

Dagbok från utbildningsdagar på Ramsvik 22-24/6 2009

Dag 1, måndag 22/6

Tveksamma om vi kommit rätt gled vi in på Ramsviks Övergård och fick ett vänligt mottagande av Anders, som efter handskakning gav oss i uppdrag att leta rätt på vårt matlag och installera oss i en av stugorna. Vi fick sedan information att vi skulle packa med oss det vi behövde för att vara ute hela dagen och att vi skulle vara tillbaka kl. 18.00.

Anders skickade iväg matlagen allteftersom vi var färdigpackade. Vårt matlag var först ut och vi fick en kort vägbeskrivning vart vi skulle gå och ett uppdrag att försöka börja fundera lite på hur vi skulle kunna få till en fika av det som stod på plats. Det var två gasolbrännare, en dunk vatten, en wokpanna, en kaffepanna, ett paket muffinsmix och lite annat smått och gott. Vad kan det bli av detta? Med gemensamma krafter och lite tips från Anders blev det wokpannestekta muffins med pumpafrön och russin serverade med kaffe eller te.

Pinnpresentation

Vi ställde upp oss i ring, som en melon. Med hjälp av en pinne, som tecken för vem som ska prata, presenterade vi oss med namn och var vi kom ifrån allteftersom vi fick pinnen som kastades lite kors och tvärs i ringen. Efter presentationen skulle vi leta rätt på den i gruppen som bodde längst bort ifrån oss själva. Därefter gick vi vidare efter Anders och fick chansen att prata lite med den vi hamnat i par med.

Vi fortsatte vår promenad mot Grosshamn med övningen Kamera-Fotograf. Hela tiden hamnade vi i nya grupper eller par så att vi fick prata med nästan alla. Väl framme vid huset på Grosshamn som med dagens ögon och väder ligger idylliskt men som har ett väldigt utsatt läge var det dags för lunch. Man kan undra vad som drev någon att bosätta sig så långt från de gamla samhällena, rakt på hälleberget. I samband med lunchen fick vi en genomgång av Trangiaköket. Hålen skall vara mot vinden, man skall alltid ta ur brännaren innan man fyller på den och flaskan med t-sprit skall ligga minst 2 meter bort från köket, för att förhindra olyckor.

Efter lunch får vi den enkla uppgiften att räkna till tre...

Vi ställer upp som till leken "sista paret ut" men vänder oss mot vår parkompis så att vi står på två rader, bredvid varandra. Varje par, som nu står mittemot varandra räknar tillsammans till tre genom att man säger varannan siffra. När man kommer till tre börjar den andre om på siffran ett igen. Stegvis byter vi ut siffrorna mot olika rörelser ex.vis jämfotahopp, klapp på låren eller klapp på huvudet. Det låter ju enkelt men skapar lite frustration och mycket skratt.

Detta var introduktionen till en övning med metersystemet och geometri. Vi blir indelade i grupper tre och tre. Första uppdraget blir att mäta avståndet från där vi står till ett uppmärkt ställe med hjälp av oss själva (kroppen). Varje grupp får sitt eget ställe att mäta avståndet till. Efter detta får vi kontrollmäta med måttband. Vi får sedan i uppdrag att med hjälp av måttbandet hitta delar på kroppen som motsvarar måtten 1 cm, 1 dm och 1 meter.

När vi är klara med det får vi lämna tillbaka måttbanden och får uppgiften att skapa en cirkel, en kvadrat och en triangel med givna mått. Klurigt!



Under promenaden tillbaka till [Ramsviks Övergård](#) diskuterade Friluftslivets historia och skapade ett antal frågeställningar för vidare litteratur diskussioner.

Efter middagen avslutades dagen med en genomgång av det kommande examinationsarbetet och dagen avslutades hastigt när knotten anföll.

Dag 2, tisdag 23/6

Vi vaknar till en somrig dag och äter frukost på den soliga altanen. Efter en kort samling blir det promenad till en plats under ekarna i kohagen.. Väl där uppmanas vi att fundera ut ett ord som beskriver dagen och de förväntningar vi har inför den. Anders antecknar våra ord och vi får veta att ordet på något sätt kommer att återanvändas under dagen.

Sedan introducerades vi i en reflektionsövning som först sker enskilt och sedan i grupp om tre personer. Övningen ska inleda varje dag framöver och gruppen om tre personer ska vara densamma.

- Skriv ned tre saker som du tar med dig från gårdagen. Det kan vara något du lärt dig eller uppmärksammat.
- Skriv ned något som du vill bli bättre på.

Tiden går fort på Ramsvik så nästa gång vi träffades var det dags för fika. Men det är en kreativ grupp så det blev litteraturprat samtidigt. Något av allt som kom upp kring boken Friluftslivets historia var:

- Skillnaden mellan uteliv och friluftsliv
- Organiserat och oorganiserat friluftsliv
- Sveriges friluftslivshistoria
- Vem utövar friluftsliv?
- Friluftsliv utifrån ett skolperspektiv

Kartpromenad och prat om rädslor

- Vilka rädslor tror ni att deltagare har för att gå ut i naturen?
- Vilka rädslor har ni som ledare?

Vi promenerade och diskuterade tillsammans med någon i gruppen som vi inte hade samtalat så mycket med under dagen. Väl framme vid lunchplatsen satt vi en ring och samtalade om rädslor.

- Vi pratade bl.a. om vikten av avdramatiserandet av toalettbesök i naturen, höjdskräck och att okunskap om naturen föder rädsla.

Mätta och belåtna var det dags att på allvar se och lära ur landskapet. Vi arbetade oss ner för berget och över en orkidéäng med ett rullande naturspår. En enkel övning som inte kräver så mycket utrustning men som på ett enkelt sätt förmedlar kunskap från gruppmedlemmarna och landskapet. Kedjan rullar tills alla par har fått lyssna på alla och berätta om varsin växt, både namn och kuriosa.

Promenad tillbaka mot Ramsviks övergård

Här fick vi själva bestämma tempot den sista biten. Några i gruppen passade på att ta ett svalkande dopp för att sedan promenera tillbaka medan några åkte bil den sista biten och började förbereda middagen.

Dagen avslutas med att vi samlas ute i trädgården och får återigen ange varsitt ord som anknyter till dagen. Anders sätter samman våra ord från förmiddagen med kvällens ord till en dikt.

Dag 3, onsdag 24/6

Efter frukost, städade vi ur och lämnade våra stugor för att samlas vid P-plats Grosshamn kl.09.00. Väl där blev det en liten morgonstart i form av en meditativ blomma som åtföljdes av 3+, deltarefleksionen.

Promenad ner till huset där vi fick ställa oss som om vi skulle leka sista paret ut och vände oss näsa mot näsa och lekte ”sten, sax, påse. Bäst av tre. Indelning igen tills vi hade fyra grupper. Därefter fick vi ställa oss avskilt för att få ett temaord var. Det var Språk, Hälsa, Landskap och Historia. Vi skulle göra någon form av gruppaktivitet som bara fick ta 17 minuter att genomföra. Vi drog lott om vem som skulle börja. Det blev **språkgruppen** som började med en skrivövning där våra kroppar skulle användas som bokstäver.

Fika och prat inför paddelturen på Kornsjö.

Nu var det dags för **Hälsa**. Vi blev indelade i tre grupper. En om kost, en om träning, en social träning. Grupperna fick laga två rätter - en nyttig och en onyttig med hjälp av växter och annat på platsen, springa och mäta pulsen, samt ge varandra massage.

Historiegruppen delade in oss i samma grupp som tidigare och vi fick dramatisera en historisk händelse som vi kunde se spår av på platsen. Det blev mycket skratt och fniss och det som redovisades var knotttillverkning av granit, andra världskriget och det kalla kriget.

Landskapsgruppen ställde upp oss framför ett motiv och lät oss "ta en bild" som vi skulle återskapa med våra kroppar.



Sedan fick vi i våra smågrupper dramatisera ett landskap som någon i gruppen kom ifrån: Östergötland, Värmland, och Västergötland.

Flasklek

Vi samlades och ställde oss mot varandra i två led som förut. Alla skulle blunda, utom de två närmast Anders, som kastade krona – klave med ett burklock. När det blev "krona" var det dags att klämma sin granne i handen. Sista paret i ledet kastade sig efter en flaska. Vinnande lag var det som fångade flaskan först.

Lunch

Janne och Lotta passade på att ta ett dopp.

Allemansrätten

Vi samlades på klipporna och diskuterade det vi läst i "Allemansrätten". Anders frågade bl.a. om vi fick göra det vi gjorde dvs. om det är berättigat att hålla kursen i det landskapet som vi befann oss i.

Avslut

Vi samlades i ring på ängen och fick varsin tamp att göra en råbandsknop med en hand tillsammans med grannen. När det var klart fick vi hänga och dra för att se om vi gjort rätt. Sedan nystade vi upp repen och man fick berätta vad man lärt sig och tagit till sig på kursen under tiden man nystade sin tamp. Anders avslutade med några väl valda ord och vi kände oss lite vemodiga. Vi tog farväl och såg fram emot att få träffas igen vid Kornsjön.

Hemfärd cirka 15.45