



# GOLFBANAN

– ETT UTEKLASSRUM  
FÖR UNDERVISNING OCH LÄRANDE  
I SKOLANS ALLA ÄMNER OCH TEMAN

Fortbildning i utomhuspedagogik  
för medverkande lärare / 2022-23





## FÖRORD

Förutsättningarna för att lära ute minskar i takt med att staden förtätas, stadsnära grönytor försvinner och tätortsnära natur blir en bristvara. I det här sammanhanget är golfanläggningen en outnyttjad resurs. Det finns många exempel på tätortsnära golfbanor som kan erbjuda värdefulla gröna, variationsrika ytor för utomhusundervisning och friluftsliv med goda exempel på natur- och kulturmiljöer under alla årstider.

Den ökade efterfrågan på möjligheter till utomhusundervisning i det tätortsnära landskapet gör att STERF - de nordiska golfförbundens gemensamma forskningsstiftelse (Scandinavian Turfgrass and Environment research Foundation) - nya koncept Golfbanan som utomhusklassrum är högaktuellt. Konceptet har vi utvecklat på Motala golfklubb i samarbete med Smedsbysskolan i Motala under ledning av Spetsa vid Linköpings universitet. Genom det här konceptet kan golfen bidra till en bättre skolundervisning för alla barn där kopplingen mellan lärande, naturkontakt och fysisk aktivitet är central.

Frisk luft där kroppen sätter tanken i rörelse behöver vi alla. När lektioner och undervisning genomförs utomhus får elever tillgång till en större yta och kan därigenom röra på sig mera - vilket visar sig leda till förbättrade skolprestationer, hälsa och välbefinnande. Det är nu dags att genomföra konceptet *Golfbanan som utomhusklassrum* i större skala. STERF, Svenska Golfbundet och utbildningsförvaltningen i Stockholms stad och rörelseprojektet Spring i benen tillsammans med organisationen Skogen i skolan och Spetsa, Linköpings Universitet, jobbar tillsammans under temat ”*närmiljö är lärmiljö*” med fokus på att identifiera lämpliga skolor och golfklubbar. Två skolor (Mälarhöjdens skola och Bäckahagens skola) har kopplats till Haninge golfklubb och Björkhagens golfklubb. Nu växlar vi upp med ytterligare tre skolor och tre golfklubbar hösten 2023. Vi hoppas nu att den här fortbildningen i utomhuspedagogik för medverkande lärare ska inspirera till att använda golfbanan som det nya utomhusklassrummet.

*Maria Strandberg*  
STERF/Svenska Golfbundet

*Eva Krantz*  
Stockholms stad, Spring i benen

*Thomas Björn*  
Idrottens Kraft/Svenska Golfbundet

# INLEDNING

Den här fortbildningen erbjuder inspiration och verktyg för att lärarna i grundskolan ska komma i gång och bedriva utomhusundervisning i anknytning till golfbanan som uteklassrum. Fortbildningen ingår i konceptet ”Golfbanan som utomhusklassrum” som drivs av Stockholms stad Spring i benen, Svenska Golfbundet och STERF (Scandinavian Turfgrass and Environment research Foundation).

Golfbanan har en variationsrik fysisk lärmiljö med rik biologisk och kulturell mångfald som ger många möjligheter att genomföra undervisning utifrån ett upplevelsebaserat och utforskande arbetssätt kopplat till kunskapsformerna: *fakta, förståelse, färdighet* och *förtrogenhet*.

Samtidigt ger projektet verktyg och kunskap till att hitta de utemiljöer som finns i anknytning till skolorna för att också där bedriva växelvis undervisning mellan utomhus och inomhus. Utomhusundervisning leder till mer rörelse och ökat välbefinnande hos eleverna, därför är den här fortbildningen också en viktig del för att uppfylla målet om barn och ungas behov av daglig fysisk aktivitet under skoldagen.



# BAKGRUND

Att arbeta med utomhuspedagogik som verktyg utgör ett komplement till traditionell klassrumsundervisning och skapar en koppling mellan teori och praktik. Det är betydelsefullt att lärare, elever, vårdnadshavare och skolledning får en kunskap om utomhusundervisning och därmed en förståelse för värdet av att växelverka mellan olika lärmiljöer i lokalsamhället.

När elever och lärare känner sig trygga med att använda utemiljön som ett utvidgat klassrum kommer man att kunna tillgodogöra sig de positiva effekter som variation och växelverkan mellan olika lärmiljöer bidrar till. Nationell- och internationell forskningen visar att utomhusmiljön har stor betydelse för skolprestationer, naturkontakt och fysisk aktivitet/rörelse. När uteklassrummets miljö kopplas till lärandets innehåll skapas goda förutsättningar för ett fördjupat, stimulerande, motivationshöjande lärande i ett meningsfullt sammanhang för hälsa och välbefinnande.

*Kroppen lär där fingrarna berör*, vi behöver både en textbaserad praktik och en icke textbaserad praktik, där *vi griper för att begripa*. När flera sinnen integreras i lärprocessen når också flera nervimpulser till de delar av hjärnan som skapar minnen. Det är inte enbart frågan om att se och höra, utan också att smaka, lukta känna och beröra. Evidensen är stark för att undervisning och lärande får ett djupare fäste och behållning i våra hjärnor om hela kroppen involveras under lärprocessen.





## VAD SÄGER LÄROPLANEN?

Vad avser Lgr11 och de ämnes- och kursplaner som omfattar det svenska skolsystemet anges begrepp som närmiljö och omgivning. Detta är några exempel från läroplanen som stärker möjligheten till utomhuspedagogik.

*Skapande och undersökande arbete samt lek är väsentliga delar i det aktiva lärandet. //*

*//Skolan ska stimulera elevernas kreativitet, nyfikenhet och självförtroende samt deras vilja att pröva och omsätta idéer i handling och lösa problem. //*

*//En viktig uppgift för skolan är att ge överblick och sammanhang. //*

*Skolan ska främja elevernas harmoniska utveckling. Detta ska åstadkommas genom en varierad och balanserad sammansättning av innehåll och arbetsformer.*

*I skolarbetet ska de intellektuella såväl som de praktiska, sinnliga och estetiska aspekterna uppmärksammas. Även hälso- och livsstilsfrågor ska uppmärksammas.*



## ALLEMANSRÄTTEN

Tack vare allemansrätten kan vi röra oss fritt i naturen. Allemansrätten är inte bara en rättighet utan innebär också skyldigheter. Vi som använder allemansrätten och vistas i naturen behöver ta hänsyn till natur, och djurliv, markägare och andra besökare. Allemansrätten en förutsättning för utomhuspedagogik och inom ramen för golfbanan som utomhusklassrum utbildar vi om de möjligheter allemansrätten ger oss och om vilka hänsyn vi måste ta och tänka på.

## UPPLÄGG – FORTBILDNINGSDAGAR

### INFORMATIONSMÖTE 1

**När:** Torsdagen den 9 juni kl 15.00 -16.00

**Var:** Teams

- Introduktion till projektet: Golfbanan som utomhusklassrum. Eva Krantz, Maria Strandberg, Thomas Björn.
- Kort presentation av deltagande lärare.
- Introduktion till fortbildning i utomhuspedagogik – uppläggning, undervisningsmaterial, personlig utrustning, plats, tider och andra förberedelser. Anders Szczepanski och Helena Bengtsson.

### FORTBILDNINGSDAGAR PÅ GOLFBANAN

**Innehåll;** Du kommer att delta i interaktion och dialog samt i gemensamt utforskande av olika undervisningsupplägg/aktiviteter. Vi kommer att dela med oss av våra egna erfarenheter, reflektioner och skapa anpassningar för egna lektioner.

- Vi uppmärksammar kopplingar till läroplanen (Lgr 11).
- Under dagen återkommer de pedagogiska didaktiska

frågeställningarna:

### VAD – VAR – HUR – NÄR – VARFÖR

Därför är det bra om du funderar och reflekterar över din egen undervisning utomhus.

- Använder du utomhusmiljöer i din undervisning?  
- Varför? Varför inte?
- Jag använder utomhusmiljön i min undervisning:  
- Vad (ämne och tema)  
- Var (lärmiljön/platsen)  
- När (i schemaplaneringen, dag, vecka, månad, årstid)  
- Hur (aktiviteter/undervisningsupplägg)  
- Varför (vetenskaplig grund och beprövad erfarenhet/evidens)
- Egna upplevelser och erfarenheter?

### INFORMATIONSMÖTE 2

**När:** Onsdag den 24 augusti kl 15.00 -16.00

**Var:** Teams

Kickoff inför höstens fortbildningsdag.

## FORTBILDNINGSDAG 1

**När:** 7 september 9.00-16.00

**Var:** Björkhagens Golfklubb

Fortbildningstillfälle 1 syftar till att du ska bekanta dig med lärmiljön i anknytning till golfbanan. Du får prova på enkel friluftsteknik, uppleva exempel på läroplanskopplade undervisningsupplägg relaterade till olika ämnen, teman och ämnesövergripande aktiviteter alla med avstamp i golfbanan som uteklassrum.

Målet är att du som lärare ska upptäcka utemiljön som en resurs i undervisningen för dina elevers lärprocess, utveckling, hälsa och välbefinnande.

Ta med:

- en ryggsäck, förvaring av personlig utrustning
- kläder efter väder för en heldag utomhus. Regnkläder, grova skor/stövlar
- kåsa/mugg, bestick, kniv
- tom matlåda, något att förvara maten i, äta ur
- dryck
- sittunderlag

***Friluftslivets grundprincip och flerskitsprincip – håll Dig torr, varm och mätt!***

Praktisk information:

- gemensam matlagning över öppen eld och eller trangiakök
- förmiddagsfika serveras – kaffe, te och smörgås
- tillgång till toalett



## FORTBILDNINGSDAG 2

**När:** Maj 2023

**Var:** Björkhagens Golfklubb

Fortbildningstillfälle 2 syftar till att ytterligare utveckla din undervisning på golfbanan och hitta nya lärmiljöer som passar för utomhusundervisning. Du får prova på enkel friluftsteknik, uppleva och erfara fler fördjupade exempel på läroplanskopplade undervisningsupplägg utifrån ämnen och teman som passar på golfbanan.

Målet är att du som lärare får en utökad erfarenhet av undervisningsupplägg som du sedan kan genomföra i din undervisning som en resurs för dina elevers lärandeprocess, utveckling, hälsa och välbefinnande.

Ta med:

- en ryggsäck, förvaring av personlig utrustning
- kläder efter väder för en heldag utomhus. Regnkläder, grova skor/stövlar
- kåsa/mugg, bestick, kniv
- tom matlåda, något att förvara maten i, äta ur
- dryck
- sittunderlag

***Friluftslivets grundprincip och flerskitsprincip – håll Dig torr, varm och mätt!***

Praktisk information:

- gemensam matlagning över öppen eld och eller trangiakök
- förmiddagsfika serveras – kaffe, te och smörgås
- tillgång till toalett





# GENOMFÖR ETT EGET UNDERVISNINGSUPPLÄGG

med golfbanan som uteklassrum under höstterminen 2022 och vårterminen 2023



Planera, genomför och utvärdera ett undervisningsupplägg tillsammans med din klass utifrån erfarenheter från fortbildningsdagen som växelverkar med din undervisning på golfbanan och i klassrummet.

## *Följande golfbanor och preliminära tider gäller:*

### **Höstterminen 2022**

- 20 September Björkhagens GK- Bäckahagens skola
- 21 September Viksjö GK- Backlura skolan
- 22 september Haninge GK- Mälarhöjdens skola
- 27 september Björkhagens GK- Skarpatorps skolan
- 28 september Mälarö GK Skytteholm - (skola ej fastställd)
- 29 september- Stockholms GK- (skola ej fastställd)

### **Vårterminen 2023, maj (datum ej fastställda):**

- Björkhagens GK- Bäckahagens skola
- Viksjö GK- Backlura skolan
- Haninge GK- Mälarhöjdens skola
- Björkhagens GK- Skarpatorps skolan
- Mälarö GK Skytteholm - (skola ej fastställt)
- Stockholms GK- (skola ej fastställt)

## **Uppföljning av lektioner och fortbildning**

Inför uppföljningen är det bra om du ger dig tid till att bearbeta frågeställningar, intryck och upplevelser enskilt och i ditt lärarlag.

**När:** november 2022 och juni 2023

**Var:** Digitalt /Utbildningsförvaltningens lokaler

### ***Vid träffarna för uppföljning diskuteras bland annat följande:***

- Hur utvecklar du lärandet i klassrummet med stöd av undervisning i utomhusklassrummet?
- Vilka intryck har givit avtryck och inspiration hos eleverna?
- De gemensamma erfarenheterna, kollegialt lärande diskuteras och hur de kan användas som resurs i ett fortsatt skolutvecklingsarbete.
- Fungerar det med ett undervisningstillfälle under höstterminen och under vårterminen?
- Hur fungerade fortbildningen tidsmässigt vid själva undervisningstillfället?

## Undervisningsmaterial

Förbered dig inför fortbildningen genom att läsa förslag till utbildningsmaterial nedan

### Rekommenderat undervisningsmaterial

**Klassrum med himlen som tak**, Sammanfattningen av kunskapsöversikt. Bifogas som pdf.

<http://www.utenavet.se/pd.php?id=72>

**Frisk i naturen**, en argumentationsfolder för utomhuspedagogik, fysisk och psykisk hälsa samt grönområden. Bifogas som pdf.

**Golfbanan som utomhusklassrum – inspiration och idéer till utomhusundervisning på golfbanor.** Några exempel på undervisningsupplägg från projektet på Motala GK tillsammans med Smedsby skolan. STERF. Delas ut.

<http://www.sterf.org/Media/Get/3284/golfbanan-som-utomhusklassrum>

**Lär och lek i skolskogen** – Folder om skolskogen och utomhuspedagogik i skolans alla ämnen. Skogen i skolan. Delas ut.

## Skolskogsryggsäck

Skogen i Skolan har tillsammans med Universeum i Göteborg tagit fram en Skolskogsryggsäck, ett undervisningsmaterial och verktyg för undervisning i uteklassrummet. Ryggsäcken är fylld av utrustning, läromedel och undervisningsupplägg för utomhuspedagogik kopplat till Läroplanen (Lgr11). Helena lämnar över en skolskogsryggsäck till varje deltagande skola i anslutning till fortbildningen.

<https://www.skogeniskolan.se/laromedellskolskogsryggsack>

## Referenslitteratur

- **Skogslektioner** Helena informerar om det fria digitala läromedlet från Skogen i Skolan som underlättar kopplingen mellan undervisningen inomhus och utomhus. Innehåller 24 digitala lektioner om skogens viktiga roll i en hållbar utveckling. Under ämnesövergripande teman behandlas allt från biologisk mångfald och skogens roll i Sveriges historia, till vår pågående omställning till ett fossilfritt samhälle. Lektionerna har koppling till Lgr 11 och de globala målen. <https://www.skogslektioner.se>

- **Friluftslivets pedagogik – En miljö- och utomhuspedagogik för kunskap, känsla och livskvalitet** (Brugge, Glantz och Sandell, red. 5:e rev uppl. 2019) 2 exemplar på varje skola tillgänglig som uppslagsbok för deltagarna.
- **Utomhusmatlagning** – Lära med måltiden – Skolverket och Livsmedelsverket. **Länk 1: längst ned på denna sida.**
- **Rörelsevalet 2021**, Olika aspekter på Utomhuspedagogik i ett rörelse- och lärandeperspektiv i en presentation utifrån Regeringsuppdraget Rörelsevalet. <https://test.rorelsevalet.selforskning/>
- Rekommenderas, valfri metodbok från **Outdoor Teaching i Vimmerby** som blir obligatorisk utifrån vad lärare väljer att fördjupa sig i kopplat till: Språk, matematik, naturvetenskap, teknik och estetiska ämnen **Länk 2: längst ned på denna sida.**
- Antologi skriven av 7 forskare och lärare: **Utomhuspedagogik, Lärmiljö, närmiljö och det utvidgade klassrummet**, Studentlitteratur Lund (2019) **Länk 3: längst ned på denna sida.**
- Antologi skriven av 7 forskare och lärare: **Utomhuspedagogik som kunskapskälla – närmiljö blir lärmiljö**, Studentlitteratur Lund (2007) **Länk 4: längst ned på denna sida.**
- Boken **Nycklar till Naturen – Med barnen i Närmiljön**, Liber Läromedel – Målgrupp förskola, F-klass, låg- och mellanstadiet. Faktadelarna har använts även av lärare på högstadiet.

## Poddar och Filmer

- Vetenskapsradion på Djupet 2012, **Bättre resultat när skolan flyttar ut.** <https://sverigesradio.se/avsnitt/108883>
- **Utomhuspedagogik – Kroppen sätter tanken i rörelse**, 2021 Riksidrottsförbundet, presentation av Utomhuspedagogik bl.a. utifrån aspekter på rörelse och fysisk aktivitet. Gå ut med Anders Szczepanski. <https://youtu.be/TXMJ5fYgcsc>
- **Golfbanan som utomhusklassrum.** En film om pilotprojekt på Motala golfklubb tillsammans med Smedsby skolan i Motala. <https://www.youtube.com/watch?v=6aIpbDcmQpg&t=35s>

**Länk 1:** <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-vard-skola-och-omsorg/skolautbildning?AspxAutoDetectCookieSupport=1>

**Länk 2:** <https://www.outdoorteaching.com/sv/vara-bocker/serien-att-lara-in-ute/>

**Länk 3:** <https://www.adlibris.com/se/bok/utomhuspedagogik--larmiljo-narmiljo-och-det-utvidgade-klassrummet-9789144121581>

**Länk 4:** <https://www.adlibris.com/se/bok/utomhuspedagogik-som-kunskapskalla-narmiljo-blir-larmiljo-9789144045597>

## Målet med fortbildningen

- Att stärka lärares kunskaper i att använda utomhuspedagogik i ämnen och teman, genom 2 fortbildningsdagar tillsammans med golfbanornas personal (1 ggr under höstterminen och 1 ggr under vårterminen) vid Björkhagens golfklubb.
- Att dokumentera och reflektera över fortbildningsdagarna och undervisningsuppläggen som deltagande lärare har genomfört med respektive klasser och undervisningsgrupper under hösten 2021 och våren 2022.
- Att visa på Golfbanans pedagogiska markanvändning i delar av skolans ämnen och teman.
  - Golfbanan erbjuder en tätortsnära varierad och lättillgänglig fysisk miljö.
  - Golfbanan ger tillgång till olika utomhusmiljöer - gröna, blå, grå och vita. Exempelvis tätortsnära skog (grön), vattenmiljö (blå), ängsmark (grön) och hållmark/berg (grå).
  - Golfbanan ger tillgång till ett "basläger" på golfbanan samt toalett och färskvatten.
  - Golfbanan ger tillgång på naturmaterial, flora och fauna, träd, grenar, stenar, växtmaterial, vatten, natur- och kulturspår.
  - Skogen i skolan ger tillgång till utomhuspedagogiskt undervisningsmaterial. En användbar utomhuspedagogisk ryggsäck av basmaterial, såsom enkel fältutrustning, lappar, sittunderlag, handledningar för undervisningsupplägg och säkerhet etc.
- Att skapa exempel på samverkan mellan skola och golfklubb.
- Att förbereda lärare för att genomföra två undervisningsdagar med skolklasser, fokus på årskurs 4 - 6, på tätortsnära golfbanor. Höstterminen 2021 och vårterminen 2022.



## Undervisande lärare

### Anders Szczepanski, Spetsa, Linköping universitet

Anders Szczepanski, Ph. Lic, ass prof Outdoor Education, senior adviser Spetsa, Linköping University Holding, är naturvetare, ämnesdidaktiker, forskare och lärarutbildare. Han introducerade utomhuspedagogik som akademiskt forsknings- och utbildningsområde i Sverige under tidigt 90-tal, och startade det svenska och internationella Mastersprogrammet i Outdoor Education samt ett antal fristående kurser i utomhuspedagogik och friluftsliv vid Linköpings universitets lärarutbildning. Anders har skrivit forskningsartiklar, kunskapsöversikter, antologier och metodlitteratur i utomhuspedagogik, flera översatta till engelska, japanska och kinesiska. Dessutom har han varit gästföreläsare, TV-presentatör samt bidragit som Keynote speaker och workshop-ledare i utomhuspedagogik – Outdoor Education – vid internationella konferenser. Anders organiserade i Sverige den tredje europeiska konferensen, "Other Ways of Learning – Outdoor Adventure Education and Experiential Learning in School and Youth Work" (år 2000). Han har de senaste 20 åren medverkat som lärare vid EU-finansierade Comenius- och Ersamuskurser i Outdoor Education för rektorer/skolledare och lärare i förskola och grundskola runt om i Europa. För mer information, se bifogade länkar: <https://outdoored.eu/team/>, <https://ep.liu.se/PubList/Default.aspx?userid=andsz85>

### Helena Bengtsson, Skogen i skolan

Helena Bengtsson är regionsamordnare för Skogen i Skolan i Mälardalen sedan 2019 och har som uppdrag att i olika typer av samverkan med skolor öka kunskapen om, och intresset för, skogen och dess värden. Skogen i Skolan har ett stort fokus på utomhuspedagogik och har sedan 1973 varit en resurs för fria läroplanskopplade undervisningsupplägg i skolans alla ämnen. Under 2020 lanserades det fria digitala läromedlet Skogslektioner som gör det ännu lättare att växla undervisningen mellan ute och inne. En del av Helenas arbete som regionsamordnare handlar om att underlätta för skolor att komma igång med och bedriva utomhuspedagogik. Under läsåret 20/21 samverkar Helena med Skansvarns skolan för att få igång Stockholms första innerstads skolskog i anknäring till Årstaskogen. Mycket av arbetstiden är förlagd till det bokningsbara uteklassrummet Yggdrasil på Stora Skuggan i Nationalstadsparken i samverkan med Kungliga Djurgårdens Förvaltning. Helena har ett förflutet som förskollärare och idrottslärare sedan 1997 och tog sin kombinerade förskolläraryrkesexamen vid GIH, Gymnastik- och Idrottshögskolan och dåvarande Lärarhögskolan i Stockholm.

## Styrgrupp för golfbanan som utomhusklassrum

Eva Krantz, Stockholms stad, projektledare email: [eva.krantz@edu.stockholm.se](mailto:eva.krantz@edu.stockholm.se)

Maria Strandberg, STERF, projektledare email: [maria.strandberg@golf.se](mailto:maria.strandberg@golf.se)

Thomas Björn, på uppdrag av Svenska Golf förbundet och STERF, kommunikatör, email: [thomas@idrottenskraft.se](mailto:thomas@idrottenskraft.se)