

## **NEGATIVE FAKTORER VED AT VÆRE MEGET INDE!**

- men gode argumenter for at være mere ude!

Kilde: kultursociolog Benny Schytte

### **For lidt plads**

giver uro, stress og aggressiv adfærd; forårsager støj- og luftgener, som øger risikoen for astma, allergi, høfeber, børneeksem o.lign. Det er svært at lege i længere tid; skaber konflikter; betyder 'megen skæld ud'...

### **For megen støj**

giver uro, stress, høreproblemer, kronisk hæshed, søvnbesvær, hovedpine, træthed, øget blodtryk, hæmmer den intellektuelle og sproglige udvikling.

### **Dårlig luft**

giver risiko for infektionssygdomme: forkølelse, hals-, øre-, øjne- og mellemørebetændelse, maveinfektioner, skoldkopper mv. - og dermed flere sygedage.

### **For lidt fysisk aktivitet**

giver større risiko for dårlig motorik, overvægt, fedme, sukkersyge, forhøjet blodtryk, højt kolesterolindhold, hjerte-/karsygdomme, åreforkalkning mv.

# **POSITIVE FAKTORER VED AT VÆRE MEGET UDE!**

Kilde: kultursociolog Benny Schytte

Undersøgelser peger på, at hvis børn opholder sig mere ude på legepladsen, i skolegården, i naturen etc. vil de:

**HAVE MERE PLADS TIL AT VÆRE PÅ** (både inde og ude!)

**VÆRE MINDRE SYGE**

**FÅ EN BEDRE MOTORIK**

**VÆRE BEDRE TIL AT KONCENTRERE SIG**

**VÆRE MINDRE STRESSEDE**

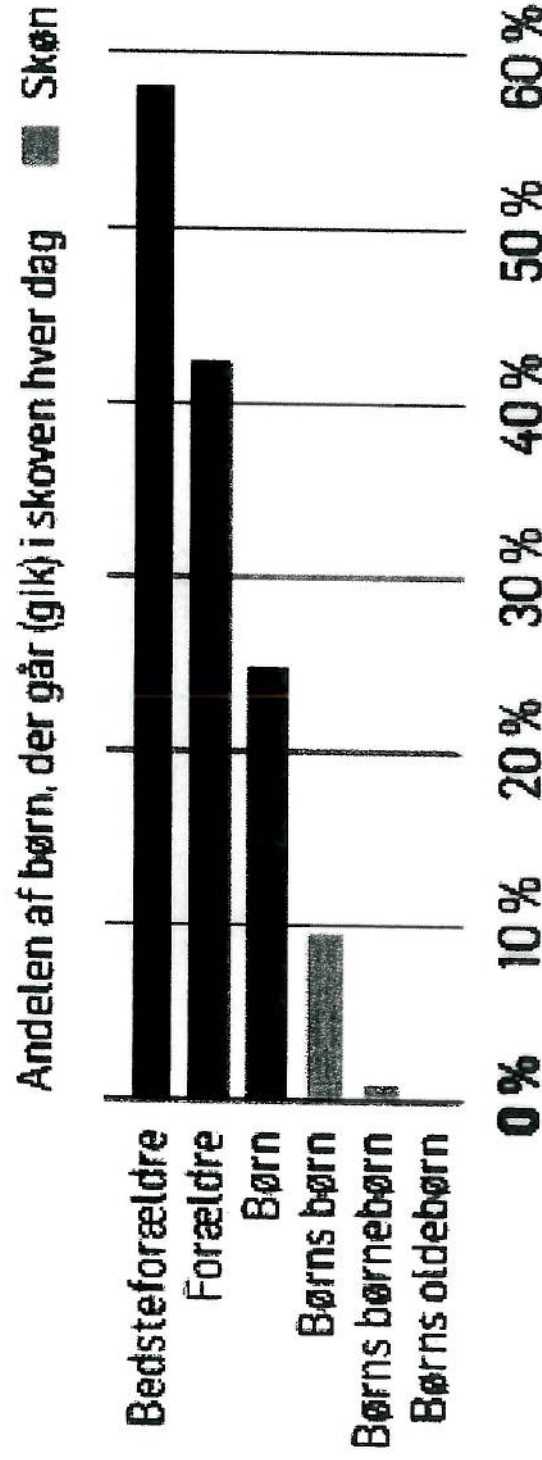
**OPLEVE MERE DAGSLYS**

**OPLEVE FÆRRE KONFLIKTER**

**VÆRE MERE HENSYNSFULDE OVER FOR HINANDEN**

## Skovturen er på vej væk

Danske børn kommer mindre og mindre i skoven – set i forhold til, hvor meget deres forældre og bedsteforældre kom i skoven, dengang de var børn.



Kilde: : Danmarks Naturfredningsforening, 2008 · 9517

### ***Skolebegynderen***

For at lave en slags disposition, vil jeg prøve at opremse nogle af de kompetencer, en skolebegynder skal være i besiddelse af.

Skolebegyndere skal være:

- sansemotorisk aldersvarende
  - kropslig stærk
  - socialt udviklet, svarende til alderen
  - sprogligt stærk
  - kreativ
  - i besiddelse af selvværd
  - rytmisk sikker
  - god til at lege
  - selvhjulpen
  - tryk ved at orientere sig på egen hånd
  - nysgerrig
  - opmærksom
  - i stand til at koncentrere sig
-

