



**TÅ MED DIN SKOLKLASS UT PÅ EN
HELDAG MED FISKE OCH FRILUFTSLIV!**

- ETT INSPIRATIONSKOMPENDIUM FÖR KLASSDRAGET



Sportfiskarna

PEDAGOGER OCH IDEELLA KLUBBLEDARE – VÄLKOMNA TILL KLASSDRAGET!

Vi på Sportfiskarna tycker att så många barn som möjligt i Sverige ska få chansen att prova på fiske som en del i sin rätt att uppleva regelbundet friluftsliv på skoltid.



Antagligen tycker Du likadant! En eller flera skolklasser kommer ju nämligen snart att få följa med dig ut till ett vatten där spännande och lärorika aktiviteter väntar! För vissa av barnen kommer denna Klassdrags-dag att bli den allra första erfarenheten av att fiska med spö. För vissa barn kommer kanske turen även att bli det allra första mötet med ett svenskt vatten och med svensk natur. Tänk vilken möjlighet till upplevelse och lärande!

Sedan 2007 har uppemot 60 000 svenska skolbarn getts denna unika möjlighet genom Sportfiskarnas försorg. Tiotusentals gratis fiskespön har delats ut till barnen efter fiskedagarnas slut. Detta är siffror vi är riktigt stolta över! Sannolikt har upplevelserna under dessa dagar gett inspiration och kunskaper till många nya spännande fisketurer under barnens egen fritid – ett fantastiskt upptäckande alternativ till stillasittande och inomhusvistelse!

Du håller nu i handen ett pedagogiskt inspirationsmaterial som är tänkt att vara en idébank för en rolig och lärorik Klassdrags-dag. Ambitionen är att kompendiet ska presentera ett slags utomhuspedagogiskt helhetstag kring dagen – här hittar du allt från vetenskapligt belagda argument för utomhusvistelser till tips på kreativa och vattennära övningar såsom guldvaskning! Däremellan finner du förslag kring hur fiske-, säkerhets- och allemansrättsmoment kan genomföras på lustfyllda och lärorika sätt. Ta även en titt på de presenterade möjligheterna för hur du kan väva in Klassdrags-dagen i ditt arbete gentemot kursplansmålen!

Titta igenom kompendiet och välj ut de moment och övningar som passar just dig och din klass! Glöm inte att ta till vara på fiskeglädjen, ha en trevlig dag vid vattenbrynet!



Fiske är en otroligt inkluderande aktivitet, här kan alla barn delta med samma chanser att lyckas – oavsett förutsättningar! Ett glatt gäng gör sig redo för en Klassdrags-dag vid den tillgängliga lilla Skogssjön i Falköping.

Projektet genomförs med stöd från:



TANKAR OCH ARGUMENT KRING KLASSDRAGET *Av Anders Szczepanski*

Genom att utgå från skolans läroplansuppdrag och använda Klassdraget kan man skapa kreativa lärandemiljöer där praktik och teori kopplas samman. I fokus står *hand* (det handlingsburna) – *huvud* (det kognitiva) – *hjärta* (det emotionella) – *hälsa* (rörelse).

Om du utgår från vatten- och fiskeupplevelsen med din klass under ledning av Sportfiskarna och Klassdraget och kopplar detta till läroplansuppdraget i Lgr 11 lovar jag dig att elevernas praktiska sinnliga erfarenheter av vattenmiljön blir till en bestående kunskap och ett minne för livet. Jag hoppas att alla lärare sedan med Klassdraget som pedagogisk plattform knyter an upplevelserna utomhus till klassrummens lärmiljö inomhus både via IKT (iPads, mobil teknik), boklig bildning, kunskap och erfarenhet.

Anders Szczepanski är fil.lic i utomhuspedagogik med didaktisk inriktning, universitetslärare och enhetschef vid Nationellt centrum för utomhuspedagogik (NCU) vid Linköpings universitet. I många år har han utbildat svenska pedagoger i utomhusmiljöns många lärandemöjligheter. Under senare tid har han även "exporterat" sina kurser till Asien genom praktiska utbildningstillfällen i bland annat Singapore, Kina och Japan.

Se mer info på www.liu.se/ikk/ncu



En engagerad pedagog bistår vid tacklingen av ett 3-meters Klassdrags-spö. Under 2015 kommer Sportfiskarna att var delaktiga i att fortbilda mer än 400 svenska pedagoger i praktiskt fiske och friluftsliv inom ramen för projektet "Mer friluftsliv i skolan".

Koppla Klassdraget till kursplanerna!

- **Biologi:** Vatten – oundgängligt för livet och det ekologiska samspelet. Fisken och livet under ytan.
- **Kemi:** Vatten vårt främsta lösnings- och transportmedel. Kemikaliers påverkan på vatten och fiskbestånd. Vilka näringsämnen finner vi i fisken?
- **Fysik:** Vattnet som energikälla i samhället, samt hur användningen av den påverkar miljön.
- **Matematik:** Räkna med vatten, hastigheter och volymer.
- **Geografi:** Vatten – omdanar landskapet med sin kraft och påverkar klimat och miljö.
- **Historia:** Vatten – har i alla tider spelat en viktig roll för samhällsbygge, samfärdsel och näringsliv. Även fiske har i alla tider varit en viktig del i människans försörjning och överlevnad.
- **Samhällskunskap:** Vatten – för jordbruk, hantverk, industri, handel, samfärdsel och samhälle. Globalt överfiske – hur skapar vi ett ekologiskt hållbart fiske?
- **Hemkunskap:** Vatten – ger oss mat och dryck. Fisk som ett viktigt livsmedel.
- **Idrott:** Vatten – miljö för spännande upplevelser, sport, fiske, motion och avkoppling.
- **Svenska/Språk:** Vatten, livet däri och kring – inspiration för dikt och tanke.
- **Bild:** Vatten – inspirationskälla och material för bild, färg och form.
- **Musik:** Vatten – rytmer, ljud, inspiration till komposition.
- **Slöjd:** Vatten – att leda, tämja och nyttja.
- **Religion:** Vatten – en symbol för liv och framtidsstro.





ARGUMENT FRÅN FORSKNINGEN

Av Anders Szczepanski

Nedan lyfts några *vetenskapliga argument* relaterade till *hälsa, lärande och personlig social utveckling* – alla av betydelse till förståelsen för varför Klassdraget och Sportfiskarna i ett skolsammanhang kan bidra till växelverkan och variation, delaktighet och inflytande i ett handlingsburet lärande, där skapandet av social samvaro, miljöengagemang, naturkontakt och inte minst en koppling mellan teori och praktik ingår som en naturlig del. Sådana belägg är av stor vikt att ta med sig i sin utomhuspedagogiska gärning och kan även fungera som en argumentativ bank gentemot skolledare och beslutsfattare – Mera utevistelse och friluftsliv i skolan!

- Internationell forskning har visat att skolor som aktivt använder sig av naturpräglade utomhusmiljöer, varierar och växelverkar mellan sina lärmiljöer utomhus och inomhus, förbättrar sina skolresultat (mätning av *inlärningseffekter*) i läsning och skrivning, matematik, naturvetenskap och humaniora. Även de *sociala effekterna* är markanta i form av ökat *samarbete* och *mindre våld* i dessa skolor. I jämförelsegruppen inträffade inga förändringar eller förbättringar.
- Barn med ADHD-symptom koncentrerar sig bättre efter ett naturmöte. Kreativiteten ökar också i leken, den *sociala interaktionen* visar sig också förbättras i dessa studier.
- Ökad rörelse ger en *högre kognitiv kapacitet* och är bra för både minne och språkutveckling, ett ökat impulsflöde av fler nervcellsförgreningar och synapskopplingar (del av en nervcell) bildas.
- Barn och personal i förskola och grundskola som ökar sin tid utomhus får *färre infektioner* (förkylningar).
- Ökad rörelse minskar riskerna för att utveckla *bensmärhet, diabetes och fetma*.
- En variationsrik naturpräglad grön utomhusmiljö, gärna med vatteninslag, sänker *stressnivåer* och verkar *koncentrationshöjande*, vilket är positivt för inlärning.
- Det finns ett samband mellan regelbunden *fysisk aktivitet* och *psykiskt välbefinnande*. *Naturvistelser* har mätbara positiva effekter på människans välbefinnande. Barn är mer aktiva i en miljö med *hög biologisk och kulturell mångfald* med oregelbunden kuperad mark med vatten, träd, stenar och buskar. En plats eller lärmiljö med hög dragningskraft eller handlingsutrymme, gynnar läroprocessen, exempelvis halvöppna landskap med vatten där stressnivån sjunker jämför med en storstad i rusningstid. Det gäller att hitta gröna (träd och buskar) och blåa (vatten) refuger i de urbana miljöerna för att öka möjligheten att gå ner i varv.

- Barn på förskola och i skolor som är rika på naturmark har bättre motorik och koncentrationsförmåga, har lättare att ta till sig instruktioner och verkar vara mer tålmodiga med sina uppgifter. De visade också upp mindre *konflikter, aggressiva beteenden* och impulsivitet i jämförelse med barn i mer naturfattiga områden. Ett ökat dagsljusinsläpp *gynnar sömn*. Det finns en positiv koppling mellan *lek i naturen* och ett *ökat miljöengagemang senare i livet*.
- Utevistelsen knyter oftare än inomhusmiljön an till ett *lärande med alla sinnen*, där praktik och teori blir tydligare – i utveckling av språk, matematik och naturvetenskapliga färdigheter.
- Hjärnan avlastas i naturen om vi har kontroll över situationen i ett landskap med sjöutsikt – där vi kan bada själen i en omgivning av skogsdoft. Man upplever en större klartänktighet efter en fisketur eller ett skogsbad.
- Internationell forskning visar att *blodtryck, hjärtfrekvens, puls, koncentrationen av stresshormonet kortisol*, som i höga halter kan försämra koncentrationsförmågan och därmed lärandet, sjunker efter mötet med *halvöppna gröna variationsrika naturlandskap med vattenkontakt*.
- Studier visar att det är viktigt att ”fånga upp” barnen innan 12 års ålder. Därefter är det svårare att få dem intresserade av naturbaserade aktiviteter och därmed även miljöfrågor. De som är miljöengagerade idag har oftast varit mycket ute som barn.
- Forskning pekar mot att barn som deltagit i Klassdraget har ett större intresse för naturen än barn som inte har deltagit – dessutom ett intresse med en varaktighet som sträcker sig längre än 2,5 år. Det visar sig att detta intresse tycks vara extra starkt hos flickor, en noterbar upplysning med tanke på att sportfiske traditionellt varit en mansdominerad sysselsättning.

Referenserna till Anders Szczepanskis text ligger som en separat PDF på [Sportfiskarna.se/kllassdraget](https://sportfiskarna.se/kllassdraget)

Regelbunden utevistelse ger friskare och mer harmoniska barn!





KLASSDRAGS-DAGEN

Under resterande delen av kompendiet ligger vårt fokus på genomförandet av en läro- och upplevelserik Klassdrags-dag. De argument vi nyss synat ska man ha med sig in i läsningen. Vi kommer att titta på vad dagen *ska* innehålla, vad den *bör* innehålla, vad den *kan* innehålla samt en hel del konkreta tips kring hur man kan gå till väga. I de tre följande styckena tar vi upp sådant som den ska eller bör innehålla under rubrikerna **Fiske**, **Säkerhet** och **Allemansrätt**.

FISKE

Förberedelser

Det praktiska fisket med pimpel- eller metspön *ska* såklart vara Klassdrags-dagens huvudpunkt! Det kan därför vara bra att förbereda eleverna på vad fiske med spö innebär innan själva fiskedagen. Att visa upp och syna de utskickade spöna och att prata kring elevernas egna erfarenheter och förväntningar kan vara en bra utgångspunkt. Man också titta på utvalda delar av filmen *Fiska! Fiska! Fiska!* Diskutera också vilka typer av fiskar man kan tänkas fånga och vilka "vanliga matfiskar" som inte finns i sötvatten – visa de fiskar ni pratar om på projektorn! Ibland kan klubbarna också tänka sig att komma ut till skolorna för lite sådant "försnack" – fråga dem!

Av stor fördel är också, som Anders Szczepanski tidigare betonade, om man som pedagog har möjlighet att väva in fisket i själva undervisningen. Många möjligheter till konstruktiva förberedande samtal finns. Begreppen ekologi, fiskevård och etik är också viktiga att ta med ut på själva fiskedagen:

- Prata om den ändliga resursen fisk. Diskutera hur fiske med spö kan sägas vara ett *ekologiskt hållbart fiske* – varför? Ställ det i relation till det industriella fisket som äger rum på våra hav. Hur bör vi fiska i framtiden? Många historiska, samhälleliga och biologiska perspektiv och kursplansmål kan beröras.
- Passa även på att tala om *fiskevård*! Hur kan vi människor göra så att det blir mer fisk i våra vatten? Tala om vikten av fiskeregler (varför finns t.ex. fredningstider, minimum- och maximummått?), kalkning, om vandringshinder och fiskens viktiga lekmiljöer. (Se t.ex. *Följ med på fiske!* s. 25–30 och titta runt på sportfiskarna.se)
- Tala om *etik*! Är det någon skillnad på att äta egenfångad fisk eller fisk från frysdisk? Hur mycket fisk kan man behålla på en fisketur? Hur behandlar man sin fångade fisk? (Se *Fiskehandboken*, s. 24)

Fiska!

Sannolikt har fiskeklubben valt ut ett tillgängligt och bra vatten för er fiskedag. I andra fall har säkert ni som pedagoger gjort det. En bra huvudpunkt är ett vatten där så många barn som möjligt kan fiska samtidigt. På isen är inte detta något problem. Tänk i övrigt på att det nästan inte går att vara för många vuxna med under dagen – hör med resurspersonal på skolan eller kanske även med intresserade föräldrar!

Nästa steg är att skola och klubb kommer överens om upplägget för dagen. Ett tips kan vara att dela in klassen i två eller flera grupper där eleverna får varva fiske med andra övningar. Alternativet är att alla elever fiskar med ett gemensamt bryt för övningar. Oavsett alternativ är det bra att ha pågående stationer och aktiviteter redo utifall fisken inte vill nappa.

En klok start på dagen är en gemensam samling där klubben hälsar välkomna och där barnen får lära sig att knyta på sin rev på de medtagna spöna. Berätta för barnen att de får behålla sina spön efter dagen! Givetvis ska nu också säkerhetsaspekter gås igenom (se nästa rubrik).

Övriga aspekter av det praktiska fisket brukar klubbarna sköta väl under dagen. Som pedagog kan man dock hålla upp ögonen för att så många barn som möjligt får fiska vid de platser som ger mycket fisk för dagen, ett enkelt rotationsschema är bra!

Försök också se till att det blir en pedagogisk stund där man ser över och granskar dagens samlade fångst. Vilka arter fångade vi, var och hur? Vad skiljer de olika arterna åt? Tänk också på att betona att all fiskar går att äta – tillaga några under dagen (Se s. 12)!

TIPS – En kul och lärorik metod för de äldre barnen att artbestämma sina fångster, kan vara att använda Sportfiskarnas smarta gratis-app "Fisknyckeln"!



FISKNYCKELN

Ett bra mäsik kan göra stor skillnad under en fiskedag. Antingen blandar man sitt eget eller så köper man en påse färdigt doftextrakt i en fiskebutik. Mäsika både innan och under tiden ni fiskar!



Fisketips från Sportfiskarnas pimpel- och meteexpert Anssi Lehtevä – Att prata med barnen om innan fisket och för att ha med sig under dagen. Det man kan göra en praktisk sidoövning av under dagen är att blanda s.k. mäsik

METE

- Använd små krokar! På storlek 14–10 kan man fånga nästan alla fiskarter, även de med väldigt små munnar!
- Använd bra beten som majs, mask, maggot (fluglarver), deg och råkor. Maggot är ofta det mest fångstsäkra betet!
- Krokspetsen ska synas efter att du har satt på betet. Gör du detta kommer det bli lättare att kroka fisken!
- Använd tillräckligt med bly så att bara en liten del av flötet syns. Detta ger mindre motstånd för fisken, vilket i sin tur ger fler fångade fiskar!
- Flytta flötet uppåt så att ni fiskar nära botten – där finns oftast fisken! Är det varmt i vattnet kan man fiska med kortare mellanrum mellan flöte och krok.

- En bra idé är att mäsika. Detta innebär att man försöker locka fram fisken genom att sprida doft i vattnet. Gör små bollar av ströbröd, vatten och majs och kasta mot flötet.

PIMPEL

- Borra så många hål som möjligt så att barnen kan flytta sig mycket! Fisken blir lätt orörlig när det är kallt i vattnet – får man inget napp inom 10 minuters fiske kan det vara läge att flytta till nästa hål!
- Använd varma kläder och bra skor! Är du varm och torr orkar du fiska längre tid och har större chans att få fisk!
- Fiska nära botten! På vintern står fisken nästan uteslutande där och trycker!

SÄKERHET

Givetvis är säkerhetsaspekten av stor vikt under Klassdrags-dagen. Det finns en hel del att tänka på när det gäller just fiske. Tänk samtidigt på att det praktiska övandet i säkerhet under dagen erbjuder stora konkreta möjligheter att arbeta gentemot viktiga delar i det centrala innehållet för kursplanen i Idrott och hälsa, t.ex.:

- Säkerhet och hänsynstagande i samband med lekar, spel och vid natur- och utevistelser. (Åk 1–3)
- Badvett och säkerhet vid vatten vintertid. Hantering av nödsituationer vid vatten med hjälpredskap. (Åk 4–6)

Givetvis är flytvästen en viktig del i detta arbete, liksom isdubbarna. Alla skolor borde ha klassuppsättningar! Detta är dock sällan fallet. Ofta täcker medtag hemifrån och klubbens bestånd behovet. Ett tredje alternativ är Livräddningssällskapets ”Flytvästdepåer” (Se livreddningssallskapet.se – Kolla även in ”Barnens livräddningsskola” på samma sida!)



Använd alltid isdubbar på isen.

Vad man kan tänka på/göra under dagen:

- Gå igenom hur en flytväst fungerar!
- Be klubben visa hur barnen ska bära sitt spö, hur de lägger ut sitt bete och hur de ska hantera krok!
- Ha en station där barnen får kasta livboj!
- Ha med och gå igenom en förbandslådas innehåll!

- Titta in issakerhet.se i skolan innan ni åker ut, gå igenom huvudpunkterna!
- Låt alla barnen få prova isdubbar på isen!
- Gå igenom hur man använder en isborr, låt de äldre barnen provborra!
- Ha en station där barnen får mäta isens tjocklek!
- Ha en station där man kastar livlina och/eller livboj på isen!



Alla barn bör lära sig att kunna sätta på sig en flytväst och bör kunna berätta om hur den fungerar i vattnet. Livbojen finns vid cirka 80 000 svenska vatten och är ett livsviktigt hjälpredskap vid nödsituationer. Alla barn bör ha praktisk kunskap om den.

ALLEMANSRÄTTEN

Ett pedagogiskt fokus på allemansrätten bör vara ett naturligt inslag under Klassdrags-dagen. Under hela er dag kommer ni att använda er av denna fantastiska rättighet – när ni promenerar i naturen, när ni leker i skogen, när ni gör små undersökningar i vattnet. Allemansrätten återfinns tydligt i kursplanernas centrala innehåll:

- Allemansrättens grunder. (Idrott och Hälsa åk 1–3).
- Naturen som resurs för rekreation och upplevelser och vilket ansvar vi har när vi nyttjar den. (Biologi åk 4–6).
- Rättigheter och skyldigheter i naturen enligt allemansrätten. (Idrott och hälsa åk 4–6).

Övning 1 – Låt barnen spela Allemansteater!

En bra övning som man under dagen kan göra med en hel- eller halvklass är att låta barnen få spela upp små scener som anknyter till vad man får göra alt. vad man inte får göra enligt allemansrätten.

Dela upp barnen i grupper om tre eller fyra. Ge sedan grupperna var sitt kort med en regel ur allemansrätten. Tillsammans kommer barnen i gruppen överens om hur de vill spela upp sin regel, om de ska följa den eller om de ska bryta mot den. De skulle exempelvis kunna spela upp en tältning utan markägarens tillstånd – men stannar de en eller två nätter på samma plats?

De övriga grupperna får sedan ta ställning till om den uppspelade scenen följer eller strider mot allemansrätten!

Övning 2 – Gå Tipspromenad!

Både Naturvårdsverket och Friluftsrådet har på sina hemsidor färdiga och bra tipspromenadsfrågor – skriv ut, ta med och sätt ut! På den senare sidan finns också en rolig digital frågesport som barnen kan jobba vidare med i klassrummet. Se länkar i slutet av häftet!

Tips! Kolla in hsr.se och skogeniskolan.se för mer bra material kring allemansrätten!

I det medföljande häftet *Allemansrätten – på lätt svenska*, återfinns grunderna i allemansrätten. Tillsammans med eleverna kan ni praktiskt genomföra och/eller tala om flera av rättigheterna. Många tillfällen ges också till att påvisa vilka skyldigheter man har i naturen.

Den centrala punkten vad gäller själva fisket är såklart att man behöver ett tillstånd/fiskekort när man fiskar. Ofta har klubben löst denna fråga. Be klubben visa eleverna hur ett fiskekort ser ut och vilka regler det föreskriver!



Friluftsrådet kan erbjuda en trevligt illustrerad tipspromenad om allemansrätten på sin hemsida.



ÖVNINGAR – NÄR FISKEN INTE NAPPAR!

Av Anders Szczepanski

Här följer fyra praktiska och lärorika övningar som ni pedagoger kan förebereda och genomföra under Klassdragsdagen. Samtliga anknyter till vattenmiljöer och vatten. Välj en eller fler! Alla övningar är nog beprövade under många års utomhuspedagogisk verksamhet. Samtliga kopplar tydligt till skolans styrdokument.

Övning 1 – Vaska efter guld!

Att vaska efter guld kan vara en spännande och lärorik aktivitet för eleverna när inte fisken vill nappa. Om ni valt att fiska vid ett rinnande eller stilla vatten med sandbäddar och stränder finns förutsättningarna! Genom att vara guldvas-kare kan vi lära oss mer om berget och dess delar (mineral och bergarter). När vi letar upp nyckelplatser för guldvas-ning kan vi också finna platser där silver, platina, korn av kvarts, fältpat, glimmer och kanske granater (en grupp av mineraler) kan finnas om lyckan är med oss.

Centrala begrepp: Sten, bergart, mineral, ädelsten, sura och basiska bergarter. Spår av isens och vattnets nötande krafter

såsom isräfflor och jättegrytor. Folketro kring vatten, jättar, näcken – bäckhästen. Klondike och svensk utvandring ”att gräva guld i USA”.

Gör en sten- och mineralsamling genom att lägga stenar i tomma äggkartonger. Samla guldkorn i provrör. Om järnmal-men magnetit finns i berggrunden med vackra kvartsgångar ökar spårsmöjligheten för guld (24 karat). En annan indikator på att guld finns i närheten är mineralet arsenikkis som luktar vitlök – ett spårmineral för denna ädla metall. Ni kan också göra en ”stenorkester” genom att knacka stenar mot varandra av olika hårdhet (täthet), ni kan också bygga stentroll!

Utrustning: Vaskpannor (Se guldstrom.se), små stavmagneter (utrustning i NO-undervisningen), enkla lupper 8x, KP-kort (kontaktplastkort som fäster mineralkornen) – vanlig plastfilm och kartong som klipps till eller skaffas via hos.se.

Pedagogiska mål och riktlinjer i Lgr 11 åk 1-6 utgör plattformen för aktiviteterna.

Övning 2 – Laga till växter i och vid vatten: ”Naturens skaffereri och apotek”

Gör olika teer på det som växer i och kring vattnet! Koka upp vatten på det medtagna stormköket, lägg i era ingredienser och prova er fram till det godaste teet! I den omgivande skogen finner ni ett helt skaffereri av lingonblad, hallonblad, björkblad, blåbärsblad, blå enbär, granskott, nypon, eller ljungblommor. Ni kan söta ert te med honung!

Vid själva vattenbrynet finner ni ofta blad eller blommor av *älgört* / *älggräs*, dessa går utmärkt att använda i tekoket! De innehåller febernedsättande ämnen (metylsalicylsyra) och är därför bra mot huvudvärk och inflammationer. Knyt an till Lgr 11 (kost, fibrer, hälsa och säkerhet, friluftsliv). Ni kan också ofta finna ”överlevnadsväxten” *kaveldun*, vår kolhy-dratrikaste växt (består till ca 60% av kolhydrater). I början av juni kan du äta både stjälken och kolven – den smakar slanggurka. De växer i näringsrika sjöar – med denna växt kan man avläsa vattenmiljöns näringsgrad som här är hög. Varför växer just denna växt här?

Om sjön är näringsfattig kan du leta upp växten *pors*. Dessa går också att använda som krydda! Ta några knoppar i handen, krossa dem med en sten, blanda med lite matolja och lägga

sedan blandningen på den medtagna grillkorven. Porsen ryker på våren vilket lätt ses som ett mjöl på vattenytan. Kanske finns också växten *skvattram* vid strandkanten. Dess gula pulver på stjälk och blad kan liksom porsen användas för att smörja in sig med om myggorna blir för besvärliga under fisketuren! Tänk på att sinnesupplevelser kopplat till platser gör det lättare att komma ihåg namn på växter, vilka miljöer de växer i samt deras användningsområden.

Centrala begrepp: Medicinsk användning, överlevnad på naturens villkor, att ”läsa” näringsfattiga och näringsrika sötvat-tensmiljöer.

Utrustning: Kniv, något att samla växterna i, hink/korg, matolja, sten – mortel att krossa porsknopparna med. Stormkök att koka upp teet i, stekpanna att fräsa upp kaveldunstjälkarna i (precis som purjolök + salt, peppar och lite matolja).

Pedagogiska mål och riktlinjer i Lgr 11 åk 1-6 utgör plattformen för aktiviteterna.



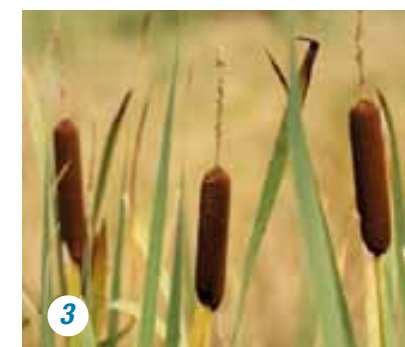
I bäckens sandbäddar kan man hitta spännande saker!



1



2



3



1. Pors

2. Älggräs

4. Kaveldun

Tekok i full gång! Har inte skolan tillgång till stormkök är inköp ett måste. Alla barn bör under sin skoltid få prova på att tillaga mat eller dryck ute i naturen!

Övning 3 – Näringskedja – näringsväv och evolutionsleken (sten–sax–påse)

Näringskedja

Bilda en cirkel och gör en näringskedja av era kroppar. Ställ ena foten tå mot häl, bilda en tät cirkelform, ta tag i kompisens midja, på given signal sätter sig alla i bakomvarandes knä. Släpp era händer från midjan, håll sedan händerna rakt ut som ett par flygplansvingar och se hur länge ni kan balansera i kamratens knä innan någon trillar ur – näringskedjan bryts. Om något djur i naturen inte får föda, syre eller vatten och inte längre utgör en del i näringskedjan rubbas ekosystemet. Förändringar sker ständigt i livsmiljön, arter dör ut och andra tillkommer. Fundera på olika näringskedjor i ditt fiskevatten – vad händer t.ex. om de största rovfiskarna försvinner? (se mer om vattnets näringskedja i *Följ med på fiske!*, s. 6)

Låt eleverna av naturmaterial i skogen designa och bygga upp en enkel näringskedja eller näringsväv med pinnar, kottar, stenor och löv. Utnyttja de former som redan finns i ert närområde på platsen och fundera kring vad fiskarna äter eller blir uppätta av. Vilka organismer kan ni hitta i fiskarnas magsäck och tarmar i samband med rensning?

Tips! Ett roligt och lärorikt sätt att undersöka fiskevattnets egen näringskedja är att håva de småkryp som döljer sig under ytan. NO-lärarna på skolan har ofta lämpliga håvar – låna! En praktisk håvningsövning kan du finna på sportfiskarna.se under ungdomssidorna.



En intakt näringskedja bygger på ekologisk balans, d v s att ingen art försvinner (ramlar ur ringen).

Evolutionsleken

I människans utveckling kan vi blicka tillbaka på våra vattenlevande släktingar sedan årmiljoner av evolution:

1. Ställ gruppen tätt i en ”gnuggcirkel” och kom överens om hur många djur ni vill illustrera och levandegöra med kroppens alla sinnen, exempelvis: amöbor, fiskar, groddjur, kräldjur, fåglar, apor och människor.

2. Börja gemensamt i gruppen att träna in de djur ni gemensamt vill levandegöra innan ni börjar, försök att illustrera deras rörelsemönster och hur de låter. Hur rör sig amöban, hur simmar fisken + ljud, hur kväker och hoppar grodan, hur rör sig dinosaurien, hur flyger en fågel, diskutera apornas rörelsemönster och slutligen olika gångsätt hos människan.

3. Aktiviteten börjar med att alla är simmande amöbor och rör sig runt i en cirkel. När två av samma sort (amöba – amöba, fisk – fisk osv) möts ställer man sig framför varandra och gör med sin ena hand tre gånger ett tecken: sten (knuten hand) – sax (tumme och pekfinger klipper i luften) eller påse (en kupad hand). De deltagare som förlorar blir kvar på sitt stadium och springer runt i cirkeln som amöba, fisk, groddjur, kräldjur (dinosaurie) eller apa och letar efter sin motsvarighet för att försöka ta sig uppåt i evolutionen. Ingen kan gå bakåt i evolutionen utan stannar alltid på sitt stadium om man inte går vidare upp i djursystemet. De som lyckas utvecklas hela vägen blir människor och har då klarat vandringen genom årmiljonerna. Aktiviteten slutar när de flesta har lyckats nå till människans stadium i denna rörelselek med evolutionsbegreppet i baktanken.

Centrala begrepp: Näringskedja, näringsväv, livsmiljö (habitat), evolution, sinnesträning och dramakommunikation.

Pedagogiska mål: Miljökunskap, ekologi, biologi, fysisk aktivitet/rörelse, samarbete, delaktighet, hänsynstagande och personlig social utveckling.



Två amöbor möts i evolutionsleken. Eleven till höger fortsätter som fisk!

Övning 4 – Levandegör ett regn med kroppsrörelser i anslutning till vattenmiljön – en aktivitet byggd på koncentration och ljudupplevelse

1. Stå i en cirkel och blunda skuldra mot skuldra. Ledaren börjar knäppa med fingrarna och knuffar lätt på grannen till höger om sig. Knuffen fortplantas tillsammans med fingerknäppningen (regndroppar faller) till nästa granne bredvid tills alla i cirkeln unisont knäpper med fingrarna.

2. Ledaren utlöser knuff nummer två med ett klappljud (alla blundar fortfarande). Klappljudet med båda händerna som trummar mot kinderna fortplantas nu på samma sätt som ovan, tills alla i ringen trummar mot sin kind.

3. Vid knuff nummer tre övergår man till att klappa med händerna mot knäna, (blundar fortfarande). Nu har regnet nått sin höjdpunkt symboliserat av ljudeffekterna – knäppningen med fingrarna illustrerar att regndroppar börjar falla, klappningen på kinden illustrerar att regnfallet ökar och till sist klappningen mot knäna utlöser ett riktigt skyfall.

4. Händelseförloppet levandegörs nu åt motsatta hållet – en knuff till grannen och regnet börjar avta i styrka med kindklappningar och till sist fingerknäppningar för att sedan upphöra, då står alla tysta i ”gnuggcirkeln”. Detta är exem-

pel på en aktivitet som både tränar upp våra sinnen (lyssna och beröring) och övar upp samarbetsförmågan.

Samling i en cirkel, basform (”gnuggcirkel”), i utomhusbase-rad verksamhet – gör att alla ser och hör varandra och ingen hamnar utanför.

Centrala begrepp: Koncentration, avslappning, ljud, känsel, regn, skyfall, konstgjort regn, dramakommunikation.

Pedagogiska mål: Samverka, samarbete, hänsynstagande, personlig social utveckling, lyssna till naturens ljud, skapa en gemensam upplevelse av ett naturfenomen, vattnets olika ljudeffekter.



Ett duggregn byggs gemensamt upp av eleverna.

INGELA DAHLINS KLASSDRAGS-ÖVNINGAR!



Ingela Dahlin från Storingens Fiskelubb i Timrå är en av dem som har genomfört allra flest Klassdrag. År 2012 fick hon det prestigefyllda Torbjörn Åslunds minnesstipendium för sina insatser gällande barns möjligheter att få prova på fiske. Nedan följer några av de lekar och övningar som Ingela brukar göra under sina Klassdrags-dagar.

Övning 1 – KusBingo!

Gör en bricka med plats för 4–6 olika småkryp som barnen får leta efter. Antingen håvar de i vattnet eller letar på land. Det kan handla om spindlar, larver, sländor, snäckor etc. Alla grupper får i inledningen varsin burk att samla i. Som pedagog går du också igenom att det är viktigt att man hanterar småkrypen varsamt.

Dela in barnen i grupper om två, tre eller fyra. När de hittat alla kusar ropar de Bingo! Alla samlas därefter igen för lite samtal om varje småkryp, deras roll i en näringskedja mm.

Övning 2 – Måla motiv på snön!

Om det är vinter kan barnen måla motiv på snön som pausaktivitet. Vanliga vattenfärger duger gott, använd stora penslar så man kan måla fina motiv. Att måla olika typer av fiskar kan vara en trevlig idé!

Övning 3 – Plockepinn

Här kan man berätta vad allemansrätten säger om att "Bryta" pinnar från träden kontra plocka dem från marken! Gör ett eget plockepinn! Barnen arbetar i grupper. Först gäller det för dem att samla 21 lika långa och tjocka pin-

nar. Sedan täljer de olika mönster på pinnarna. Exempelvis täljer de en pinne med ett mönster värt 25 poäng, därefter fem pinnar med ett annat mönster som ger 10 poäng, sedan ytterligare fem pinnar som ger 2 poäng och sist tio pinnar som ger 1 poäng. Sedan kan alla spela!

Övning 4 – Improvisationsteater "Fisketuren"

Gör mot slutet av dagen en trevlig fisketeater där barnen själva får tänka och dramatisera hur en framtida fisketur kan se ut. De kan här praktisera de kunskaper de vunnit om fiske under dagen. Gör korta scener som barnen enkelt kan komma in i!

Exempel 1. Några barn spelar en familj/kompisgäng som skall ut och fiska. De går iväg till en sjö. Vad ska de tänka på att ta med för att få en lyckad och trevlig fisketur? Här får barnen som sitter och tittar hoppa in och vara med om de kommer på saker som familjen har glömt. Exempelvis ett spö, mask, fika, filt, ryggsäck, isdubbar, krok, flytväst m.m.

Exempel 2. Familjen/kompisgänget kommer fram till sjön. (Man kan nu plocka in nya barn i teatern). Nu ska de göra iordning för fiske. Vad ska de börja med? Också här får barnen som sitter och tittar hoppa in och "hjälpa till" om det behövs. Exempelvis, de håller utkik att man håller avstånd, att man krokas på en mask, vad man kan prova om fisken inte nappar m.m.



Plockepinn är en av de många kreativa övningar som Ingela Dahlin brukar använda sig av för att skapa variation och engagemang under sina Klassdrags-aktiviteter. Ett ställtips från Ingela är: "Tänk inte bara fiskel!" Nedfallna pinnar och grenar får i övrigt användas som såväl ved som plockepinn-pinnar enligt allemansrätten!



TILLAGA ER FISK!

En viktig sak att betona under Klassdrags-dagen är att man verkligen ska ta till vara på den fisk som behålls. Tänk också på att inte tala om fångade arter som t.ex. mört, braxen och sutare i termer av "skräpfisk", vilket ibland görs. Inte minst är detta viktigt eftersom liknande typer av karpfiskar anses vara fin mat i många hörn av världen. Och visst är de också goda på riktigt, vi svenskar borde äta mer karpfisk, det gjorde vi för bara några decennier sedan!

Rök din fisk!

Ett av det allra godaste och enklaste sättet att tillaga den fångade fisken på ute i naturen är att röka den i en medtagen röklåda. En sådan kan köpas för någon hundralapp i många typer av butiker – en bra investering som skolan kan använda under många år! Fråga annars klubben om de kan ta med en!

Rökt abborre, mört, braxen, sutare, sik, öring, regnbåge och mindre gäddor är delikatesser! Benen lossar också lätt från

köttet. Även de minsta fiskar går att röka! Dessutom tycker barnen att fiskrökningen är väldigt spännande! Med gott om spån och rödsprit kan röken vara igång hela dagen!

Gör så här:

Rensa fisken och torka av den. Salta den runtom och inuti. Fyll på rökspån i röklådan. Lägg fisken på röklådans galler. Håll upp avsedd mängd rödsprit i lådans brännare och tänd på. Mindre fiskar är färdiga på 15 minuter, större fisk kan ta lite längre tid. Rensa de läckert gyllengula fiskarna och ät dem exempelvis varma på knäckebröd eller på en papptallrik.

Utrustning: Röklåda, rödsprit som bränsle, rökspån (finns i fiskredskapsaffärer), flingsalt, tändstickor, kniv, knäckebröd, papptallrikar.



En av de vanligaste Klassdrags-fångsterna är mört. Denna förbisedda matfisk är delikat att röka!



Glöm inte att avsluta Klassdrags-dagen med en trevlig gemensam samling där dagen sammanfattas! Se även till att ta vara på upplevelserna, intrycken och kunskaperna in i det fortsatta skolarbetet! Förhoppningsvis har häftet gett några sådana inspirationslinjer att följa!

För mer information och kontaktuppgifter kring Klassdraget – gå in på Sportfiskarna.se/klassdraget

Länkar och litteratur

För mer information om fiske och fiskevård
www.sportfiskarna.se

Vetenskapliga argument för friluftsliv
Se den digitala versionen av skriften "Frisk i naturen" på
www.friskinaturen.org

Tipspromenader om allemansrätt
www.friluftsframjandet.se/guest/ssir/tips

www.naturvardsverket.se/Var-natur/Allemansratten/informationsmaterial

Frågesport
www.friluftsframjandet.se/guest/allemansratten-fragesport

Se övriga länkar i kompendiets löpande text!

Textbidrag: Anders Szczepanski, Ingela Dahlin

Redigering och övrig text: Oscar Trowald

Formgivning: Knuts Conny

Foto: Sebastian Streith Photography

Övriga foton: Laila Engström (Fagerdala Trädgård), Hannah Norden, Bengt Olsson, Göran Schmidt.

Produktions- och tryckår 2015

 **SportFiskarna**
Sveriges Sportfiske- och Fiskevårdsförbund

