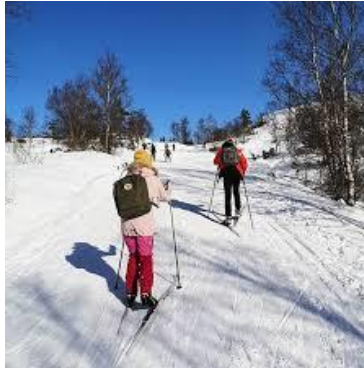


# Valgfaget friluftsliv

---

Liker du å være ute i naturen? Kan du tenke deg å dra på turer i skog og mark?



Friluftsliv handler om at elevene skal utvikle turglede og respekt for naturen og naturressursene. Faget skal gi elevene forståelse av mangfoldet i naturen. Faget skal også bidra til å fremme fysisk og psykisk helse ved å gi elevene erfaring med å bruke naturen til rekreasjon og aktiviteter. Videre skal faget styrke elevenes evne til å ta vare på seg selv og andre i naturen.

Valgfaget er først og fremst et **utefag**, og du må ha utstyr som passer til dette: Turklær til all slags vær, støvler, ski-utstyr, og gjerne også fiskeutstyr, skøyter mm. (Vi kan hjelpe til med å låne f.eks skiutstyr og skøyter hvis du mangler dette).

## Kompetansemål fra læreplanen:

- ferdes i naturen på en trygg og sporløs måte og ta ansvar for seg selv og andre
- planlegge og gjennomføre turer ute til ulike årstider, også med overnatting, og gjøre rede for valg av rute og leirplass
- holde orden på og vurdere bruk av utstyr og bekledning
- fiske, jakte eller høste fra naturen og fortelle hvordan naturressursene kan brukes og oppbevares
- reflektere over etisk og bærekraftig bruk av naturressurser
- forstå og bruke teknikker knyttet til kart og kompass, bålpyring, knuter, førstehjelp og redskaper
- gjøre rede for allemannsretten og bestemmelser som regulerer ferdsel i og bruk av naturen