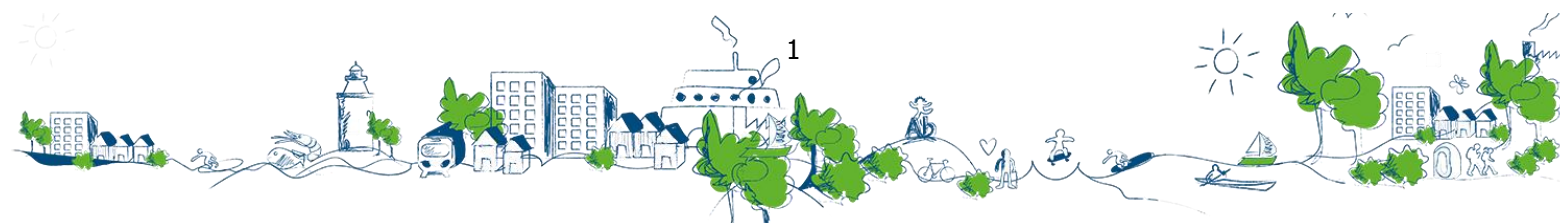


Aktivitetspark åk 4 - 9

Gröndalsskolan



Ritningar och foton



Bakgrund

Under höstterminen 2018 påbörjades Lärmiljöprojektet. Syftet med projektet är att skapa hälsofrämjande lärmiljöer i enlighet med Boverkets allmänna råd (Allmänna råd om friytor 2015) och det ligger i linje med kommunens mål om välmående elever och den satsning tillsammans med Stockholmsidrotten som gjordes under 2019. Fokus ligger på att skapa miljöer som underlättar undervisning utomhus inom olika ämnen och stimulerar till fysisk aktivitet. Det ska ske genom att utveckla en arbetsmetod där eleverna, i en arbetsgrupp, är delaktiga tillsammans med lärarna. Tanken är att när projektet är slut ska ett fungerande arbetssätt ha implementerats där en lärmiljöfond stimulerar skolor, men även förskolor, att på ett demokratiskt och elevdrivet sätt utveckla sina lärmiljöer utomhus.

Projektledare är Nynäshamns Naturskola och i augusti 2018 anställdes Janne Jonsson i projektet för att arbeta med de konkreta uppgifterna. Han har bland annat haft möten med lärare och elever på Vanstaskolan. Rektorer, lärare och elever har haft möjlighet att önska förändringar på sina skolgårdar utifrån en checklista som bygger på Boverkets allmänna råd. Önskemål som rektorer och lärare har haft för att underlätta undervisning utomhus har varit att få samlingsplatser i form av stockringar och bänkbord med tak.

Elever och skolgårdgrupp på Gröndalsskolan fick under 2019 komma med idéer och önskemål om hur skolgården skulle utvecklas. Utifrån deras önskemål togs ritningar fram för att utveckla en del av den gamla cykelparkeringen till en aktivitetspark. Utöver aktivitetsparken har flera andra åtgärder gjorts i atriumgården och uppe på berget.

I projektet arbetar Janne nästan uteslutande med trä i form av timmer. Sågat virke är i stor utsträckning OrganoWood. Vid förankring under markytta används tjära för behandling av trä för ökad livslängd. När obehandlat trä ska målas används i första hand linoljefärg. Detta för att få en så giftfri miljö som möjligt.

Under hösten 2019 och vintern 2020 byggdes aktivitetsparken efter att ritningen godkännts av en besiktningsman som utgått från europanormerna EN 1176 - 1177. Ritningarna ändrades efter besiktningsmannens kommentarer för att följa EU-normerna. Efter färdigställandet av aktivitetsparken har besiktningsmannen även besiktigat på plats och några korrigeringar har gjorts. De stora tomma ytorna av så kallad EU-sand (strid sand), mellan de olika installationerna, är resultatet av de avstånd för fallutrymme som krävs enligt EU-normen.

Elever och lärares önskemål

Arbetet på Gröndalsskolan har gjorts i samverkan med skolgårdsgruppen som i sin tur haft kontakten med eleverna. En aktivitetspark fanns med på den prioriteringslista som upprättades i början av 2019.



I den här modellen har elever i åk 8 fått med sina önskemål om träningsredskap. Så kallade dips överst och benträning för hopp i stigande höjd.



Idéer kring träningsredskapen kom från idrottslärare och en befintlig träningsanläggning i kommunen.



I den här modellen har eleverna visat önskemål om att utveckla atriumgården. Sittplatserna och körsbärsträden är nu plats.

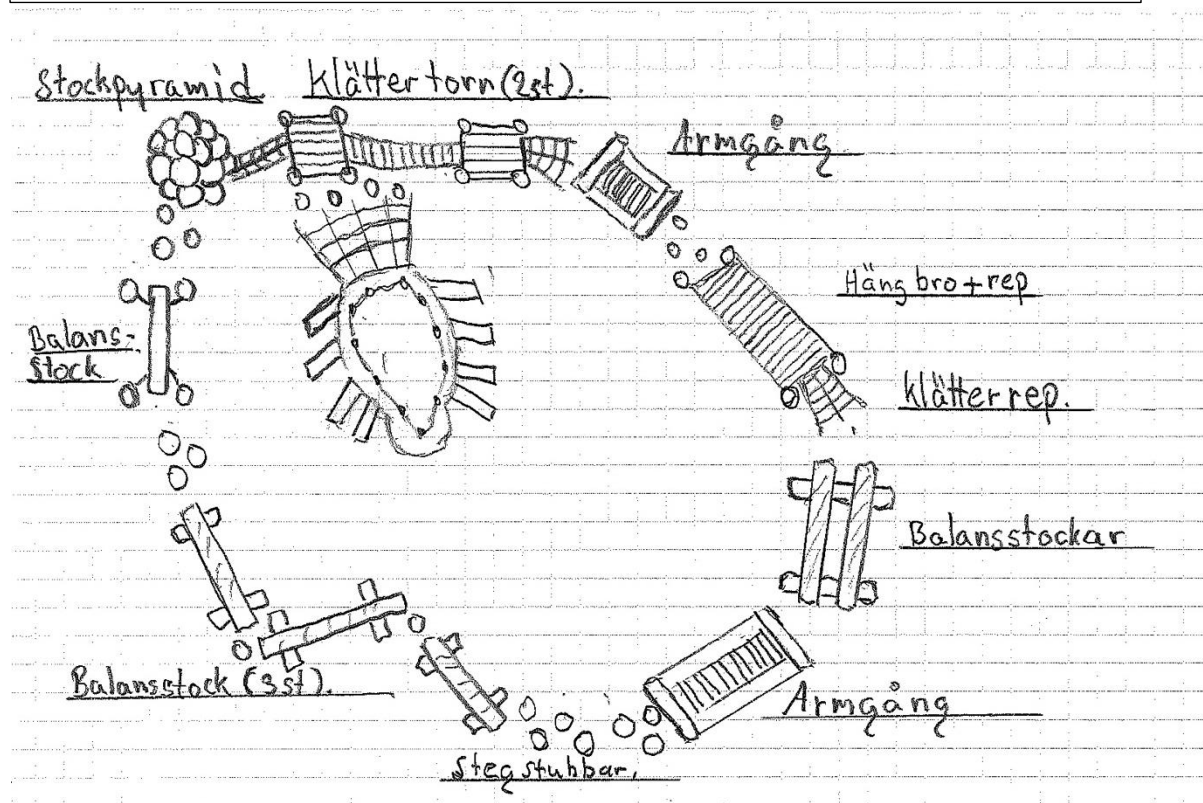


I den här modellen har eleverna visat önskemål om sittplatser. Dessa finns nu i ute på skolgården.

Översikt aktivitetspark uppifrån

Observera att skissen är schematisk. Delarna anpassades efter platsens egenskaper, till exempel de träd som finns i området. Måtten på ritningarna har inte heller kunnat följas helt, utan anpassats efter storlekarna på de stockar som funnits att tillgå och hur marken sett ut där stockarna förankrats.

Aktivitetspark för åk 4 – 9 har byggts av avbarkade och slipade stockar. De olika delarna har placerats med ett fritt avstånd av 300cm från varandra där det krävs fallutrymmen på 150 cm som inte får överlappa. Hela området är belagt med minst 30 cm strid sand.

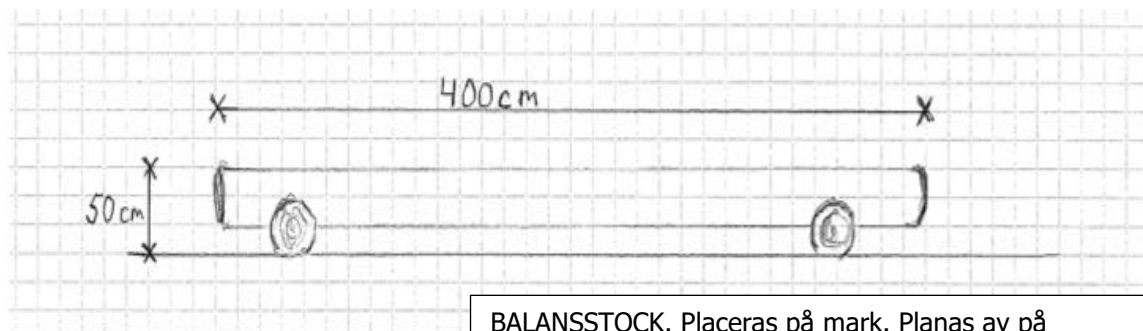


Ritning: Jan Jonsson

Redskap som står bredvid får ha överlappande fallutrymme såvida inte redskapet ger en så kallad "framtingad rörelse", t.ex. gunga eller gungbräda. Avstånden mellan redskapen kan variera mellan 150 - 300 cm på alla sidor beroende på redskapets höjd. Fallunderlaget ska bestå av strid sand 0,25 - 8 mm eller råbark 20 - 80 mm. Minst 30 cm lagerdjup i driftskede. Ytterligare 10 cm vid anläggning.

Utvecklingsanalys: Eleverna utmanas att ta risker genom denna aktivitetspark och de får träna på de grovmotoriska grundformerna t.ex. klättra, hänga, hoppa och balansera. De får möjlighet att träna på att göra sina egna riskbedömningar och ta kalkylerade risker. De provar sina fysiska förmågor och blir medvetna om sina kroppsliga möjligheter och begränsningar. De får möjlighet att bygga upp en tillit till sina egna förmågor. Att utsätta sig för risker är en del av lärandet och är viktigt för att kunna bedöma risker i vuxen ålder. Att inte ha varit utsatt för risker under ungdomstiden kan utgöra en fara för sig själv och andra senare i arbetslivet och på fritiden.

Balansstock från sidan



BALANSSTOCK. Placeras på mark. Planas av på översida för bättre fotstöd.

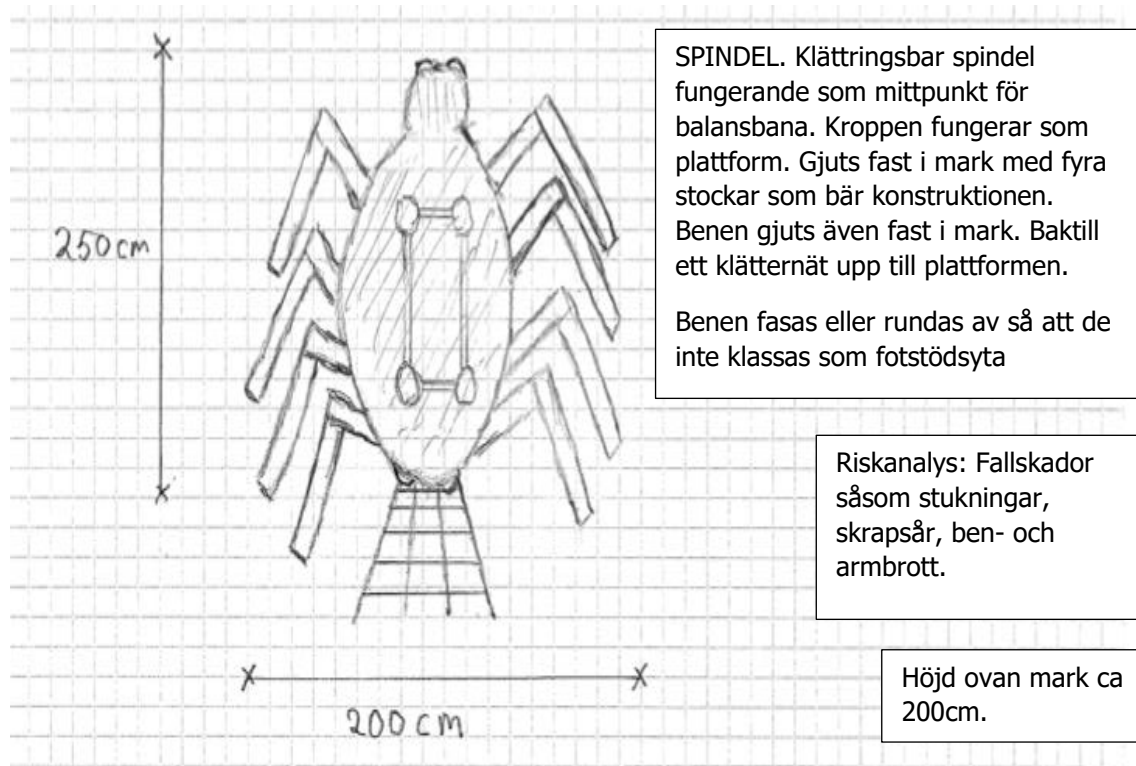
Ritning: Jan Jonsson

RISKANALYS: Att falla med risk för skrubbsår och stukningar.

Fallutrymmet skall vara minst 150 cm mätt från ytterkanten på redskapet.



Spindel uppifrån



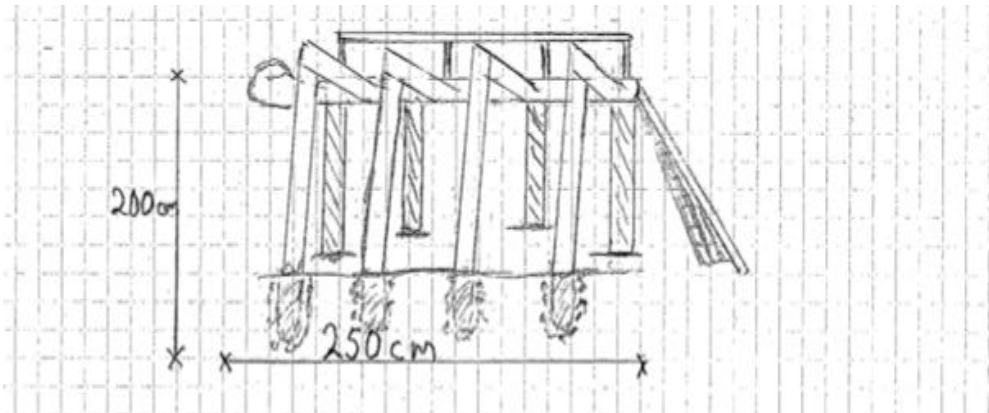
Ritning: Jan Jonsson

Redskapet måste kompletteras med bl.a. barriärer om höjden överstigen 60 cm. Fallutrymmet skall vara minst 200 cm mätt från ytterkant. Fallunderlaget ska bestå av minst 30 cm strid sand.



Slutliga mått blev:
Längd: 390 cm
Bredd: 400 cm
Höjd: 180 cm
Räckets höjd: 75 cm

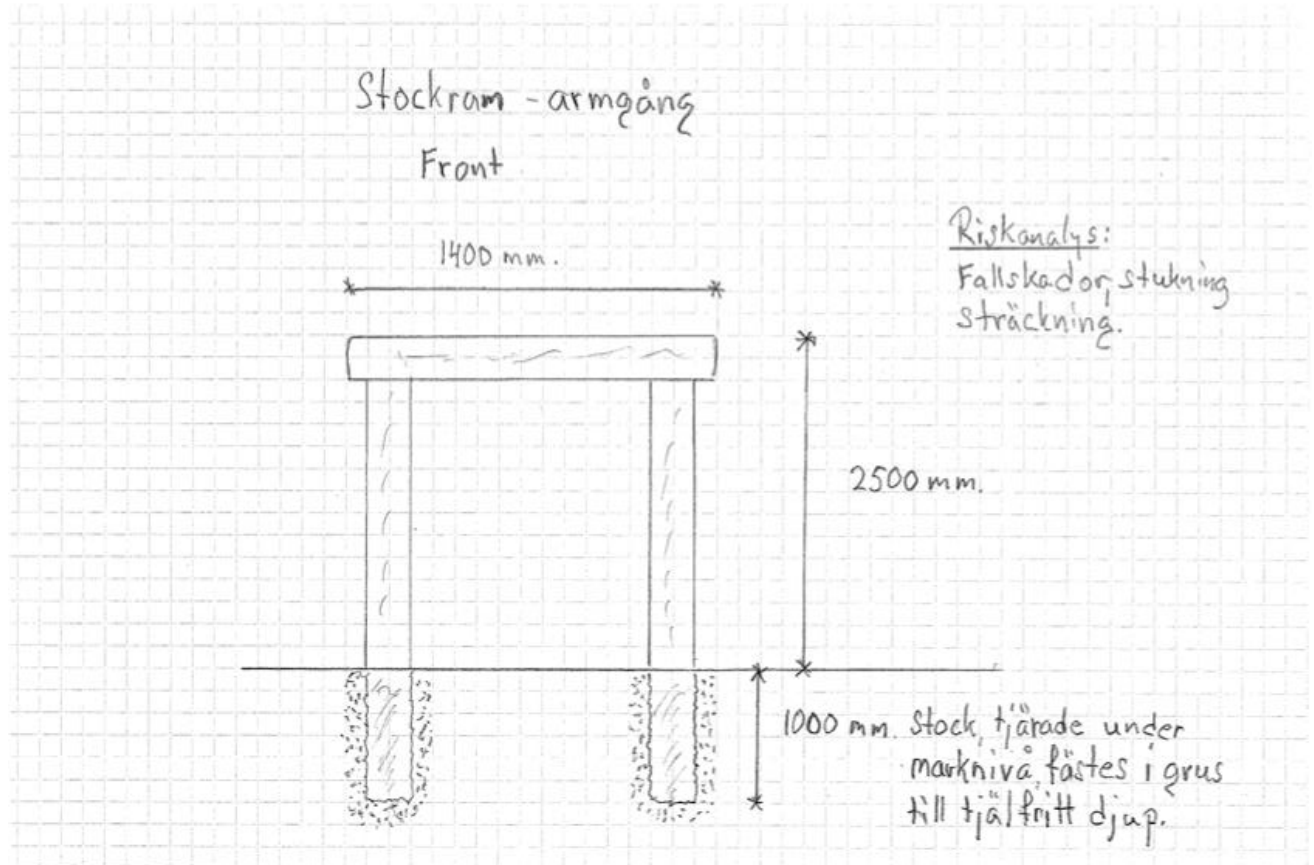
Spindel från sidan



Spindel byggd av stockar och Organowood. Konstruktionen vilar på fyra stockar som gjuts fast i mark. Spindelbenen gjuts även fast i mark. På ryggen av spindeln byggs en plattform av Organowood. I bakre änden fästs ett klätternät för tillträde av plattformen. Plattformen kompletteras med räcke på alla sidor utom mot nätet. Räckets höjd skall vara minst 70 cm. Öppningen mot nätet får vara max 50 cm brett såvida inte det finns ett skyddsräcke över öppningen.



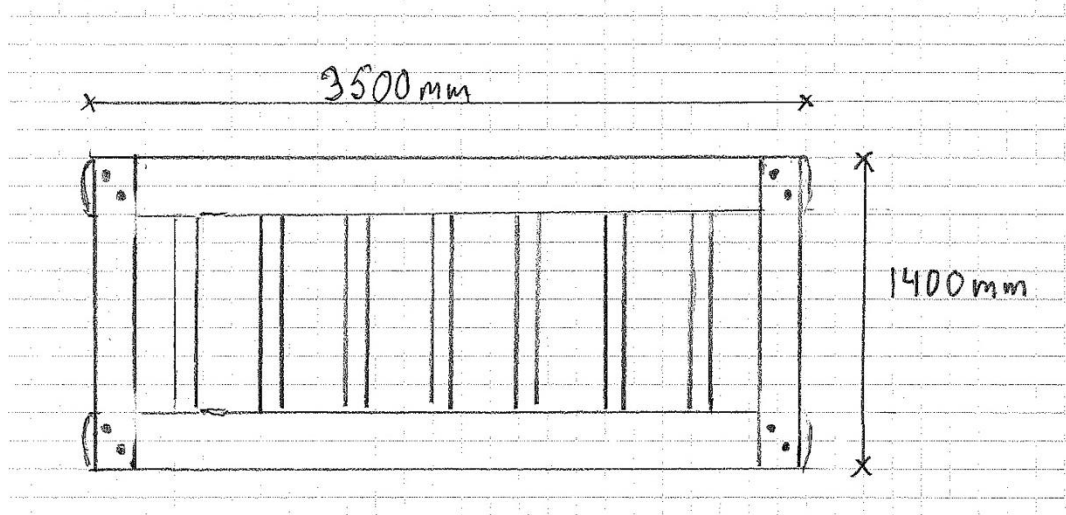
Armgång framifrån 4 - 9



Ritning: Jan Jonsson

Fallutrymmet skall vara minst 150 cm mätt från ytterkant. Fallunderlaget ska bestå av minst 30 cm strid sand.

Armgång uppifrån



Greppribbor av rundstav 44 mm.

Riskenalys: Sträckning av muskler, fallskada som t.ex. stukningar.



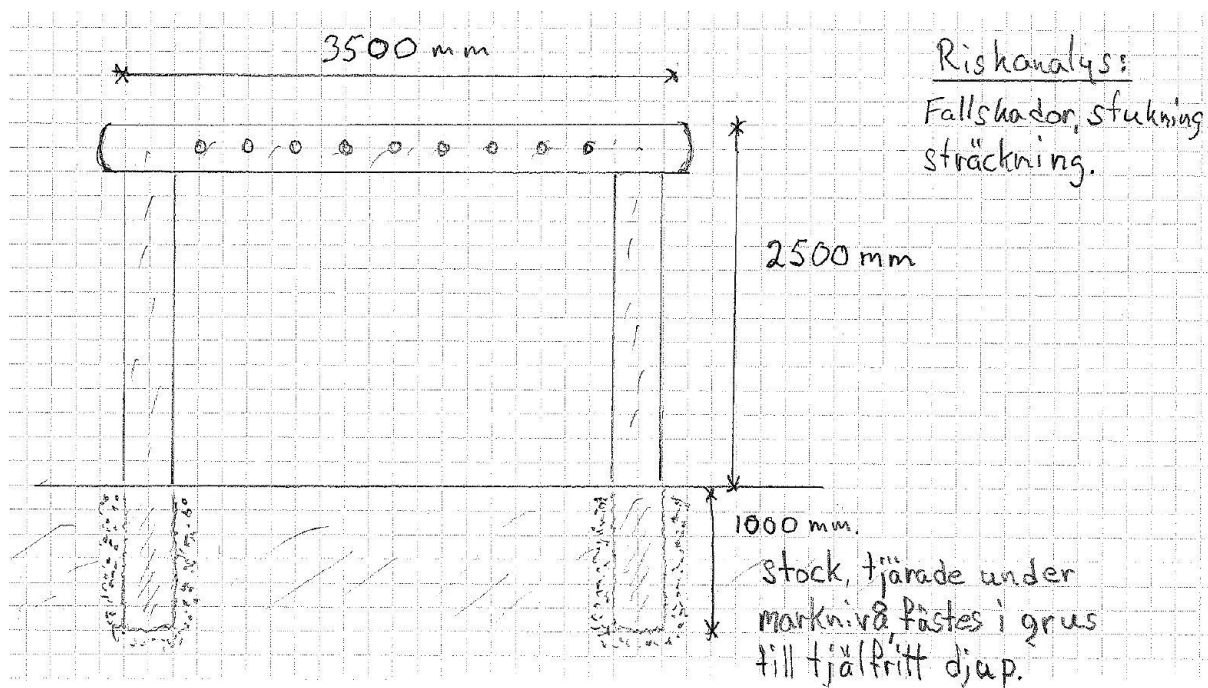
Slutliga mått blev:

Längd: 410 cm

Bredd: 200 cm

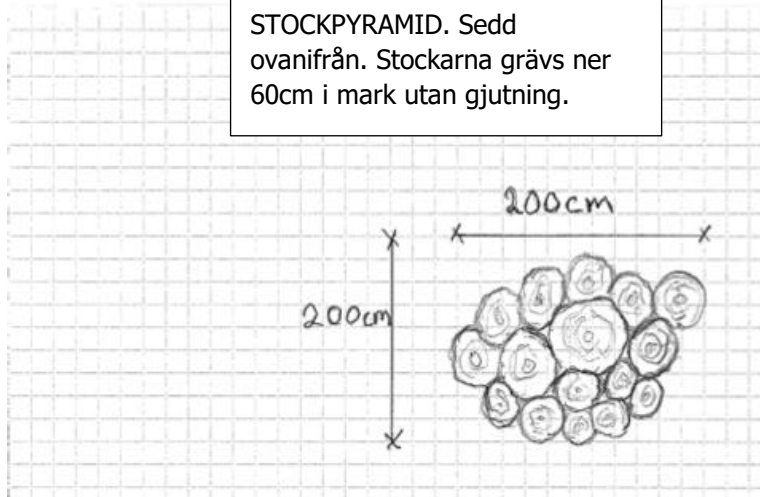
Höjd: 220 cm

Armgång från sidan



Stockpyramid uppifrån

STOCKPYRAMID. Sedd ovanifrån. Stockarna grävs ner 60cm i mark utan gjutning.



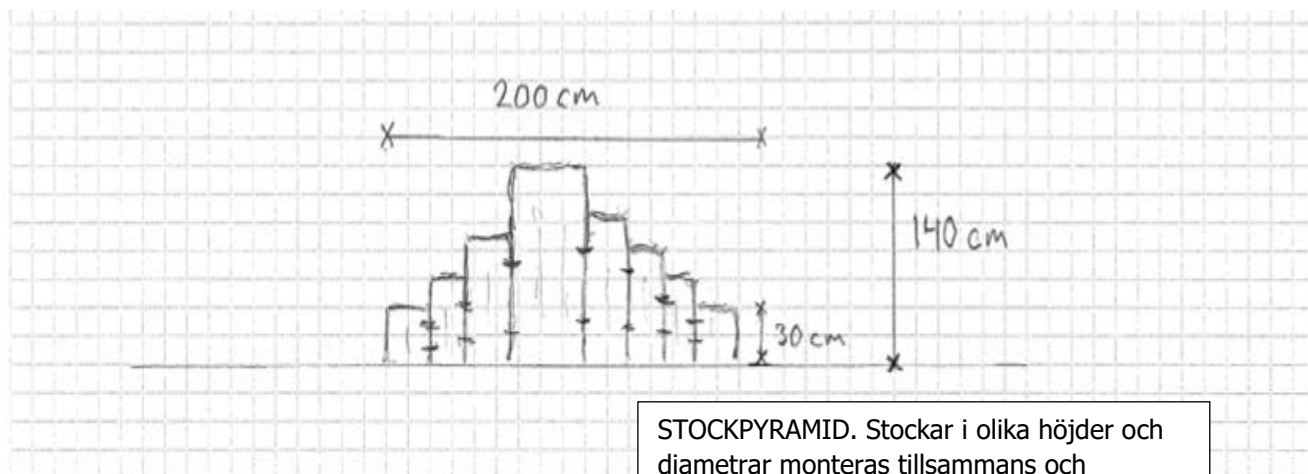
RISKANALYS. Att falla med risk för stukningar, skrubbsår, blåmärken eller benbrott.

Ritning: Jan Jonsson



Slutliga mått blev:
Längd: 175 cm
Bredd: 175 cm
Höjd: 200 cm
Lägsta höjd: 80 cm

Stockpyramid från sidan



Ritning: Jan Jonsson

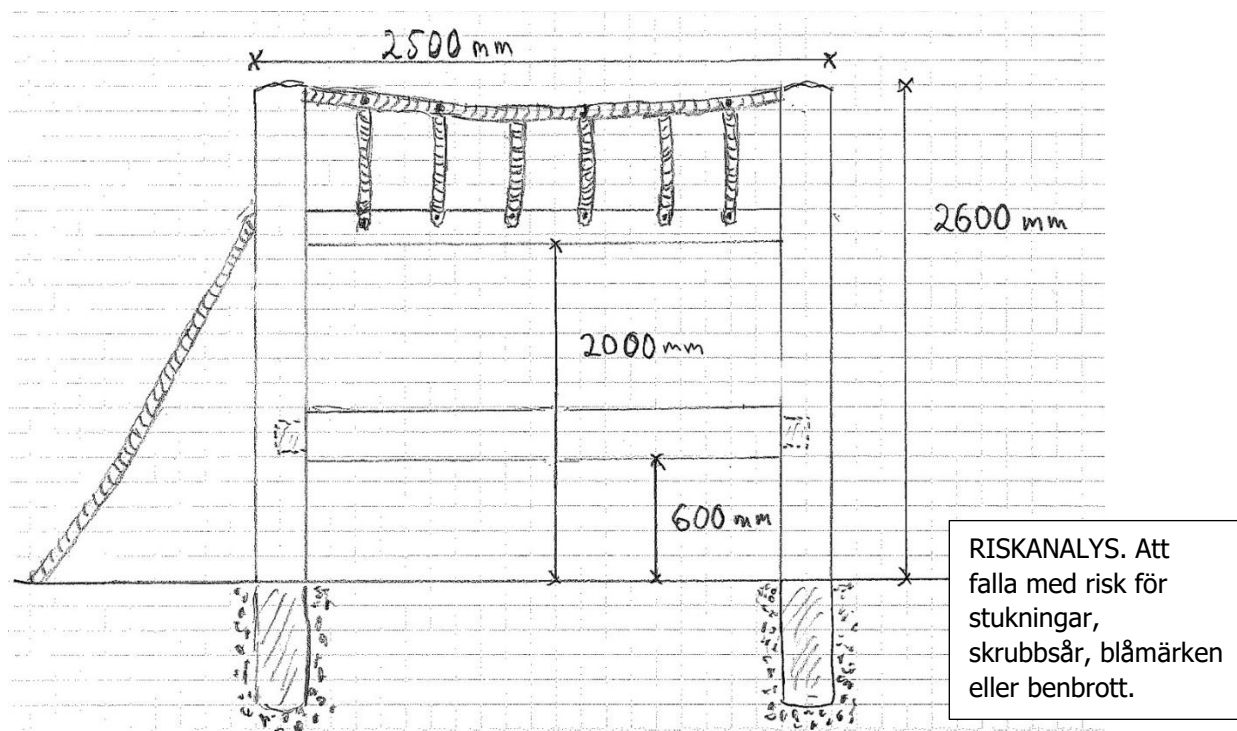
STOCKPYRAMID. Stockar i olika höjder och diametrar monteras tillsammans och förankras i varandra med järndubb.

Grävs ned 60cm i mark utan gjutning.

Lägsta stocken skall vara minst 40 cm hög ovan mark för att redskapet inte skall klassas som lättillgängligt för mindre barn.



Hängbro från sidan



Fallutrymmet skall vara minst 190 cm mätt från ytterkant. Fallunderlaget ska bestå av minst 30 cm strid sand.

Gångdelen av bron bestående av kraftigt rep med fastgjorda plankor. Rep att hålla i är 800 mm ovan gångytan. Stockar är tjärade och fästa i grusad mark på tjälffritt djup, minst 1000 mm.

OBS Bron måste sänkas till under 200 cm höjd med föreslagen utformning.
Öppningarna på bron får vara max 50 cm

Här ändrades utformningen under arbetets gång. Alla typer av rep togs bort från konstruktionen och anpassningar gjordes efter besiktningsmannens kommentarer.

Slutliga mått blev:

Längd: 460 cm

Bredd: 200 cm

Höjd: 170 cm

Räckets höjd: 75 cm



Repgunga



Slutliga mått blev:

Bredd: 200 cm

Höjd: 225 cm

Sviktbräda



Slutliga mått blev:

Längd: 400 cm

Höjd: 50 cm



Hoppkubbar



Slutliga mått blev:

Höjder:

25 cm

40 cm

45 cm

50 cm

55 cm

80 cm

Dips



Slutliga mått blev:

Bredd: 90 cm

Höjd: 140 cm

Stocklyft



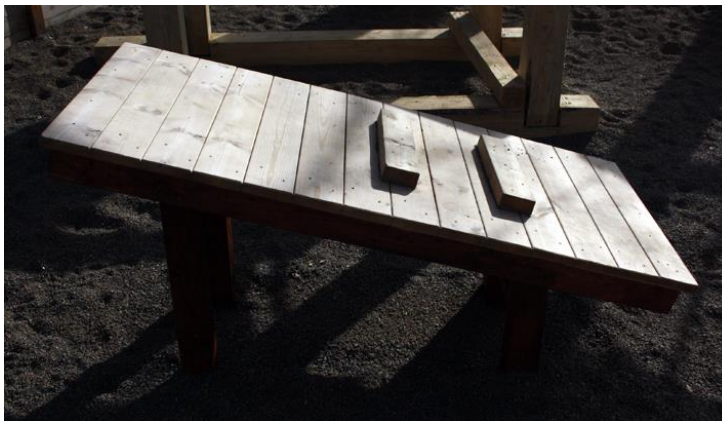
Slutliga mått blev:

Längd: 280 cm

Bredd: 140 cm

Höjd: 150 cm

Rygglyft



Slutliga mått blev:

Längd: 165 cm

Bredd: 75 cm

Höjd: 40 – 90 cm

