstruksjonsfeil som truer barnas liv og helse er uakseptabelt. At de samme plassene i tillegg er dårlige surrogater for det barna trenger, gjør ikke saken bedre. Det bør derfor ikke være snakk om å bytte ut farlige leikeapparater med godkjent utstyr av samme slag. Her har det vært et utstrakt misbruk av sikkerhetsforskriftene. Derfor bør man sjekke at de som kontrollerer leikeplassene ikke har en skjult agenda i salg av mer utstyr av samme slag. Det kan føre til at utstyr kasseres i stedet for å utbedres eller bygges om, og at mulighetene for en reell bedring av barnas miljø for lek går tapt for nye årtier.

Med subjektiv sikkerhet menes barn og unges vurderinger av de situasjonene de kommer opp i når de leiker. Konkret går det på hvor stor fart en skal ta når en hopper på ski, hvor høgt kan en klatre i tau og trær, hvor store sving tør en å ha i slengstiger osv.

Miljø som mangler utfordringer og risiko fører til en under-





utvikling av barnas fysiske og sosiale ferdigheter. Vi må begynne å regne også dette som alvorlige skader. Ettersom ingen blir stilt rettslig til ansvar for dette har vi dessverre en situasjon hvor det kan "lønne seg" å frata barn og unge et stimulerende miljø. Dette er et paradoks når vi i vår siste helsemelding går inn for at fysisk aktivitet skal komme på grønn resept.

Barn og unge i skolen

Skolens utanlegg spiller en stadig viktigere rolle i barn og unges oppvekst. Uteområdene er møtesteder og aktivitetetsanlegg, arena for kroppsøvningsundervisning, og viktige samlingspunkter for nærmiljø.

Utviklingen etter L-97 gir grunn til uro. Ikke før var 6-åringene kommet innenfor skoleporten, før angrepene kom, ikke bare mot leiken, men også mot leikearealene! Til tross for målsettingen om like oppvekstvilkår for barn og unge, er det nesten ekstreme ulikheter i forhold til de uteområdene de har tilgang til. Dette bør være en større utfordring enn å være gjenganger i valgkampene. Det er viktig at de positive tiltak som settes inn av myndighetene, og av andre med engasjement, støttes og følges opp på riktig måte.

Mindre frihet

I Læreplanen (L-97) ble fri leik erstattet med påbud og voksenstyring: Barna skal utvikle evnen til å "organisere leik", "drive leik". Dette kan drives ut i det absurde der skolene må reparere skadene etter miljøfattigdommen med f.eks. voksenorganisert sansemotorisk trening i gymnastikksal. Frihet byttes med pensum, og barna taper! Når 6-åringene først er blitt skolebarn, kan det virke som om det er viktig å avvenne dem med å leike. Avvenningen skjer ved å ta bort forutsetningene; miljø for - og tid til bevegelsesleik. Sentrale politikere har uttalt at det er blitt for mye leik og for lite læring, ja, til og med at leikearealene skal reduseres. Leik oppfattes som sløsing med tid, og en trussel mot læring for noen av våre politikere!

Mindre plass

Den 9-årige obligatoriske sittedvengen ble utvidet til 10 år. Ett ekstra årskull inn i skolen førte til plassmangel. Nybygg stjal plass fra allerede trange skolegårder, og førte da til at alle barna fikk det verre med omsyn til "bevegelse av egen lyst og fabulering i frie former..!" (se s.8) Dette har skjedd på tross av at det strider mot gjeldende ret-

ningslinjer for barn og unges interesser i planleggingen: "Ved om-disponering av arealer som i planer er avsatt til fellesareal eller fri-områder som er i bruk eller er egnet for lek, skal det skaffes fullverdig erstatning", (min uth.). Det er en tankevekker at offentlig myndighet går foran i å bryte retningslinjer den selv har vedtatt. Til alt overmål rammer det barndommens viktigste arena, ved siden av heimen. Hvor har Barneombudet og andre som taler barnas sak, vært under disse dramatiske endringene?

Mindre tid

I tillegg til å redusere barnas utearealer har skolepolitikerne også redusert utetiden. Friminuttene er redusert i flere omganger og gir knapt tid til mer enn å snu i døra. Foreløpig siste bud kommer fra Senterpartiet, (SP) som vil "... gi alle elever i grunnskolen mulighet til å drive fysisk aktivitet 1 time daglig." (Stortingsdokument 8:143, 2002). Alle med et bevisst forhold til tiltakende fedme og inaktive barn, jubler selvsagt over et slikt forslag. Men hvem er det som i følge SP må betale for denne investeringen? Jo, barna selv. Alle friminutt og fritimer skal inndras! Idretten jubler over forslaget, og arbeider målbevisst for å få det vedtatt. Etter modell fra Bunkeflo i Sverige er det nemlig meningen at det er idrettsinstruktører som skal drive den daglige gymtimen, med andre ord enda mer voksenstyring!

Barn og unge i krise

Årsaken til de voksende barne- og ungdomsproblemene er sammensatte, og kan ikke løses ved ett enkelt grep. Likevel er det ingen tvil om at undertrykkningen av den ekte leiken og spontanidretten får alvorlige konsekvenser. Det er samtidig klare tegn på at miljø som samsvarer med barna og de unges behov både er aktivitetsdrivende og reduserer de problemer man nå sliter med over hele landet.

Mobbing og kriminalitet

Vi opplever i dag tiltakende mobbing og kriminalitet i skoletiden. Elever får ødelagt skolegang, og blir påført psykiske skader for livet. Mindre kjent er vold mot lærere. I Oslo-skolen er faktisk elevvold i form av bitt, spark, og truing den vanligste grunn til yrkesskader. Vi plikter å se disse fenomen i lys av miljøfattigdom i skolegården. Bak mye mobbing og kriminalitet, ligger nemlig en oppdemt aktivitets-





trang. Det er også i det perspektivet vi, sammen med andre forhold, må se på bråk i klassen. Forholdet er spesielt aktualisert ved at norske elever er de som bråker mest i Europa. Aktivitetstrangen er en fysiologisk aktivitetsdrift styrt av stresshormoner som i et biologisk sett naturlig utviklingsforløp, leder til en positiv egenutvikling, gitt at miljøbetingelsene er til stede.

Rus

For barns virksomhetstrang er utfordringsfattigdom i utemiljøet ensbetydende med at gate, kjøpesenter og bensinstasjon er mer spennende arenaer. Dagens skolepolitikk må ta inn over seg at den paradoksalt nok, er med på å presse barna ut i gata. I gata finner barna større livsrom, og de finner spenning og utfordringer. Men dessverre søker de altfor ofte rus fordi de mangler muligheten til å leve ut den sunne spenningen. "Ungdommer ruser seg for å tilfredsstille lysten på spenning, opplevelser og hemningsløs atferd," hevder forsker Willy Pedersen. Vi leser at narkotikaproblemene til og med er store i skolen, ja så store at enkelte skoler har måtte stenge. Dette kan vi gjøre noe med. Et ekte leikmiljø bygger på spenning som drivkraft. Det gir den sunne form for rus.

Fedme

En overordna og konkret utfordring grunnskolen står overfor er å skape bevegelsesglede hos inaktive barn. Norske barn og unge er langt mindre fysisk aktive nå enn før. Dette utgjør et mulig helseproblem, og særlig dersom en ser det i forhold til det vår siste helsemelding betegner som "Epidemi" av overvekt. På 25 år har det for eksempel vært en firdobling av overvektige svenske rekrutter. Fete barn får store helseproblemer som diabetes, hjerte- og karsykdommer, leddplager. Ifølge Verdens helseorganisasjon er fedme et av verdens største helseproblemer. Medisinske konsekvenser er vel dokumentert, men fedme har også alvorlige sosiale konsekvenser, spesielt for barn. Grunnleggende forhold som venneløshet, mobbing, og å være skoletaper setter varige spor i et barnesinn.

«Fritidsløse» barn lider av stress og angst.

Undersøkelser har vist at stress også hos barn, gir hjertetrøbbel, søvnproblemer, hodesmerter og magesmerter. Svært mange av barna viser seg i høy grad å være irritable, ærgjerrige, utålmodige og ikke minst, aggressive. Nyere forskning viser at stress reduserer evna til å

huske og dermed læreevnen. For svært mange er jevnlig bruk av hodepinetabletter en realitet for å stå ut dagene. Den utløsende faktoren for stress og angst er at barna nærmest aldri har fritid. Enkelte av barna vet rett og slett ikke hva "fritid" er. Skolen står for den mest omfattende voksenstyringen av barndommen. I dag vet vi at barn som ikke får finne på ting sjøl blir sjuke. Den kjente barnepsykiateren professor Hilchen Sommerschild gir følgende klare råd: Det barna trenger er egenaktivitet, de trenger spontanitet.

Kultur- og kirkedepartementet viser vei

Ett departement, nemlig Kultur- og kirkedepartementet (KKD), ser de negative konsekvensene av en tapt barndom, og gjør noe konkret for at barna skal få den tilbake. Starten kom med vår aller første Idrettsmelding i 1992, som åpnet for spillemidler til nærmiljøanlegg. I meldingen er samtidig ekte leik satt på den politiske dagsorden.

Ekte leik er godt beskrevet, samtidig som den er satt inn i et interessant helhetsperspektiv: ekte leik er idrettens barndom. Leikmotorikken har nemlig en naturlig utvikling mot sportsmotorikk. Utviklingen går fra "ekte leik og spontanidrett" som er barndommens bevegelseskultur, til "dans, idrett og friluftsliv," som er de voksnes bevegelseskultur.

Den akutte helsesituasjonen med tiltakende fedme og inaktive barn, sammen med bevissthet om verdien av å mestre ferdigheter, gjør at KKD, som en bieffekt av sin nærmiljøatsing, bevilger penger inn mot et annet departement, UFD. I Idrettsmelding nr 2 / 2000 rettes nærmiljømidlene mer inn mot skole- og fritidsparker. Begrunnelsen er at barn bruker mer og mer tid i skolen, og skoleanleggene er mange steder naturlige møtesteder for nærmiljøet. At idrettens midler i realiteten går til utvikling av et helt nytt pedagogisk rom ved skolene er historisk. Vår største mobbearena kan derigjennom omvandles til en unik sosial institusjon!

I miljø med allsidige og stigende utfordringer, blir barnas egen turbo for utvikling koplet på. Midlene til anlegg ligger der, og åpningen for at disse midlene kan styres inn mot skolen gir den beste garanti for at midlene skal gi uttelling for en harmonisk sosialmotorisk utvikling, - en nødvendig motvekt mot fedme, og et nødvendig tiltak mot mobbing.





2. Ekte leik og spontanidrett

Ekte leik og spontanidrett

Den frie spontane leiken

I vår første Idrettsmelding fra 1992 står det:

"Den frie, spontane leken (jfr. kap. 4.1) er annerledes enn den tradisjonelle idretten ved at den er spontan, og at reglene ikke er gitt på forhånd. Den spontane leken er barnas egen. Det er de som bestemmer, organiserer og lager regler. Reglene søker ofte å skape jevnbyrdighet mellom de lekende, slik at resultatet ikke skal være gitt på forhånd. Det fører til at barn selv på vidt forskjellig utviklingsnivå og forskjellig nivå i styrke og ferdigheter, finner mening i å leke sammen. Ekte lek skjer uten voksenstyring, og endres stadig ut fra de rammebetingelser som blir gitt. Kvalitetene i lekemiljøet er med andre ord svært viktig for den frie, ekte leken. For å utvikle den spontane leken trenger en et aktiviserende nærmiljø, og ikke minst naturområder. Som kompensasjon på manglende naturområder, kan en utvikle lekemiljø med spesiell tilrettelegging der man tilfredstiller barnas behov for spenning og samhandling".

I 1994 kom avstemningen om 6-åringene skulle inn i skolen. Den forståelse av leik som Stortinget la til grunn var: "bevegelse av egen lyst og fabulering i frie former."



Faglig bakgrunn

Egen-drift-virksomheten gjennom ekte leik, bygger på erkjennelsen av at barn har en genetisk disposisjon for egenutvikling. Egenutvikling er imidlertid miljøavhengig. Den er avhengig av de miljøbetingelsene som vi genetisk sett er disponert for å utvikles i, eller substitutter på slike miljøbetingelser. Den genetiske tilnærmingen til å forstå barns utvikling er framsynt nok, nedfelt i L-97, Generell del: "Utviklingen av den enkeltes identitet skjer ved at en blir fortrolig med nedarvede væremåter". Av betydning for de krav vi bør stille til skolens utemiljø er to fundamentale forhold ved vår væremåte sentrale. Det overordna er at mennesket er sosialt. Mennesket når sine egoistiske mål best når det fungerer sammen med andre. Det andre og ytre sett mest dominerende forholdet er bevegelsen. Den grunnleggende erkjennelsen i denne sammenhengen er at bevegelsen ikke er et isolert fenomen. Bevegelsesutvikling er en funksjon av det sosiale. Bevegelsesutviklingen skjer gjennom interaksjon. Å skille mellom noe som er sosialt, og noe som er motorisk er interessant i forskningssammenheng. I det virkelige liv henger fenomenene imidlertid uløselig sammen. Enheten er spesielt påtakelig i barneåra fram til puberteten. Barnas dominerende virksomhet, den ekte leiken, blir derfor kalt en sosio-motorisk atferd. Det sosiale og det motoriske henger sammen som renningen og slaget i en vev. Den vanlige formuleringen, leik og fysisk aktivitet, er ut fra det kunnskapssyn ekte leik er bygget på meningsløst. Leik er fysisk aktivitet.

Et utfordrende leikemiljø, - en forutsetning for normal bevegelsesutvikling

Ingen dyreart har et større motorisk mangfold enn mennesket. Grunnmotorikken må forstås i perspektiv av en millioner av år lang evolusjon. Evolusjonen har ledet til at motorikken ligger i sentralnervesystemet som muligheter/motoriske predisposisjoner.

Overlevingsferdigheter er derfor et annet begrep som nyttes på grunnmotorikken. Ferdighetene er

- transportbevegelser på bakken, krype, gå, løpe, hoppe, rulle, balansere
- transportbevegelser i trær, henge, pendle/slenge, klatre, entre

- bevegelser knyttet til bruk av redskap i grov form, støte, kaste, sparke, slå, gripe, løfte, bære, skyve, dra
- bevegelser knyttet til kommunikasjon, det rytmiske og rituelle gjennom dans, tromming og sang
- bevegelser knyttet til forplantning, religion og kunst, fakter og gester

Overlevingsferdighetene er så viktige at de drives til utvikling. Ferdighetene læres derfor ikke i tradisjonell forståelse av læring. Predisposisjonene aktiveres ved at barn stilles overfor og utfordres i situasjoner hvor det er behov for tekniske løsninger. Det krever en tilrettelegging i

- bredde - at miljøet skal gi et stort mangfold av utfordringer til den allsidighet grunnmotorikken representerer, og i
- dybde - at det skal være mye i miljøet som er så enkelt at alle mestrer det, men enda viktigere, at det er mye barna enda ikke mestrer, enda ikke tør.

Situasjoner som krever mestring har barna med andre ord, en genetisk og lystbetont draging mot. At barn får leve ut sitt liv i ekte leik er derfor grunnleggende viktig, og er en like ufravikelig del av et barns utvikling som melketennene er det.

Spenning - drivkraften i ekte leik

Et helt spesielt trekk ved ekte leik er den indre, medfødte motivasjonen til å være i virksomhet. Opplevelsesmessig kan denne drivkraften samles i begrepet spenning. Spenning er en systematisk usikkerhet barna skaper i leiken for at utfallet ikke skal være gitt på forhånd. Spenning er et overlogisk fenomen. Mye av den skapes gjennom reglene de leikende utvikler. I tillegg er spenning i dominerende grad knyttet til et like uforklarlig fenomen, den mektige og uforsonlige tyngdekrafta. Gravitasjons-trygghet er så viktig for vår psykiske helse at naturen har utstyrt oss med sterk motivasjon til å utforske og mestre gravitasjonen. Denne utforskning og forsøk på mestring dominerer i ekte leik. Den er knyttet til samspillet mellom den personlige psykiske virkeligheten, hva barnet tror det kan greie, og opplevelsen av kontroll i den gitte situasjon. Nye krav til mestring er en utfordring som har en innebygget dynamikk til menneskelig utvikling. Spenning er styrende og gjør at barn alltid holdes i grenseland for mestring, og det er bare ved å være i grenseland for mestring at grensene kan flyttes. I det ligger også mulig-





heten til at det kan gå galt. Dermed aktualiseres forholdet til sikkerhet. Forskeren Marit Boyesen hevder i sin doktoravhandling, "Den truende trygghet": "Barn må oppleve hva som er farlig ved å utsettes for akseptabel risiko". Boyesen hevder videre at barn trenger å oppleve farlige situasjoner, og lære hvordan de sjøl skal takle risiko. Et riktig tilrettelagt leikemiljø skal by på den typen situasjoner.

Et utfordrende leikemiljø - en unik sosial institusjon

Bredde og dybdeperspektivet er imidlertid ikke nok. Det er en kjensgjerning at spenning kanaliseres gjennom de sosiale drivkreftene. Det gjelder både i ekte leik og i spontanidrett. Det fremste kriteriet på et stimulerende miljø, og dermed den største utfordringen i å skape det, er at miljøet stimulerer til sosialisering. Miljøet må stimulere til interaksjon/samhandling, og det må stimulere til diskusjon. Konkret betyr det at det i miljøet må kunne oppstå konflikter. Konflikter må kunne løses gjennom valg mellom bevegelsesmuligheter og løsninger, og gjennom kompromiss som fører til enighet om reglene for den aktuelle leiken.

Skal nærmiljøanlegg ha høy funksjonsverdi for egen-driftkulturen, må anleggene bygges på kunnskap om de lovmessigheter som gjelder for barn og unges helhetlige utvikling. Forståelsen av et stimulerende miljø tar derfor utgangspunkt i menneskets biologi og kan defineres slik:

Et stimulerende miljø for barn og unges helhetlige utvikling er et spennende miljø, et miljø som utfordrer allsidigheten vår, de grunnleggende bevegelsene. Miljøet må tilfredsstille barnas behov for å utvikle sin mestringsevne. Videre må miljøet stimulere til samhandling, og det må kunne oppstå "krangling", (dvs forhandlinger). Et slikt miljø er i pakt med vår "indre guru", genene.

Det nye uterommet tilrettelagt ut fra grunnprinsippene i definisjonen, vil framstå som en ny type sosial institusjon. Samhandling gjennom grovmotorikk er grunnleggende sosialisering til det voksne liv, og er et fenomen som til nå har vært lite påaktet. Det er tunge begrunnelser for at ekte leik er sjølvne grunnskolen i demokrati.

Vitenskapssyn - en forklaringsmodell

Alle vil vi det beste for barn. Når likevel deres dominerende virksomhet, den ekte leiken, blir så markert undertrykt ligger den mest åpenbare forklaringen i det vitenskapssyn som i dag er det dominerende. I forståelsen av hvordan barns bevegelsesliv skal stimuleres, gjør det seg gjeldende to syn som er grunnleggende forskjellige.

Behaviorismen som i sin strenge form er død i dag, er fremdeles rådende i måten å forstå utvikling av barns bevegelsesliv. Den bygger i dominerende grad på menneskets evne til rasjonell tenkning. Dette vitenskapssynet hevder at all menneskelig atferd er tillært. Barn har ikke arvet annet enn noen enkle reflekser og reaksjonsmåter som kan iakttas hos nyfødte barn. Resten må læres, det vil si undervises. Dette vitenskapssynet framtrer tydelig i faget kroppsøving og gjennom instruksjon i idrett. Behaviorismen, her kalt det klassiske vitenskapssyn, forutsetter følgelig voksenorganisering og styring.

Det andre vitenskapssynet, det atferdsbiologiske, er i dominerende grad begrunnet i utviklingslæren. Dette vitenskapssynet forfekter verdien av barnas utvikling gjennom egenorganisering og styring, og er begrunnet i at vi i barneåra er arvelig betinget til et aktivt bevegelsesliv. Den grunnleggende forskjellen mellom de to vitenskapssyn ligger i at det klassiske ikke har rom for spontan bevegelsesutfoldelse, det som i atferdsbiologisk sammenheng, er barndommens dominerende virksomhet. Dersom en sammenligner ekte leik i et stimulerende uterom med tradisjonell kroppsøvingsundervisning, så er det gode grunner til å hevde at elevene stimuleringsmessig, både kvalitativt og kvantitativt, får mer gjennom ekte leik og spontanidrett på en dag, enn på ei veke med kroppsøving. Rolla til kroppsøvingslæreren bør utvides. Undervisningsrolla må suppleres med rolla som tilrettelegger og animatør. En slik suppleringsrolla må følges opp med kunnskap om de muligheter til egenutvikling som er nedfelt i barn, og hvordan læreren, nå som animatør, kan aktivere barnas egen turbo for utvikling.

I denne sammenheng, og ved å skille mellom barns bevegelseskultur og de voksnes, er vår første idrettsmelding nytenkende. For å bevisstgjøre leserne på forskjellene, kan følgende karakteristika settes opp.





Atferdsbiologisk

Spontan "egen drift"

Indre/ekte motivasjon. Naturgitt drivkraft etter opplevelser av egen mestring i samhandling gjennom grunnleggende bevegelser.

Spontankulturen er horisontal formidling,
- fra barn til barn som en "underjordisk strøm."

I spontankulturen lages reglene
av barna sjøl.

I spontankulturen bestemmer barn

- Hva de skal leike
- Hvor de skal leike
- Hvordan de skal leike
- Hvem de skal leike med

I den spontane bevegelseskulturen innvirker den voksne på virksomhetene ved å "styre miljøet", (tilrettelegge/animere).

Ekte leik er navnet på barnas egen bevegelseskultur, spontankulturen.

Ekte leik er barnas måte
å leve på.

«Egen-drift-kultur»

Klassisk

Organisert "drevet av andre".

Ytre/kunstig motivasjon Ønske om å oppnå kvalifisering, ranking, premie, god karakter, eller tilfredsstillende voksnes forventninger.

Organisert kultur er vertikal formidling
- fra noen som kan til noen som skal lære,
- fra noen som leder til noen som blir ledet

I organisert kultur lages reglene av voksne.

De voksnes rolle i organisert kultur:

- Tar initiativ
- Bestemmer innholdet
- Organiserer virksomheten
- Velger hvor en skal holde til
- Leder aktiviteten

I den organiserte bevegelseskulturen innvirker den voksne på virksomheten ved å styre atferden, (instruere).

Idrett, dans og friluftsliv er navnene på de voksnes bevegelseskultur, den organiserte kulturen.

Idrett, dans og friluftsliv er fritidsaktiviteter

«Drevet-av-andre-kultur»



3. Skolens uterom • hvilken løsning skal vi velge

Allsidighetsanlegg gir den beste utnyttelsen av disponibelt areal

Hva med ballbingen?

”En ballbinge plasseres i uterommet til en barneskole. Ved skolen er det 240 elever. Nærmere 20 av disse er gode fotballspillere. Vel 50 av barna er middelmådige. Resten dvs. 350 elever, er dårlige fotballspillere. Hvem kommer til å bruke bingen i friminutter og etter skoletid hvis det ikke legges noen føringer på bruken? De fleste innser vel at det er de beste, sterkeste og eldste spillerne som kommer til å okkupere bingen alle friminutt.” (Idrettssosiolog Jan Ove Tangen. Idrett&anlegg 1/03)

Anlegg av typen bingen er ikke forenlig med den forståelse av barns bevegelsesbehov som ligger til grunn for dette heftet. Når en spesialidrett i samarbeid med produsentinteresser, skal ha ut flere tusen binger som i de fleste tilfeller er den dyreste og dårligste måten å tilrettelegge for allsidige ballaktiviteter på, bør skolene være på vakt. De fleste skoler har ballområder som med enkle tiltak kan bli eldoradoer for allsidig ballspill for jenter og gutter på alle alderstrinn. Slik tenker Karmøy kommune. Kommunen som er kommet lengst i tilrettelegging av skolegårder ut fra ekte leik konseptet. Kommune har en bevisst strategi på ikke å legge ballbinger i skolegårder.

Vi vet at de aktive blir stadig mer aktive, og de passive blir stadig mer passive. Bak denne utviklingen skjuler det seg både forskjeller i utdanning og i levestandard. Dersom denne situasjonen får lov å feste seg risikerer vi å få et nytt klasseskille. Med dette heftet vil vi motarbeide den negative utviklingen ved å stille helt nye krav til anleggstenkingen. Skolene må helt konkret prioritere anleggstyper som engasjerer alle og som er tilpasset hver enkelts mestringsnivå. Størst utfordring ligger i en miljøtilrettelegging som treffer de som trenger det mest, nemlig de passive, ofte utrygge og som utestenges fysisk så vel som psykisk.

Ballbingen og det allsidige flerbruksfeltet er representanter for de to ulike bevegelseskulturene, og skiller seg klart i måten å tenke anlegg på. Grunntenkingen i egen-drift-kulturen er:

Det er i orden å kjempe/sloss i leiken, men barn og unge skal slippe å kjempe/sloss om å få lov å leike!

Ikke minst på grunn av den generelle helsebeskrivelsen bør det være et krav at alle elever skal kunne være i meningsfull aktivitet i friminuttene. Disponibelt areal sett i forhold til leikfunksjoner, må derfor settes i fokus. I framtiden må vi slippe å se baner med ett mål på hver kortsida, og to lag á 28 elever som kjemper om én ball. Idrettstenkingen bør parkeres i skoletiden, og stimuleres i fritiden. I tabellen Normtall for uteanlegg (se vedlegg s. 25), kan en lese ut leikfunksjon til forskjellige aktiviteter i forhold til areal hvor idrett er sammenlignet med ekte leik og spontanidrett. Mens 14 spiller kamp på en idrettsbane for sjuerfotball, kan 58 spille kamp på samme bane tilrettelagt for spontanidrett. I stedet for én bane får en i skoletiden meningsfullt spill på 7 baner på samme areal. I stedet for å tilrettelegge én handballbane, én basketballbane, ett bordtennisbord osv. er det i tråd med de sosiale drivkreftene bak aktiviteten, å tilrettelegge miljø for bordtennis, miljø for basketball, miljø for fotball osv. For banespill løses miljøtenkingen best ved å dele inn banene på tvers. Regelen bør være at ordinært spill på standardbaner mot to mål ikke skal forekomme i skoletiden.

Skoleidrett

Skoleidrett er ei viktig og nødvendig bro mellom ekte leik og spontanidrett på den ene siden og organisert idrett på den andre. Gjennom skoleidretten kan elevene få gjøre erfaring med mange forskjellige idrettsgrener, og lære grunnreglene til disse. Det er derfor viktig at banene, og anleggene ellers, mest mulig følger idrettens normer for treningsbaner og anlegg. Ett unntak er fotballbanen hvor banestørrelsen må reduseres til bane for sjuerfotball. (Se begrunnelse i Normtall for uteanlegg.) Det må være et mål for tilretteleggingen at skolens uterom stimulerer til skoleidrett, slik at elevene kan lage serier, cuper og andre konkurranser mellom skoleklasser og/eller linjer. Skoleidretten bør også kunne organiseres til å omfatte naboskoler, og gjerne slik at skoler i hele kommunen kan konkurrere.



vi velge

*Ballbane med utviklingsmuligheter.
Flerbruks ballfelt med spill på tvers av
banen gir best funksjon til lavest kostnad.*

Kjeldås skole, Sande i Vestfold, 2003.

Ved utvidelsen av skolen ble massene fra utgravingen brukt til å lage et godt skileikanlegg. Her ligger hopp, kuler og staup og orgel-tramp allerede planert ferdig. Noe av dette ligger i bakgrunnen på bildet.

Skolen har et variert og utfordrende nærmiljøanlegg på 23 mål for

elevene og bygda. På dette anlegget kan en blant annet finne et stort turnbasseng, ballvegg, naturlig klatrevegg i fjell, standard Tarzan-jungel, bordtennismiljø m/ internasjonale mål, div. ballbaner m.m. Skolen ligger i Sande kommune i Vestfold.

*Svein Braute
Rektor*





Programskissen

viser fordelingen av de mange og spesielle miljø som utgjør Skudeneshavn skole- og fritidspark. Parken kom i stand som et resultat av et seminar førsteamanuensis Asbjørn Flemmen, Høgskulen i Volda, holdt i 1996. Etter min oppfatning er s eminardagen en av de viktigste dagene for utvikling av allsidig og kreativ leik i Karmøyskolene. For realisering av planen Flemmen laget, har skolens lærere og foreldre gått inn med betydelig innsats både i forhold til delplanlegging og dugnadsinnsats. I tillegg har flere kommunale instanser har vært inne i bildet. Parken ble åpnet av ekspedisjonssjef Hans. B. Skaset i 1999. Skolen har hatt stor pågang av representanter fra skoler og etater fra mange kommuner over hele landet.

Erfaringer:

Skole- og fritidsparken byr på et mangfold av muligheter. Her kan barn med forskjellige forutsetninger finne rikt med utfordringer ut fra sitt utviklingsnivå. Skolens erfaringer fra uteområdet viser klare tendenser. Elever med svake motoriske ferdigheter søker til Tarzan-junglene og disse elevene viser i dag stor fremgang når det gjelder kroppsbeherskelse. Skolen har integrert psykisk utviklingshemmede elever som er flittige brukere av aktivitetsområdene. Elevene sier selv at etter framveksten av "junglene" og Turnbas-

senget, finnes det ikke mobbing på skolen. Selv om ikke mobbingen er helt borte ser lærerne klart at dette er en tendens i riktig retning. Elever som "driver dank" i friminuttene har fått et miljø som appellerer til deres trang til utfoldelse. Det er blitt større aldersblanding i leken. Dette gir trygghet og knytter elevene ved skolen tettere sammen. Det var noen skader i starten, men barna oppdager raskt sine begrensninger og er blitt flinke til å tilpasse fart og bevegelser. I bordtennisområdet lager barna sine egne regler, organiserer og gir hverandre handicap etter hvilket nivå den enkelte befinner seg på. Dugnadsarbeidet legger tilrette for et nært samarbeid mellom skole og hjem.

Nærmiljøanlegg:

Skoleområdet har blitt et viktig samlingssted for nærmiljøet og en fritidspark for hele kommunen, og også for kommunene rundt. Her kan man komme med termos og matpakke, og her kan voksne slenge seg i tauene i kapp med barna eller spille ball mot de mange ulike målene. Det er mye å finne på, og det gleder oss at området er så mye i bruk og at det inviterer til aktivitet for alle aldersgrupper.

Jakob Pritzler Bedringaas
Rektor





Flerbruks ballfelt fra Skudeneshavn skole

Tarzanjungel ved Trones skole, Sandnes

"Trones` skoles "jungel" ble ferdig høsten 2001. Jungelen brukes hele dagen og kvelden av barn og unge fra hele byen, men mest av barn fra nærmiljøet rundt skolen.

Skolen legger undervisningstimer i kroppsøving for 1-3 kl. til anlegget. Likeså får grupper av skolens elever med spesielle behov s.s. elever med Downs syndrom og autister t reningstimer her.

Alt i alt har anlegget bidratt til en mer harmonisk og rolig skole, samt økt elevtrivsel."

Ernst Lapin

Rektor



Turnbassenget ved Nordbyen skole, Molde.

Det første barna gjør når de kommer på skolen om morgenen, de første kommer før 8, er å sette fra seg ranselen i klasseromsgangen og så er det rett i Turnbassenget. I friminuttene er det blitt god plass på fotballbanen, mens bassenget er fylt til trengsel. Det har helt klart utløst en helt annen aktivitet enn det som var tilfellet før. Det er kappestrid om hvem som kan snurre flest ganger rundt på stanga , hengende i et kne. Det har ikke kommet så langt som til spennhengskjempe og langkipp ennå, men nye moment utprøves stadig. En hver prøver på sitt nivå og elevene er opptatt av å vise hva de kan. Det er stas å vise rektor "Sjå ka I fer te, da".

Arne Lillevik

-rektor-



4. Kostnader og finansiering



Skolens eier

Ansvar for utvikling av skolens uterom ligger i første rekke på kommunen. Praksis viser imidlertid at utearealene vanligvis kommer langt ned på kommunenes prioriteringslister. Det er derfor svært positivt at det finnes statlige midler som er innsiktet mot uterommet. Disse midlene må imidlertid betraktes som tillegg til kommunale bidrag.

For å få en finansiering i kommunene som gir rom for betydelige innsatser for bedre uteanlegg, kreves tre ting:

1. At skolen og kommunens administrasjon og politikere klarer å formulere den betydning skolens uteanlegg har for barn og unges sosiomotoriske og helsemessige utvikling. En slik begrunnelse er nødvendig for å hindre at uteanlegget blir den mest beleilige salderingspost.

2. At det utarbeides helhetsplaner for uteanlegget. Her bør miljø for barn og unges egen bevegelseskultur ha en sentral plass.

3. At skolens behov og helhetsplaner blir en del av kommunens byggeprogram for skoler og skoleanlegg. Dermed får uteanlegget en politisk forankring på linje med bygg, parkering, med mer.

Denne framgangsmåten får to forhold klart fram i lyset:

4. Det kreves mer penger for å tilrettelegge for ekte lek og spontanidrett i et helhetlig uteanlegg, enn ved å foreta "rykk og napp" utbedringer.

Disse beløp er likevel en liten del av det totale skolebyggprogram, og gir gevinst i form av bedre helse.

Spillemidler

En viktig kilde til finansiering av skolens uterom er spillemidlene til nærmiljøanlegg. Siden vår første idrettsmelding i 1992, har vi hatt en markert satsing på denne typen anlegg. Idrettsmeldingen som kom i 2000, er spesielt inspirerende. Den økte maksimumsbeløpet på kr. 200.000 til det tredoble. Samtidig retter denne meldingen oppmerksomheten mot skolene:

"Regjeringen ønsker et større fokus på utviklingen av nærmiljøanlegg i tilknytning til skolens uterom."

Innsiktingen av spillemidler mot skolens uterom er historisk. Idrettsmeldingen presiserer imidlertid at dette er et område der

også skolesektoren har et ansvar.

Husk å starte med barna og de unges reelle behov i forhold til uteanlegget. Det drives mye markedsføring av spesielle ballspillanlegg og tradisjonelle leikeanlegg, forsøkt tilpasset nærmiljøordningen, og hvor skolen får gratis planlegging og ferdig utfylte søknadsskjema. I mange tilfeller gir dette en dårlig uttelling i forhold til alle brukernes behov. Motstå fristelsen til en lettvinnt prosedyre, og ta egne runder med behovsanalyse og helhetsorientert planlegging.

Til hver søknad kan det gis støtte med inntil 50% av godkjent kostnad, begrenset oppad til 600.000 fordelt på 3 prosjekt. For å få spillemidler stilles det krav om at anlegget må være med i kommunedelplanen. Planen må være helhetlig, dekke hele utearealet, og vise klar arealdisponering i forhold til de bevegelsesfunksjonene uterommet skal ha. Videre må det foreligge en finansieringsplan. Prosjekter kan ofte koste mer enn totalt kr. 400.000, og spillemidlene kan bli for eksempel 40% av totalkostnaden. På neste side er det satt opp en tabell med eksempler på forskjellige typer finansiering. Det anbefales at skolen holder god kontakt med skoleadministrasjonen, og kommunale saksbehandlere for nærmiljøtilskuddet. Dermed kan en tidlig få nyttige råd.

I tillegg til hovedordningen med spillemidler, er det innført en "forenklet ordning". Søknadsskjemaet er enklere og det stilles ikke krav om en plan som skal inn i kommunedelplanen. Ordningen gir 50% støtte innenfor totalkostnader på mellom 20.000 til 80.000. Detaljert regelverk finnes i Forskrift og bestemmelser om stønad av spillemidler til anlegg for idrett og friluftsliv. Forskriften kan en få ved Kulturkontoret i kommunen.

* Godkjente kostnader

- grunnarbeid og tilførsel av masse inkl. arbeid og transport
- drenering
- opparbeiding av flater og formasjoner
- faste installasjoner
- lys
- montering og fastsetting
- prosjektering
- administrasjon



* Ikke godkjente kostnader:

- kjøp eller leie av grunn
- drenering ut fra anlegget
- strøm inn til anlegget
- eventuell parkeringsplass

Det er sjelden skolene sitter med egenkapital. Imidlertid synes det i mange kommuner å være en generell satsing på nærmiljøanlegg. Det til tross er det mange kommuner som ikke greier å finansiere den siste rest av egenkapital som må til for å utløse spillemidlene. Skolen bør ikke gi opp av den grunn.

Dugnad

Spillemidlene dekker 50%. Resten må skaffes ved egenkapital der dugnader utgjør en viktig del. Dugnaden bør være så stor som mulig slik at en kan få mest mulig leikfunksjon ut av de tildelte midlene. Videre bidrar dugnader til at foreldre og andre interesserte, identifiserer seg med anlegget. Verdien av dugnaden er den prisen en entreprenør ville ha tatt for arbeidet.

FAU-innsamling

Foreldre kan la aktiviteter som gir inntekter gå til finansiering av tiltak på uteområdet.

Rabatter og sponsorer

Det bør også nevnes at en ved bruk av lokale entreprenører og byggmestere, ofte kan få både gaver og rabatter. Slike tjenester må være avtalt på forhånd og være skriftlige. Et moderne fenomen som sponsormidler har også vært nyttet med hell. Slike midler er det lettest å få utløst dersom pengene går til noe konkret som for eksempel utescene, tilrettelagt for dans og drama.

Finansieringskilde

| | Eks. 1 | Eks. 2 | Eks. 3 |
|---------------------------|--------|--------|--------|
| Egen kapital | | 20 % | 45 % |
| Kommunalt tilskudd | 20 % | 20 % | |
| Rabatter og gaver | | 5 % | 5 % |
| Dugnad | 40 % | 15 % | |
| Tilskudd fra Spillemidler | 40 % | 40 % | 50 % |
| SUM | 100 % | 100 % | 100 % |

Eksempel 1. Et tiltak som muliggjør stor egeninnsats / dugnad, og hvor pengebehovet dekkes av skolen/kommunen og spillemidlene. Eksempel kan være ballvegg/buldrevegg som bygges på dugnad.

Eksempel 2. Et prosjekt som henter finansiering fra mange ulike kilder.

Eksempel 3. Et prosjekt hvor skolen har økonomiske midler, og finansierer tiltaket ved hjelp av egne midler og penger fra Kulturdepartementet.

Tilskudd fra fylkeshelsesjefen

Sosial og helsedepartementet (SHD) har også rettet virkemidler inn mot skolens uterom. I helsemeldingen som kom i 1993, Utfordringer i helsefremmende og forebyggende arbeid, heter det at SHD vil "bidra til å skape gode lekemuligheter og fysiske aktivitetstilbud som passer til barnas utviklingsnivå både i barnehage, skole og nærmiljø".

Den siste helsemeldingen som kom 2003, Resept for et sunnere Norge, følger opp fokus på skolens uterom og skriver: "Særlig synes det å være aktuelt med anlegg i tilknytning til skolen som gir flerbruks- og sambruksmuligheter, og som kan være møteplass for aktivitet og samvær for barn og ungdom på ettermiddags- og kveldstid". Om det ikke kan bevilges penger direkte inn mot selve anlegget, kan en i alle fall søke om midler for eksempel til utvikling av planer.

Statlig lån

Rundskriv F-49-01 fra Utdanningsdepartementet setter rammebetingelser for en satsing på 15 milliarder til skoleanlegg. Tiltaket åpner for at skoleeiere innenfor en denne rammen får dekket renteutgifter på lån til å rehabilitere og oppruste skoleanlegg. Ordningen har en tidsbegrensning på 8 år. Nærmere opplysninger om ordningen, Kompensasjon for renteutgifter ved investeringer i skoleanlegg, får en ved å henvende seg til Husbanken som administrerer ordningen.

Legat og fond

Det finnes en rekke legat og fond som en kan søke på. Oversikt finnes i Legathåndboken 2003,



5. Miljø som inngår i en stand

Miljø som inngår i en standard skole og fritidspark

Miljøene som presenteres nedenfor utgjør hver for seg en sosial enhet. Miljøene er nedenfor delt i to kategorier. Til grunn for inndelingen ligger, i tillegg til betydning for sosialisering, en vurdering av utfordringene sett i forhold til sansemotorisk utvikling. Deri ligger også en vurdering av miljøenes betydning for utvikling av idrettslige grunnteknikker.

Sentrale miljø

- Jungelleik - henge, slenge, klatre, balansemiljø.

Jungelleik er en samhandlingsarena preget av stort mangfold hvor utøverne får bruke det meste av sine sansemotoriske evner. Utøverne får ved siden av balanseutfordringer, i særlig grad møte utfordringer som stiller krav til reaksjonsevne med utgangspunkt i henge, slenge og klatrebevegelser. Miljøet tilrettelegges slik at det i stigende grad stiller krav til mestring og dermed sanseintegrasjon. Sosialisering finner sted gjennom interaksjon og gjennom diskusjon om regler. "Enighet om hva som skal brukes og ikke brukes i miljøet fremmer variasjon i interaksjon, og stimulerer til diskusjon om regler.

I en aldersgruppe på 10 år står barna på vidt forskjellige nivå, både i sosial og i bevegelsesmessig utvikling. Det er derfor viktig at den populære jungelleiken kan tilrettelegges i forskjellige vanskelighetsgrader. Det ideelle er at jungelmiljøet tar utgangspunkt i trær på skoleområdet. Trær gir grunnlag for oppheng av tau, dels som slengtau og dels som traverser. Taua henges opp i aktuelle greiner som forsterkes gjennom barduner. Pendelen på slengtau bestemmer i neste omgang hvor landingsplasser og balanseelementer skal plasseres. Få skolegårder har trær som tåler belastning. Master/kunstige trær er derfor det mest vanlige. Mellom mastene legges ståldragere til oppheng av slengtau. Miljøet berikes med dekkbalanser, traverser, dekk sirkler, dekkbroer, trebroer, ramper og entrestenger. Variasjonen beriker leiken. I tilretteleggingen skilles mellom

- Naturjungel
- Tarzanjungel
- Apejungel
- Mini-Tarzan





ard skole- og fritidspark.

• Turnbasseng - turnapparater plassert i et bark-basseng

Turnbassenget består av grupper med apparater som er forskjellige. Et standard oppsett består av 4 skranker med like holmer, 6 skranker med ulike holmer, 6 svingstenger og 12 sett med ring-er og trapes. De tradisjonelle holmer og stenger av galvaniserte rør er i dag erstattet med materialer som gir svikt. Apparatene har reguleringsmuligheter for tilpasning til forskjellige kroppsstørrelser. Apparatene plasseres slik at flest mulig barn kan se hverandre.

• Plen for gymnastiske ferdigheter

Det er ønskelig med en god plen som har varierte helningsgrader. Det bør helst være 4 klart definerte helninger. Ved å satse på god plen vil det stimulere til gymnastiske ferdigheter som å stå på hodet, på hendene, slå hjul og stupe kråke. Er det fuktighet i gras- set kan det være hensiktsmessig at elevene har tilgang til underlag å boltre seg på. Her tenkes på liggeunderlag av den typen som brukes i telt/snøhole.

Liggeunderlag er også hensiktsmessig for å unngå at elevene får grønske på klærne. Det er fint om plena kunne ligge inntil turn- bassenget, og være utstyrt med nedsprangsmatter.

• Fotball- og bandy

Bane bør være 60x40. Generelt for alle ballfelt er at de må tilrettelegges slik at mange grupper kan spille samtidig. Det bør være et mål at hvert ballspill kan utgjøre et miljø. Miljø kan skapes ved at større flater deles opp i småbaner ved hjelp av klare markeringer. For eksempel kan vant nyttes. Mange småbaner stimulerer til endring på lag og skifting av lag som spiller mot hver- andre. Ballfelta bør ha et rikt utvalg av små mål som utvikles i 4 størrelser, svart, rød, blå og grønn. To og to er like.

• Handball- og hockey

Et større asfaltert felt, for eksempel en vanlig handballbane, 40X20, deles i skoletiden inn i 4 mindre baner, og forsynes med småmål. For de som ønsker å drive med skudd-mot-mål-spill bør det kunne plasseres flere små flyttbare mål, gjerne inn til et gjer- de eller en ballvegg. Måla bør parvis ha forskjellige størrelser og vanskegrad som i fotball. For hockey er det enkelt å lage flytt-

bare vant. Der det er plass bør hockey få egne baner.

• Basketball

Basketball er et meget velegnet skolespill. Med utgangspunkt i to ordinære baner 28 x 15m kan en, ved å utvide banen med 2x1 meter i bredde, legge forholda til rette for 2 x 3 basketballstativ. I stedet for 2 lag pr. bane kan en denne løsningen gi 6 lag.

• Ballvegger

Ballvegger for fotball, handball, basketball og racketspill gir muligheter for at mange kan være i aktivitet på samme tid innenfor et begrenset areal. Ballveggene kan være sjølstendige elementer, men helst bør de plasseres i tilknytning til baner for gjeldende ballspill. Ballveggene bør være store og være utformet slik at de er spennende, og i stigende grad stille krav til mestring. Basketballveggene for eksempel, må ha mange korer, og de bør være plasserte i forskjellige høyder. Tilsvarende bør ballvegger for handball og fotball kunne stille krav til mestringsevne ved at bal- len treffer mål i målet. Slike mål i målet kan være hol i veggen, og der ballen havner i en ballkasse, og triller ut igjen.

• Buldrevegg

Buldrevegg er navnet på en klatrevegg hvor det ikke er behov for sikring. Veggen bør være lang og være utformet så variert som mulig. Den bør i dominerende grad være forsynt med store tak, og krydret med hindringer. Veggen bør stille krav til stigende dyktighet jo høyere opp i veggen en klatrer. En buldrevegg kan gjerne plasseres i tilknytning til den mest utfordrende jungelen. Dermed kan buldring bli en naturlig del av jungelleiken. Det er også hensiktsmessig å kombinere buldreveggen med ballvegg. Ballkassene på baksiden skaper ekstra variasjon i buldringen.

• Sandvolleyball

Feltet bør være så stort at mange grupper kan spille på samme tid. Det skjer best ved å utvide bredda med 2 meter. Det er hensikts- messig at det ligger i tverrenden av for eksempel fotballfeltet. Der- med kan feltet brukes til friidrett, både lengdehopp og høyde- hopp uten stav og med stav. Sandfeltet er også velegnet til turnaktiviteter, badminton og fotballtennis.





- **Volleyball**

Vanlig volleyball er blitt et typisk innespill. Det har imidlertid gått ut over det spontane volleyballspillet. En vanlig volleyballbane er ikke stor. Ved å utvide bredda noe, kan en ut fra småbanetenkningen, få stor aktivitet. Spillet kan da gå på tvers av banen.

- **Bordtennis**

Et område med plass til flere bordtennisbord slik at de utgjør et miljø. Borda bør ha forskjellige høyder, størrelse og form, - rektangulære og runde. Flere bord bør imidlertid ha standardstørrelse.

- **Slåball**

Langball og andre slagleiker har lang tradisjon og er populære. Trolig er det en fordel med standardoppmerkinger som finnes i bøker om leiker, og i kroppsøvlingslitteratur. Slåball kombineres med et større ballfelt.

- **Racketspill**

Et større felt delt inn i små felt som egner seg til softballspill, tennis, badminton, indiaka med mer. Det anbefales å systematisk satse på og utnytte den store variasjonen disse spillene representerer. Nettstenderne kan støpes ned i et personbildekk. Når banen ikke er i bruk til racketspill, kan stenderne lett fjernes slik at feltet kan ha andre formål.

- **Friidrett**

Friidrettsaktiviteter med kappspringing, kast og støt må kunne kombineres med det største ballfeltet. Ved landing i et sandvolleyballfelt kan en stille opp mange stativ for høgdehopp med forskjellige høyder. På samme måte kan sandvolleyballfelt nyttes til lengdehopp. Størrelsen gjør at mange kan være i aktivitet på samme tid.

- **Område for paradishopp, tau- og strikkhopp**

Dette er populære aktiviteter, men som kan være belastende for knærne. Det vil av den grunn være hensiktsmessig at området får kunststoffdekke.

- **Arena for det rytmiske og rituelle**

gjennom dans, tromming og sang. Elevenes medfødte trang til det rytmiske og rituelle gjennom dans, tromming og sang blir ofte oversett. Et område for spontanutfoldelse kan være en nødvendig og god stimulering. Området må ha avspillingsmuligheter for musikk som elevene kan danse til. Ut over dette kan området tjene som et generelt samværsområde. Området bør utformes som et uteamfi, og ha en funksjon i tilknytning til uteskole, drama og andre framvisninger.

- **Arena for brett og rulleskøyter**

Brett og skøyter er blitt to meget populære typer utstyr. Virksomheten krever et større asfaltområde med varierte utfordringer. Det er en forutsetning at elevene bruker komplett verneutstyr. Det er videre en forutsetning at brett og skøyter kun brukes på de angitte områdene. Det fine med utstyret er at det kan brukes på samme type ramper og andre tilrettelagte utfordringer. På de fleste baner krysser fartsretningene hverandre. Av omsyn til sikkerheten, og for at flest mulig skal kunne være i virksomhet samtidig, er det hensiktsmessig å tilrettelegge for en framog-tilbake-løsning. Hovedprisnippet for skoleanlegg bør være stabile, men flyttbare ramper. Flyttbare ramper øker muligheten til å variere utfordringene, og det øker fleksibiliteten i bruken av uterommet totalt sett. Flyttbare ramper åpner også for bruk av parkeringsområder ved skolen som i store deler av dagen står tomme.

Andre miljø

- **Svingtennis og smashball.**

Dette er spill der ballen er festet i ei snor. Spilla er "ufarlige" innretninger som kan skape stor aktivitet på et begrenset område. Det er viktig med så mange enheter at det blir et miljø for svingtennis og et miljø for smashball.

- **Ball-mot-vegg-spill**

Det finnes en rekke spill mot vegg både med små og store baller. Spillene krever bare en plan vegg som ender i en asfaltflate.







• Svingkarusell

Svingkaruseller består av en stolpe. Fra en roterbar toppplate henger 3 tau eller kjettinger. Spillet går ut på å springe seg i gang, og i en kombinasjon av løp og svev få større og større omdreinings-hastighet og høyde. For eksempel 3 svingkaruseller plassert i en likesidet trekant har plass til 9 utøvere. Stolpene graves ned på forskriftsmessig måte og området forsynes med sikkerhetsunderlag

• Sjongløren

På et avgrenset område bør det legges til rette for sjonglering med skjerf, ringer, baller og køller. Dette er aktiviteter som stiller spesielle krav til sanseintegrering og utvikling av reaksjonsevne.

• Hestesko- og skothellekast

er aktiviteter med lang tradisjon. Banene kan også nyttes til forskjellige kulespill. Det er viktig å tenke på voksne, og også på elever som ikke er så motiverte for fysisk krevende aktiviteter. På mange steder eksisterer lokale tradisjoner på enkle spill som det er verdt å vurdere.

• Petanque og andre kulespill

er spill med enkelt utstyr, og kan lett brukes til å skape en spennende og vennskapelig atmosfære i alle aldre.

• Gjemme og leite

er et område helst med variert topografi, og hvor det finnes mange gjemmesteder kombinert med bevegelsesmessige utfordringer.

• Sykkel - off road

Sykkelen er blitt meget populær. I en skole og fritidspark bør det legges til rette for spesielle utfordringer som viser at sykkel kan brukes ut over å være et transportmiddel. På tilsvarende måte bør vi tilrettelegge for elevenes behov for utfordringer med sparke-sykkel.

• Krokett

er annen rolig aktivitet som det er enkelt å legge tilrette for.

• Naturgolf

Naturgolf er en variant av det tradisjonelle golfspillet og gjør spillet tilgjengelig for flere. Naturgolf kan spilles på en hvilken som helst plen. Gleden ved spillet øker sjuksagt med kvaliteten på plenen. Gjødsling og lett tilgang til plenklipper er i den sammenheng viktig. Antallet hull tilpasses plenen med ca 10 meters avstand mellom hvert hull. Hullkopper settes ned i plenen ved bruk av en golfhullskjærer, eller en liten hagespade.

• Sjakk

Ved mange skoler er sjakk et populært spill. Det arrangeres turneringer og konkurranser mellom klasser og skoler. Det er derfor populært at denne aktiviteten også kan foregå i uterommet. Marker sjakkbrett for eksempel med firkant-heller 35cm x 35cm

• Samværsområder med grillmuligheter

Det er viktig å avsette møteplasser for ansvarspersoner. Møteplassene legges slik til at det er god utsikt til virksomhets-områdene. Erfaringene viser at skole- og fritidspark brukes mye i fritiden. Av den grunn bør det være ett eller flere større samværsområde med plass til grill.

• Skileikanlegg

Det finnes heldigvis skoler som har høydeforskjeller og ellers terreng til Skileikanlegg. Ved disse skolene hører Skileikanlegg til sentrale miljøer.

Et Skileikanlegg er et bevegelsedorado for allsidig, utfordrende og spennende leik på ski. Anlegget er karakterisert ved et mangfold av situasjoner og muligheter som gir opplevelser på alle mestningsnivå. Et standard skileikanlegg har 4 vanskelighetsgrader på flate og i bakke. Av elementer i bakke nevnes hoppbakker, kuler og staup, hopplåmer, orgeltramp, slalåm i variasjoner, og portal klokkelåm. På flate består et standardopplegg av 4 spor bygget på elementer fra skiskyting, og 4 spor hvor det er lagt inn andre former for spenningsselementer. Se Norges Skiforbund: Skileikanlegg. Veien fra ide til realisering.

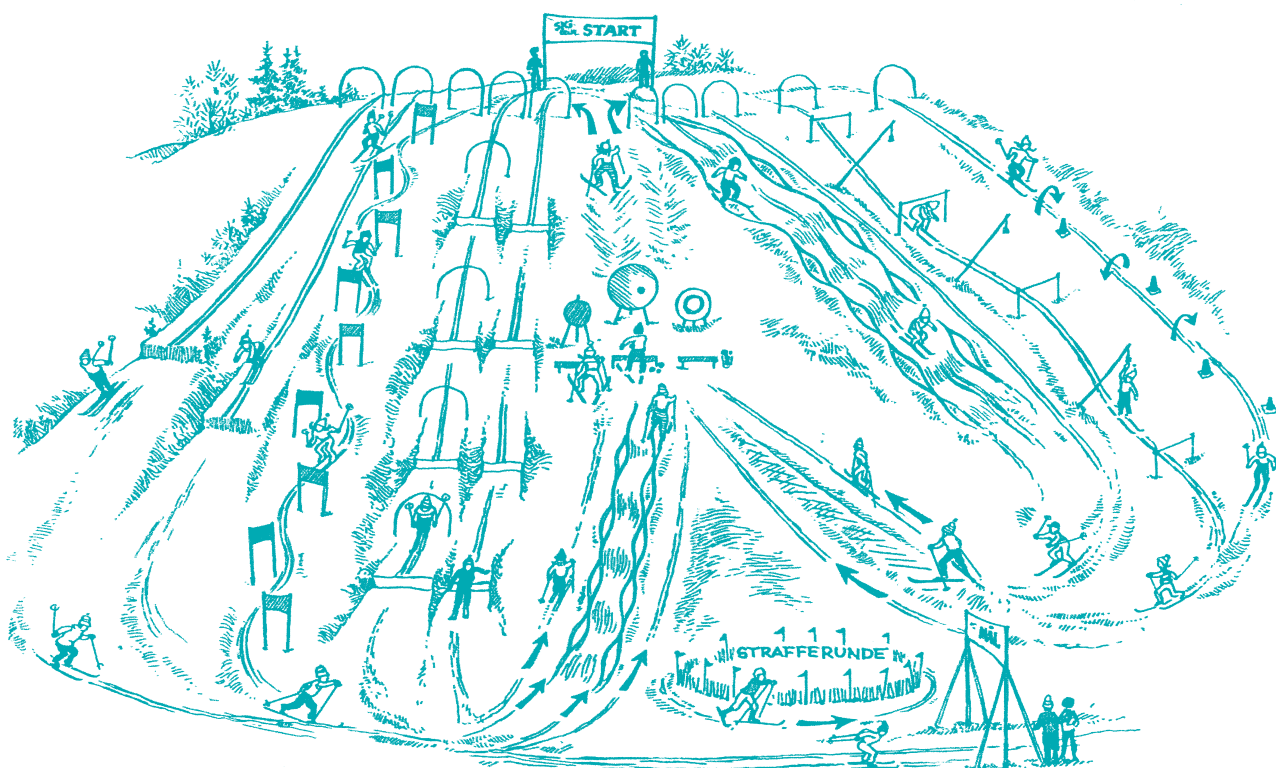




Én av ballveggene ved Skudeneshavn skole



Asbjørn Flemmen har hatt forsøks- og demonstrasjonsområder for jungelleik i Volda siden 1975. Dette området ved Høgskulen i Volda, tilknyttet barneskole, ble tatt i bruk i 1995



Ski-total fra Flemmen, A.: Skileik, Universitetsforlaget, Oslo 1999.



Normtall for uteanlegg

6. Normtall for uteanlegg

Tabellen over Normtall for uteanlegg viser at allsidighetsanlegg har flere fordeler. Den viktigste er at allsidighetsanlegg, tilrettelagt for ekte lek og spontanidrett, kan aktivisere langt flere elever enn om virksomheten ble organisert som idrett. Tabellen kan være til ei viss hjelp i hva en bør prioritere på trange skolegårder. Ut fra normtallene kan en også få en pekepinn på investerte kroner sett i forhold til uttelling i aktivitet.





7. Nyttige kontakter

Rådgivning, prosjektering, prosjektledelse og søknader for skole- og nærmiljøanlegg.

*Aktiv Arena AS, Øyvin Vestre, Postboks 266, 1379 Nesbru. Telefon: 66 77 73 40, faks: 66 77 73 41, mobil: 41 68 98 55. E-post: post@aktivarena.no
www.aktivarena.no*

*Rolf Bjarne Sund, Berg, 3174 Revetal. Telefon: 33063900, faks: 33 06 39 01
mobil: 91349530, E-post: rolf@tunet.vf.no*

Kommunale og fylkeskommunale saksbehandlere for nærmiljøanlegg.

Elementer og produkter som inngår i anleggskonsept:

Aktiv Arena AS, 1379 Nesbru.

Noen prosjekter for mer informasjon

- Skogstua barnehage, Hjelset, <http://www.fannenett.no/skoler/skogstua>
- Oppigarden barnehage, Volda
- HVO sitt referanseanlegg i Volda. <http://www.hivolda.no/>
- Skudeneshavn skule, Karmøy. <http://www.skole.karmoy.kommune.no/wskud/>
- Trones skole, Sandnes: <http://www.trones.gs.rl.no>
- Charlottenlund skole, Trondheim <http://www.skole.trondheim.kommune.no/charlotb/>
- Varhaug skule, Varhaug, <http://www.varhaug-b.gs.rl.no>
- Nordbyen skole, <http://www.molde.kommune.no>
- Naustdal barne- og ungdomsskule, Naustdal. <http://www.naustdal.kommune.no>
- Vikeså skule, Vikeså <http://www.bjerkreim.kommune.no>
- Kjeldås skole, Sande i Vestfold. <http://www.sande-ve.kommune.no/>
- Sandnes skule, Masfjordnes

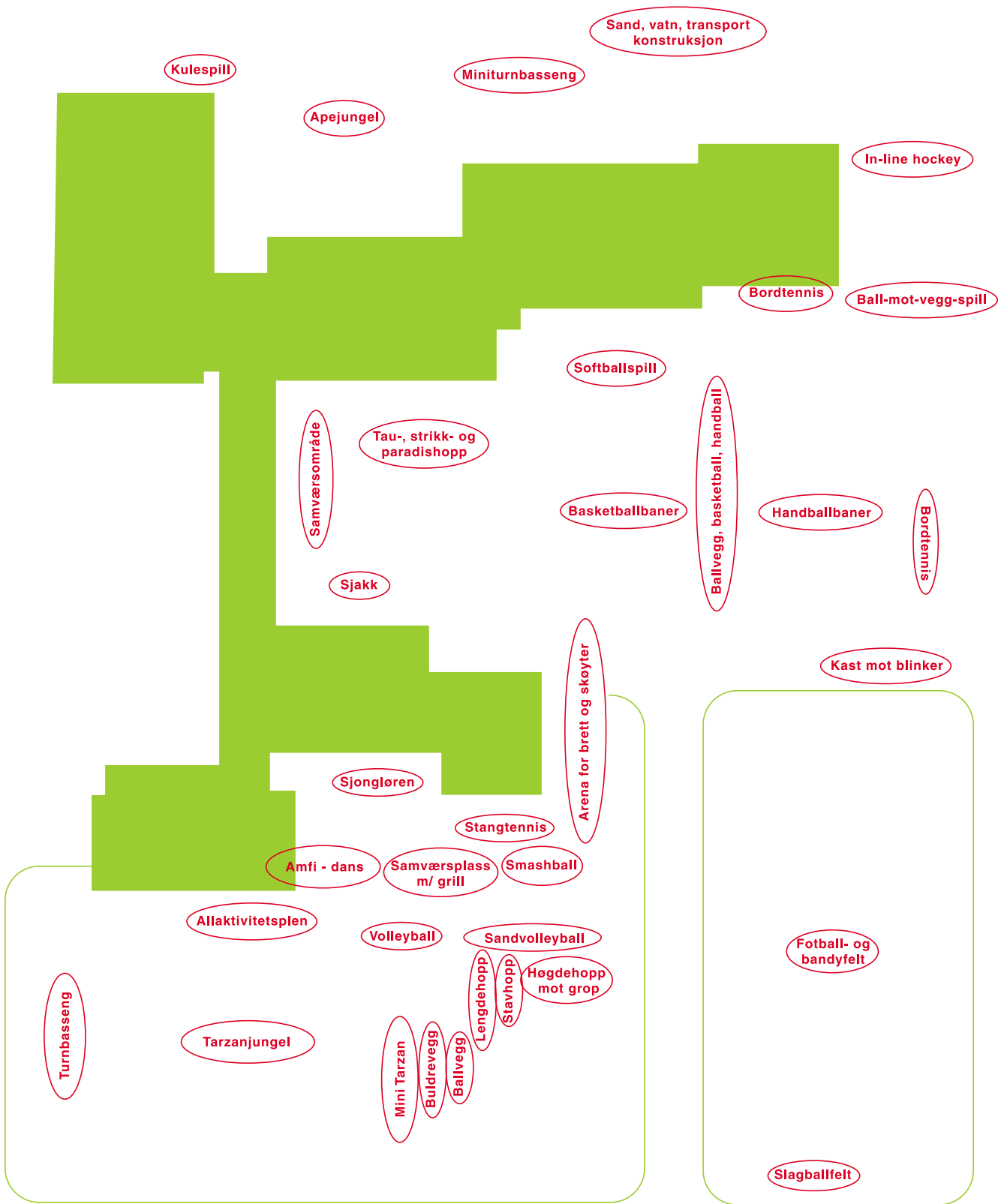
Førsteamanuensis Asbjørn Flemmen

Høgskulen i Volda

Telefon: 7007 5278, Mobil 97592476

E-post; af@hivolda.no







Ettertrykk forbudt
Copyright Asbjørn Flemmen 2003

Foto:
Trond Aalde, Rune Aure, Jacob Pritzler
Bedringaas, Geir Dale, Asbjørn Flemmen,
Varsam AB og Øyvinn Vestre.

Utgiver



Landslaget Fysisk Fostring i Skolen (LFF)
Møllegt. 10, 3111 Tønsberg.
E-post: lff@lff.no Internett: www.lff.no.
Telefon: 33 31 53 00/01 - Faks: 33 31 52 66



Orgeltramp fra Flemmen, A.: Skileik, Universitetsforlaget, Oslo 1999