

Komdu út

Útivist og samvera fjölskyldunnar

Heilsuleikskólinn Krókur

Verkefnisstjóri Harpa Rakel Hallgrímsdóttir

Heilsuleikskólinn Krókur

Komdu út

Verkefnisstjóri: Harpa Rakel Hallgrímsdóttir

Skýrsluhöfundur: Harpa Rakel Hallgrímsdóttir og Hulda Jóhannsdóttir

Verkefnið hlaut styrk úr Sprotasjóði 2018-2019.

Inngangur

Útivera hefur lengi vel verið stór hluti af skólastarfi en það virðist minna um að foreldrar og börn njóti útivistar saman. Í nútímasamfélagi þar sem hraðinn er mikill og mikið um að börn sæki skipulagða tíma utan skóla hefur dregið enn meir úr útivist og samveru fjölskyldunnar. Oft á tíðum er útivist einungis það að fara á milli staða. Hraði samfélagsins er ekki aðeins mikill heldur er mikið um tilfinningaleg og andleg vandamál hjá börnum og unglingum.

Náttúran og umhverfi hennar er gott fyrir andlegan og líkamlegan þroska barna. Rannsóknir hafa sýnt fram á náttúruna sem verndandi umhverfi þegar kemur að andlegri vellíðan barna og getur lækkað tíðni þunglyndis á meðal þeirra (Chawla, 2015). Jákvæð tengsl barna við náttúruna hefur einnig góð áhrif á vilja þeirra til að viðhalda henni og vernda. Auk þess býður útivera börnum upp á tækifæri til að finna afdrep úti í náttúrunni og að geta bundist henni tilfinningaböndum. Þau börn sem upplifa náttúruna á jákvæðan hátt eru líklegri til að taka þátt í verndun hennar þegar þau verða fullorðin. Börn sem eyða tíma í náttúrulegu umhverfi sýna einnig meiri samkennd og umhyggju fyrir öðrum lífverum og eru meðvitaðri um að maður og náttúra eru háð hvort öðru (Chawla, 2015).

Verkefnið *Komdu út* styður við útivist og samveru barna og fullorðinna með velferð og vellíðan að leiðarljósi. Unnið er að því að kynna útivist og samveru í náttúrunni sem valkost til að minnka streitu og auka vellíðan fjölskyldunnar. Foreldrum er boðið að taka þátt í útinámi með börnum sínum á skólatíma og fengu með því hugmyndir að útivist og samveru með börnum sínum í frítímum. Einnig var boðið upp á fræðslu um mikilvægi hreyfingar og útiveru fyrir almenna heilsu og vellíðan ásamt hugmyndum að lengri gönguferðum og nauðsynlegum útbúnaði.

Útivist og samvera

Heilbrigði einstaklings byggist á andlegri, líkamlegri og félagslegri vellíðan en það ræðst af flóknu samspili einstaklings, aðstæðna og umhverfis. Margt bendir til þess í nútíma samfélagi að einstaklingar séu að fjarlægjast náttúruna. Þegar hugsað er um venjulegan dag hjá einstaklingum kemur ákveðið mynstur upp þar sem útiveran, sem

er það að vera almennt úti, er einungis að fara á milli staða. Einnig virðist sem góðar og jákvæðar samverustundir eigi það til að detta út í amstri dagsins. Jákvæðar samverustundir milli barna og foreldra lætur öllum líða vel og ýtir undir jákvæð samskipti og betri tengsl seinna meir (Christophersen og Mortweet, 2004).

Útivera hefur lengi vel verið stór hluti af leikskólastarfi. Börn hafa mikla þörf til að leika úti við í krefjandi umhverfi. Oft hefur verið rætt um að útiveran ásamt hreyfingu og frísku lofti sé börnum holl (Kristín Norðdahl, 2005). Útivera virðist efla börn hvort sem um ræðir andlega, líkamlega eða tilfinningalega og felur heilbrigði í sér ákveðið jafnvægi milli þessara þátta. Útivera getur eflt alhliða þroska barna ásamt því að gefa þeim tækifæri á að rannsaka umhverfi sitt og reyna á getu sína. Útivera skapar börnum tækifæri til frjáls leiks sem og tækifæri til að svala rannsóknarþörf sinni og læra af eigin reynslu (Santer, Griffiths og Goodall, 2007).

Líðan barns í leikskóla er samvinnuð velferð fjölskyldu þess og heimilis (Aðalnámskrá, 2011). Fjölskyldan er mjög mikilvægur mótunaraðili en góð tengsl innan fjölskyldu geta skipt miklu máli fyrir velferð barna og unglunga. Það er því mikilvægt að huga að velferð fjölskyldunnar þar sem náíð samband við fjölskyldu virðist leiða til hamingju og góðrar heilsu (Christophersen og Mortweet, 2004). Eitt af hlutverkum skóla er að ala börn upp þannig að þau verði leiðtogar í eigin lífi og fær til að spjara sig undir flestum kringumstæðum. Til þess þarf að efla þekkingu og færni barna sem gerir þeim kleift að temja sér heilbrigðan lífstíl. Til að hámarka líkur á að þetta náist þarf að flétta saman skólaumhverfi, skipulögðu námi og samstarfi við fjölskyldu og nærsamfélags (Heilbrigði og velferð-grunnþáttur í menntun á öllum skólástigum, 2013). Með því að fræða foreldra um tengsl útivistar og vellíðunar, bjóða þeim að taka þátt í útivist leikskólans og hvetja þá til að nýta sér hugmyndabanka sem varð til í verkefninu náðum við að skapa jákvætt og uppbyggjandi samstarf sem mun ekki aðeins hafa jákvæð áhrif í leikskólasamfélaginu heldur vonandi til framtíðar.

Til að meta árangur verkefnisins voru spurningalistar lagðir fyrir foreldra og börn. Spurningarlisti var sendur rafrænt að hausti. Foreldrar voru spurðir um viðhorf sitt í tengslum við útiveru, líðan þeirra og barnanna sem og hvernig útivera var valin.

Spurningarnar fyrir börnin voru aðeins tvær og voru svörin opin. Foreldrarnir spurðu börnin sjálf og skráðu svörin á rafrænu formi.

Sömu spurningarlistar voru sendir út til foreldra um vorið til að kanna hvort breyting hefði orðið á viðhorfi, útivist og samveru fjölskyldunnar.

Markmið verkefnis samkvæmt umsókn

Markmið með verkefninu *Komdu út* var:

- Að stuðla að jákvæðu og uppbyggjandi foreldrasamstarfi með velferð og vellíðan barna og fjölskyldna þeirra að leiðarljósi.
- Að kynna útivist og samveru í náttúrunni sem valkost til að minnka streitu og auka vellíðan allra í fjölskyldunni.
- Að bjóða foreldrum að taka þátt í útinámi með börnum sínum á skólatíma og gefa þeim hugmyndir að útivist og samveru með börnum sínum í frítímum.
- Að kynna fyrir fjölskyldum margþætta möguleika sem nánasta umhverfi bæjarins hefur upp á að bjóða og hvað er hægt að aðhafast þar.

Í hraða samfélagsins gleymist oft útivera og hreyfing barna en hreyfing er mikilvægur hluti af þroska hvers barns. Eins og fram kemur í Aðalnámsskrá... „Hreyfing er börnum eðlislæg og stuðlar að vellíðan. Börn eiga að fá tækifæri til að hreyfa sig frjálst alveg eins og að fá að taka þátt í skipulagðri hreyfingu. Hreyfing og vellíðan hafa jákvæð áhrif á samskipti barna, umgengni þeirra við umhverfi sitt og hæfni þeirra til að takast á við daglegt líf og nýjar aðstæður" (Aðalnámsskrá, 2011).

Leiðir sem valdar voru til að ná markmiði

Til þess að ná settum markmiðum var sett á laggirnar þróunarteymi sem sá um að halda utan um og miðla ferlinu áfram til kennara og stjórnenda skólans. Boðið upp á fræðslu fyrir foreldra um mikilvægi vellíðunar og tengsl hennar við útiveru og samveru fjölskyldunnar. Róbert Marshall kom í mars með fyrirlestur þar sem hann ræddi um sína eigin reynslu og mikilvægi samveru og útvistar fjölskyldunnar. Hann og Brynhildur

Ólafsdóttir komu einnig í lok mars með göngu fyrir alla fjölskylduna utan skólatíma ásamt fræðslu um möguleika til útivistar. Þar komu þau með hugmyndir um hvernig má gera stutta göngu að fjölbreyttri og góðri skemmtun fyrir alla.

Einnig fengum við til liðs við okkur Önnu Sigríði Sigurjónsdóttur myndhöggvara og áhugamanneskju um útiveru í verkefnið eftir áramót. Anna Sigríður hefur áður komið inn í Þróunarverkefni í leikskólanum og er því vel kunn starfsháttum hans. Hún sá um aukna fræðslu til kennara og barna með fleiri útinámsferðum. Einnig kom hún með ýmsar hugmyndir að leik og námi fyrir kennara til að framkvæma bæði í útinámsferðum og á útileiksvæði skólans og þannig auka þátttöku þeirra í leik og starfi barna.

Um vorið var sett af stað hreyfiáskorun þar sem fjölskyldur voru hvattar til að ganga á þrjá af 10 stöðum í og við nágrenni Grindavíkur (sjá meðfylgjandi bækling). Fjölskyldan átti að taka mynd af sér á staðnum og setja á samfélagsmiðla. Þær fjölskyldur sem luku áskoruninni fengu sjúkratösku að gjöf, sem hentar fyrir gönguferðir.

Einnig var unnin hugmyndabanki í samvinnu við börn og foreldra um það sem hægt er að gera úti í náttúrunni og hvaða staði í nágrenni Grindavíkur væri áhugavert að nýta til útivistar. Leitast var við að hlusta eftir áhuga barnanna á stöðum til að heimsækja og hvað væri hægt að gera á hverjum stað og stuðla þannig að áhrifum þeirra á skólastarfið og eigin vellíðan. Byggt var á því útinámi sem hafði verið í þróun undanfarin ár í skólanum og börnunum boðið upp á ferðir út í náttúruna á þeirra forsendum. Þau fengu að velja áfangastaði, voru hvött til að njóta þess sem fyrir augu bar og ákveða síðan sjálf hvernig þau vildu verja tíma sínum í náttúrunni. Kennarinn var að sjálfsgöðu alltaf undirbúinn að grípa inni ef þörf var á, t.d. vera með áhöld sem tengjast náttúruskoðun, hugmyndir að leikjum, flugdrekapoka, ýmiskonar lærdóm, hugleiðslu - og jógaæfingar og sögur til að lesa.

Hugmyndir barnanna voru nýttar í ferðunum og í gönguáskoruninni. Hvatt var til þátttöku fjölskyldna í skólastarfinu og byggt á þeirri hugmynd að fjölskyldan og leikskólinn séu samstarfsaðilar. Unnið var jöfnum höndum með fræðslu, samræðu, gerð hugmyndabanka og öflunar fræðilegs efnis um málefnið. Á tímabilinu voru einnig birtar á fésbókarsíðu skólans auglýsingar um gönguferðir fyrir fjölskyldur og ávinningur af útiveru.

Frávik miðað við áætlun

Helstu frávik voru þau að þar sem verkefnisstjóri hafði ekki möguleika á að sinna verkefninu eins og gert hafði verið ráð fyrir var formaður í Þróunarteyminu fenginn til að taka að sér hluta verkefnisstjórnar með aukningu á starfshlutfalli. Einnig var bætt í sérfræðiaðstoðina með því að auka tíma Önnu Sigríðar í verkefninu.

Helstu hindranir

Helstu hindranir í verkefninu voru í raun viðhorf hvort sem um ræðir foreldra, barna eða kennara. Eins og gengur og gerist þá var veðrið misjafnt og átti það til að setja strik í reikninginn í upphafi ferðar. Upp kom að veðrið væri ef til vill of vont til að hægt væri að hafa ánægju af útiverunni en aftur á móti var frábært að sjá að þegar ferðum lauk voru allir glaðir og ánægðir.

Til að byrja með voru erfiðleikar við að tengja kennara í leikskólanum inn í verkefnið og fannst þeim þeir ekki vita hvað var í gangi. Verkefnisstjóri fór í göngurnar og í raun voru kennarar örlítið utan við verkefnið nema þeir fengu fræðslu. Því var farið í meiri samvinnu með kennurum. Til að byrja með voru umræður þar sem hugmyndir þeirra komu fram um útinám og leiðir til að efla foreldra í útiveru með börnum sínum. Einnig var meiri tíma varið í útinám í leikskólanum en áður hafði útinám oft fallið niður vegna manneklu. Ákveðið var að halda útináminu inni en loka frekar öðrum stöðvum innan leikskólans. Með þessu komust kennarar betur inn í verkefnið og frábærar hugmyndir komu upp.

Helsti ávinningur

Helsti ávinningurinn er sú vellíðan og gleði sem fylgdi útivist og samveru fjölskyldunnar bæði í ferðum á skólatíma og utan. Greinilegt var að foreldrar höfðu áhuga á verkefninu og ræddu um það í dagsins önn, sem gefur von um að þeir haldi áfram að fara í ferðir með börnum sínum.

Það var gaman að sjá framfarirnar hjá foreldrum barnanna. Börnin í leikskólanum eru vön útiveru og er farið út í nánast hvaða veðri sem er, svo lengi sem það er öruggt. Einnig eru þau vön að hlaupa upp um móa og klifra í hrauninu. Í upphafi komu foreldrar með í ferðir og mátti heyra hrópað „passaðu þig að detta ekki“, „ekki fara of nálægt“

eða „þetta er of hættulegt“ en smám saman sáu foreldrar að börnin fara eins langt og þau geta og þora.

Einnig breyttist klæðnaðurinn hjá foreldrunum mikið. Foreldrar sem komu með í upphafi árs komu illa klæddir, aðeins í þunnri úlpu og gátu þar af leiðandi lítið tekið þátt því þeir voru alltaf að leita sér að skjóli. Þegar leið á skólaárið mátti sjá sömu foreldrana koma fullbúna í ferð og taka þátt af mikilli gleði með börnunum.

Verkefnið hefur haft mikil jákvæð áhrif bæði innan leikskólans sem og í samfélaginu því margir utan skólans tóku þátt í umræðum á fésbókinni og hvöttu okkur til dáða. Foreldrar hafa fengið innsýn í útinám leikskólans, fjölskyldur eytt meiri tíma í útiveru og má því segja að verkefnið hafi náð vel til heimilanna.

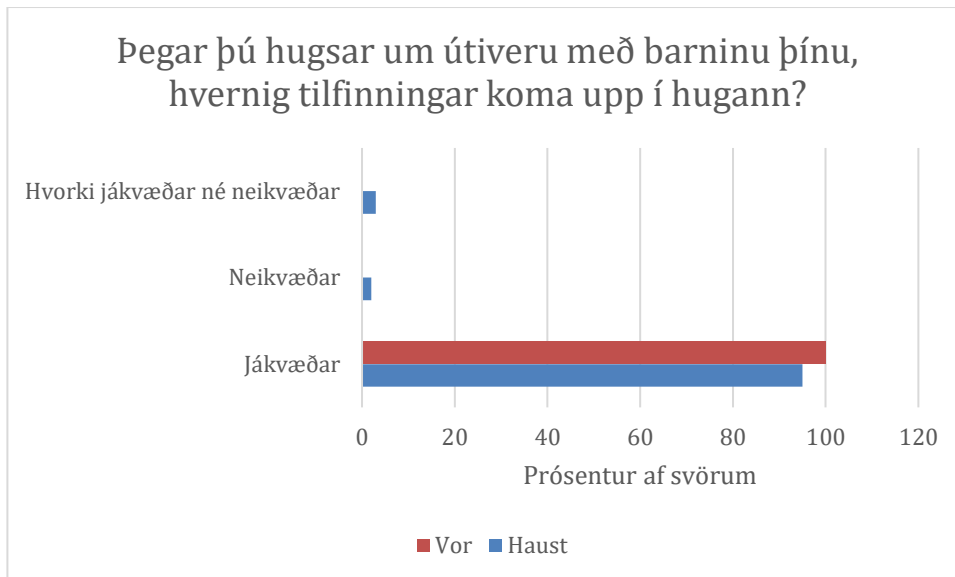
Mat og niðurstöður

Börn í elsta árgangi í leikskólanum svöruðu stuttri könnun um haustið. Foreldrar voru beðnir um að spyrja börnin *Hvert finnst þér gaman að fara þegar við fjölskyldan förum út að leika og hvernig finnst þér að vera úti að leika (utan leikskólans)*. Þetta var gert ekki aðeins til að sjá hvernig börnunum líður í útiveru heldur líka til að vekja foreldrana til umhugsunar. Öll börnin sem svöruðu sögðu að þeim finnst gaman að vera úti og nefndu þau ýmsa staði eins og leikvelli, Þorbjörn, lautarferð, Selskóg, fjörur og hraunið. Gaman var að sjá að börn nefndu að það væri gaman að fá að klifra og vaða og enn önnur að gaman væri þegar mamma og pabbi væru að leika með. Þetta gefur til kynna vellíðan sem fylgir samverustundum fjölskyldunnar.

Foreldrar allra barna í leikskólanum fengu senda könnun í upphafi og lok skólaárs þar sem líðan þeirra og viðhorf til útivistar voru skoðuð og hvort breytingar urðu yfir skólaárið.

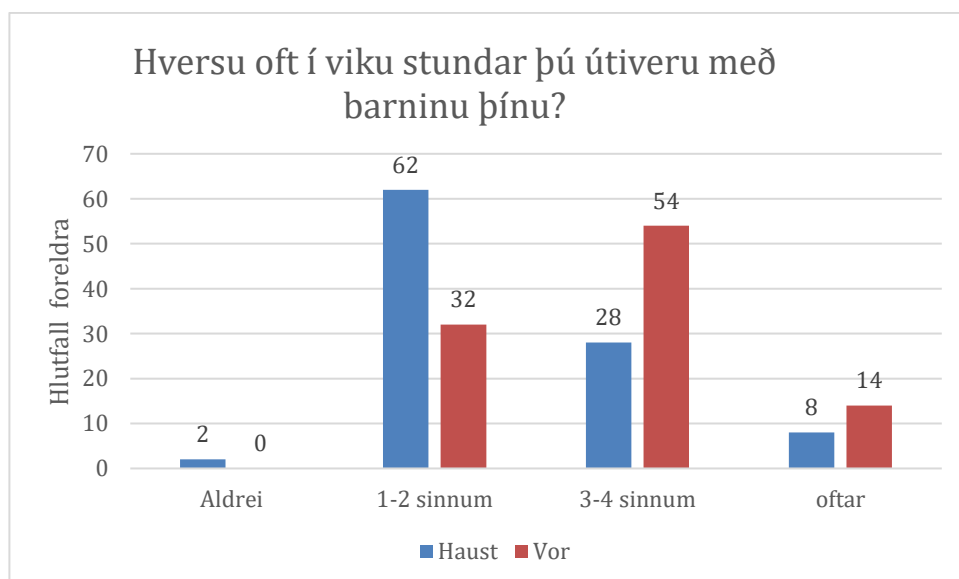
Svörun var svipuð en að Vori svöruðu 59 foreldrar könnuninni en 61 að hausti.

Í ljós kom að almennt hafa foreldrar jákvætt viðhorf til útiveru með barni sínu. Allir voru með jákvætt viðhorf að vori en einn var með neikvætt viðhorf og annar með hvorki jákvætt né neikvætt viðhorf til útiveru þegar litið er til svara foreldra að hausti.

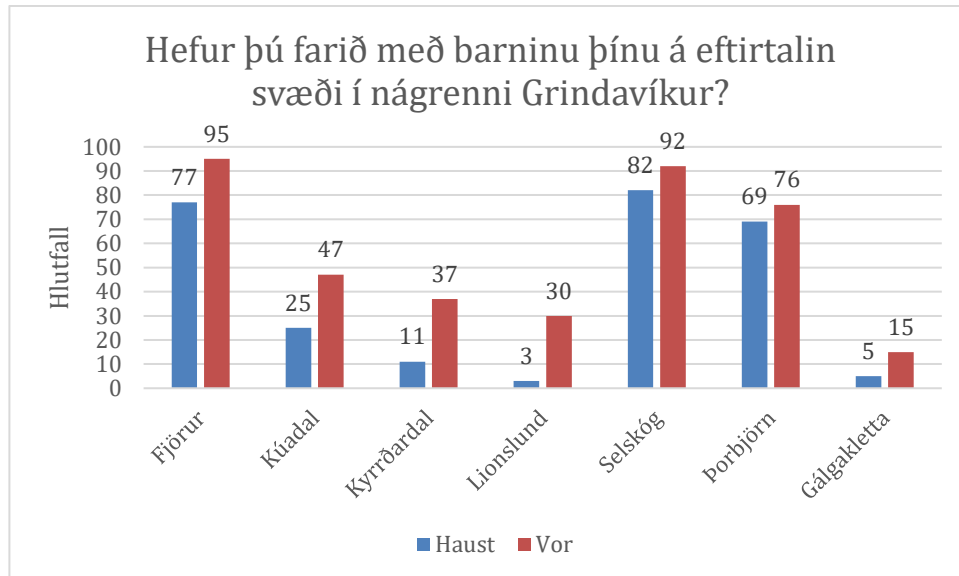


Nákvæmlega sömu niðurstöður komu þegar litið er á hvaða áhrif foreldra telja að útivera hafi á barn þeirra. En að hausti svöruðu 95% að þeir teldu að útivera hefði jákvæð áhrif en 100% að vori. Að hausti voru 2% sem töldu að útivera hefði neikvæð áhrif en 3% að hún hefði hvorki jákvæð né neikvæð áhrif.

Þegar litið er á tíðni útiveru kemur í ljós að 66% foreldra stunduðu tvisvar sinnum eða sjaldnar útiveru með börnunum sínum að hausti. 28% fóru 3-4 sinnum en 8% oftar. Að vori hafði orðið mikil aukning á útiveru en 54% foreldra sem svöruðu könnuninni sögðust stunda útiveru með börnunum 3-4 sinnum í viku og 14 % oftar.



Þegar litið er á útivist í nágrenni Grindavíkur má sjá að aukning hefur verið til allra svæða eftir verkefnið. Í þessari spurningu voru svarmöguleikar hvernar fjölskyldu margir.



Þegar foreldrar voru spurðir hvernig þeim sjálfum liði í útiveru með barni sínu kom í ljós að flestum leið vel í útiverunni en allir svöruðu að þeim liði vel að hausti en 2 svöruðu að vori að þeim liði hvorki vel né illa að vori. Einn sagði að sér liði illa í útiveru með barninu sínu að vori.

Þegar litið er á niðurstöðurnar kemur í ljós að verkefnið hefur skilað tilteknum markmiðum. Boðið var upp á vikulegt útinám þar sem foreldrar gátu tekið þátt og komu foreldrar með í allar göngur nema eina. Þess má einnig geta að nokkrir foreldrar komu með í hverja göngu. Foreldrar höfðu tækifæri á athugasemdum í lok könnunar í vor og mátti sjá að mikil ánægja var með verkefni „Frábært verkefni“, „Skemmtilegt og hvetjandi, vikkar sýn foreldra á að það þurfi ekki alltaf að vera skipulagt svæði eða ákveðið plan“. Með verkefninu tókst að ná til foreldra og hvetja þá til aukinnar útiveru hvernig sem viðrar og að opna augu þeirra að útivist fjölskyldunnar þarf ekki aðeins að vera á leikvöllinum heldur er möguleiki á að nýta allt umhverfi til útivistar og samveru fjölskyldunnar.

Við teljum einnig að með gönguáskorunni hafi þessi þekking foreldra aukist. Margir staðir eru í og við nágrenni Grindavíkur sem foreldrar vissu ekki um. Eins og sjá má í matinu þá var mikil aukning á hvaða staði foreldrar og börn höfðu heimsótt eftir veturinn. Einnig kom í ljós að foreldrum þótti oft betra fyrir verkefnið að vera með ákveðið plan sem gera átti í útiverunni en eftir ferðirnar áttuðu þeir sig á að planið skipti litlu. Börnin eru fljót að finna leik- og rannsóknarefni og það sem mestu skiptir er samveran og vellíðanin sem fylgir henni. Þar af leiðandi teljum við að við höfum stuðlað að jákvæðu og uppbyggjandi foreldrasamstarfi þar sem velferð og vellíðan barna og fjölskyldna þeirra var höfð að leiðarljósi.

Áætlun um kynningu

Ekkert er fast í hendi með kynningar á þessum tímamarki en ýmislegt á „teikniborðinu“ auk fastra kynninga sem fylgja styrkveitingum. Við erum skóli sem höfum ríka hefð fyrir þróunarverkefnum og kynnt þau á ráðstefnum og fyrir einstaka leikskóla í gegnum árin og erum alltaf áhugasöm um að kynna skólstarfið þegar leitað er til okkar.

Þorbjarnarfell

Þorbjarnarfell er fjall okkar Grindvíkinga og fer líklega ekki fram hjá neinum. Í fjallinu má ekki aðeins sjá stórbrotna náttúru heldur einnig leifar af braggapýrpingu sem tilheyrði hernámsliðinu á stríðsárunum.

Efri hluti fjallsins er klofinn í tvennt af misgengisgjá sem heitir Þjófagjá. Í gamla daga áttu 15 þjófar að hafa búið þar og stálu þeir féi Grindvíkinga. Bóndasonurinn á Hrauni gekk til liðs við þjófana til að hjálpa til við að handsama þá. Einn daginn þegar þeir voru að baða sig í lauginni á Baðsvöllum átti bóndasonurinn að gæta að eignum þeirra. Hann snéri við skyrtuermum og brókarskálmmum og hljóp svo til Grindavíkur. Þjófarnir voru svo lengi að komast í fötin að þeir gátu ekki náð honum. Þá komu grindvíkingar og handsömuðu þá. Margar leiðir eru upp á fjallið en hægt er að ganga aðalvegin upp en við uppgöngu má finna kort af gönguleiðum á fjallið. Önnur falleg leið er Gylltustígurinn sem er suðvestan megin á fjallinu. Einnig er hægt að ganga frá Selskógi en þar hefur verið gerður góður stígur upp á fjallið. Fjallið er ekki langt frá Grindavík og því er tilvalið í góðu veðri að fá sér göngu-/hjólátúr upp að fjallinu og ganga svo upp

Lionslundur

Liondlundur er lundur norðvestan við Grindavík sem Lionsklúbbur Grindavíkur hefur grætt upp og hefur umsjón með. Hægt er að keyra að lundinum með því að keyra Nesveginn og beygja fyrstu beygju til hægri (í átt að Bláa lóninu). Lundurinn er þar strax á vinstri hönd. Skilti er við lundinn og tré sem hafa verið gróðursett nýlega.

Komdu út

Kort með upplýsingum af tíu stöðum í landi Grindavíkur



Próunarverkefni Sprotasjóður
Heilsuleikskólinn Krókur 2019

Komdu út!

Það getur verið gaman og fróðlegt að ganga saman með fjölskyldunni. Hreyfing og sú vellíðan sem skapast af henni hefur jákvæð áhrif á samskipti og umgengni okkar við umhverfið. Útivist og hreyfingu er auðvelt að samtvinna og komið hefur í ljós að það eflir hæfni barna til að takast á við daglegt líf og nýjar aðstæður. Ekkert jafnast á við að eiga góða samverustund saman en munum eftir að klæða okkur eftir veðri til að allir hafi ánægju af og gott er að hafa nesti með.

Við mælum með að:

- Útbúa nesti og taka með
- Leyfa börnunum að bera léttan bakpoka
- Hafa með poka fyrir rusl
- Taka með stækkunargler og ílát til að safna gersemum í
- Leyfa börnunum að stjórna ferðinni í gönguferðunum – hvert vilja þau fara?
- Lesa sér til um svæðið og segja sögur
- Fara í leiki t.d. finna eitthvað sem byrjar á staf sem dæmi H eða eitthvað þrennt t.d. gras, stein og blóm.
- Lesa bók
- Hafa skriffæri og blöð til að skrá og/eða teikna það sem við sjáum og finnum
- Grilla með einnota grilli og muna eftir að taka allt rusl með

Selskógur

Selskógur er norðanmegin við Þorbjörn og er skógrækt okkar grindvíkinga. Hann er afurð Skógræktarfélgas Íslands en rekja má stofnun þess til ársins 1939. Það ár varð Ingibjörg Jónsdóttir, áhugamanneskja um skógrækt í Grindavík sextug og stofnuðu kvenfélgskonur sjóð henni til heiðurs. Ingibjörg notaði sjóðinn til að koma upp skógrækt í Grindavík. Hún plantaði fyrstu hríslunum 1957 og gaf svæðinu nafnið Selskógur. Nafnið má rekja til gamalla seltófta sem enn má sjá á svæðinu.

Hægt er að leggja bílum við vatsntankinn en umferð er ekki leyfð inn á svæðið sjálf. Vel er hægt að ganga með börnum frá Grindavík í Selskóg enda hafa 4-5 ára börn gert það með leikskólanum og biðja jafnvel um að ganga líka á Þorbjörn þegar í skóginn er komið. Nokkrir stígar eru inni í skóginum og er gaman að ganga þá og lenda í ævintýrum.

Kyrrðardalur

Kyrrðardalur er lítil dalur norðan megin við hópshverfi. Börn og kennarar af Leikskólanum Króki uppgötvuðu þennan stað í kyrrðarstundum sínum og því fékk hann nafnið Kyrrðardalur. Þegar byggðin fór að færast nær dalnum skrifuðu börnin bæjarstjórn bréf og fengu dalinn friðlýstann. Í kringum dalinn er mikið af skemmtilegum gjám og hellum sem börnin þekkja vel. Tröllskessan Kollý (lítil hraundrangi í miðjum dalnum) verndar dalinn en hún er lítil tröllskessa sem bjó hjá mömmu og pabba sínum. Kollý var mjög einmanna og átti enga vini en hana langaði svo mikið til að eiga þá. Mamma hennar og pabbi sögðu henni að hún mætti alls ekki fara út nema á nóttinni þegar væri dimmt því annars yrði hún að steini og núna væri að koma sumar og þá væri svo bjart. En Kollý var svo einmanna að hún stalst út til að leita að vini og óhlyðnaðist foreldrum sínum. Hún gleymdi að sólin skein skært og þá breyttist Kollý í stein. Foreldrar hennar urðu svo sorgmædd að þau fluttu í burtu og hellirinn lokaðist. Við heimsækjum stundum Kollý og málum vini (steina) handa henni.

Gálgaklettur

Gálgaklettur eru klettur undir Hagafelli sem er austan Þorbjarnarfells. Klettarnir fengu nafn sitt þegar þjófararnir sem stálu féi Grindvíkinga voru handsamaðir og hengdir þar. Mjög fallet er á þessu svæði og dulúðugt. Ef farið er á bíl er upplagt að leggja við sandgryfjurnar og ganga upp vinstra megin við þær. Stígur er upp sem getur verið erfitt að finna en mjög auðvelt er að ganga upp að klettunum. Reykjavegurinn gömul merkt póstleið liggur í gegnum Gálgakletta og er gaman að fylgja henni þar til kemur að annari póstleið Skógfellsstíg og ganga hann að gryfjunum aftur að bílastæðunum.

Hópsnes

Á nesinu er greið leið hvort sem farið er gangandi eða akandi. Hópsnes skiptist í raun og veru í tvennt, Hópsnes að vestanverðu en Þórkötlustaðarnes að austanverðu og er Hópsnesviti fyrir miðju. Í Grindavík var ein helsta verstöð á Íslandi og gerðu margir bátar út frá Þórkötlustaðarnesi. Víða er hægt að sjá minjar um byggðina um svæðið sem og flök skipa sem hafa strandað þar og í nágrenninu. Mikið er um upplýsingaspjöld á svæðinu. Það er hægt að ganga þvert yfir nesið eftir vegarslóða sem er skemmtileg leið og styttir gönguferðina.

Þórkötlustaðarbót

Er skemmtileg fjara í Þórkötlustaðarhverfinu sem er austan megin í Grindavík, gengið niður í fjöru á milli húsanna Sólbakka og Þórkötlustöðum vestari, líka hægt að leggja bílnum austan við gamla frystihúsið og ganga í átt að fjörunni. Tilvalið er að taka góðan göngu- eða hjólatúr frá bænum eftir malbikuðum göngustíg og eru börnin vön að ganga hann. Tilvalið er að taka með fötu, skóflu og glær ílát til að veiða og safna alls konar dýrum og fjársjóði sem sjórinn skolar á land og skoða. Einnig er yndislegt að ganga á tánum í sandinum og láta sjóinn kæla fæturnar.

Staðir í nágrenni Grindavíkur

Bjarnagjá

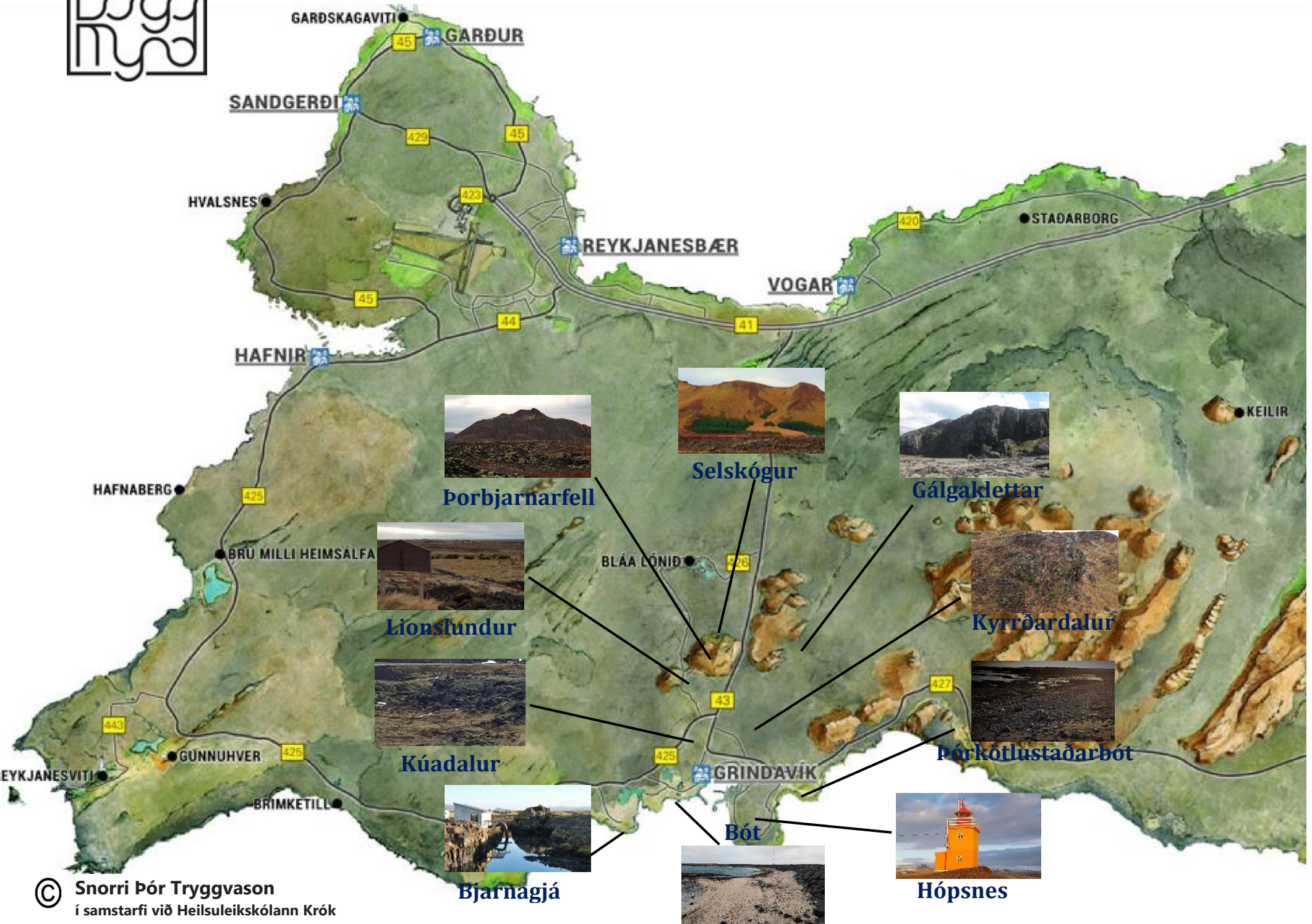
Bjarnagjá er gjá rétt vestan við Grindavík. Við gjánna má sjá leifar af dælustöð fyrir fiskeldi sem var í rekstri hér áður fyrr. Hægt er að keyra upp að gjánni með því að keyra Nesveginn og beygja til vinstri næstu beygju eftir bótina (athugið að vegurinn hefur ekkert nafn og er mjög grófur). Þetta svæði er mjög skemmtilegt og hægt að ganga og njóta á ýmsa vegu t.d. ganga niður að sjó þar sem er falleg fjara, í vestur í átt að golfvöllinum eða austur í átt að Rásinni. Á þessu svæði skartar náttúran sínu fegursta og mikið hægt að skoða, vaða og sulta. Gaman er að grilla á fallegum sumarkvöldum í fjörunni.

Bót

Er fjara okkar grindvíkinga. Farið er niður Vesturbrautina til enda og til vinstri er stigi niður í fjöruna en einnig hægt að keyra lengra og fara yfir varnargarðinn þar sem hann er lægstur. Tilvalið er að taka með poka, fötu, skóflu og glær ílát til að veiða alls konar dýr og gróður til að rannsaka. Sjórinn skolar einnig ýmsum fjársjóði og rusli á land sem gaman er að skoða og/eða taka með heim og henda í ruslið til að halda landinu okkar hreinu. Svo er yndislegt að ganga á tánum í sandinum og vaða í sjónum til að kæla fæturnar. Ef gengið er lengra meðfram sjónum eða eftir vegarslóða á enda má finna eitt af söguskiltum í Grindavík þar sem segir frá sögu svæðisins.

Kúadalur

Kúadalur er dalurinn til hægri þegar ekið er inn í Grindavík. Mörgum finnst skondið að kalla hann dal en í augum barna er hann mikilfenglegur. Hraunið ýtir skemmtilega undir ímyndunaraflið hjá börnunum og má efla ýmsar hreyfingar hjá börnum og fullorðnum með göngu í hrauni.



Heimildir

Aðalnámskrá 2011, Sameiginlegur hluti.

Christophersen, E. R., og Mortweet, S. L. (2004). In Haraldsdóttir G. (Ed.), Uppeldisbókin: Að byggja upp færni til framtíðar [Parenting That Works: Building Skills That Last a Lifetime.] (G. Haraldsdóttir, M. Kristiansen Trans.). Reykjavík: Skrudda ehf.

Kristín Norðdahl. (2005a). Að leika og læra í náttúrunni: Um gildi náttúrulegs umhverfis í uppeldi og menntun barna. Netla – Vef tímarit um uppeldi og menntun. Sótt af <http://netla.hi.is/greinar/2005/022/index.htm>

Louise Chawla (2015). Benefits of nature contact for children. Sótt af <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0885412215595441>

Santer, J., Griffiths, C., og Goodall, D. (2007). Free play in early childhood - a literature review. London: National Children's Bureau.


Harpa Rákel Hallgrímsdóttir
Verkefnisstjóri


Hulda Jóhannsdóttir
Skólastjóri