RETTLEIAR FOR LEIKE- OG AKTIVITETSOMRÅDE

Volda kommune

Vedteke av kommunestyret i Volda 14.02.2019



1 INNHALD

1	INNHALD	s. 2
2	INNLEIING	s. 3
2.1	Bakgrunn	s. 3
2.2	Mål for arbeidet	s. 3
2.3	Kva er eit leike- og aktivitetsområde?	s. 3
2.4	Kvifor utvikle gode leike- og aktivitetsområde?	s. 3
2.5	Metode	s. 5
3	FØRINGAR	s. 7
3.1	Føringar i kommuneplanen	s. 7
3.2	Aktuelle lover og rikspolitiske retningsliner	s. 7
3.3	Forskrifter og standardar	s. 8
3.4	Fylkesmannen sine råd i plansaker	s. 8
3.5	Andre føringar og kunnskapsgrunnlag	s. 8
4	LEIKE- OG AKTIVITETSOMRÅDE MED KVALITET	s. 9
4.1	Medverknad	s. 9
4.2	Val av tomt	s. 10
4.3	Arealutforming	s. 10
4.4	Terreng	s. 11
4.5	Vegetasjon	s. 12
4.6	Klatretre	s. 13
4.7	Gjenstandar og materialar	s. 14
4.8	Leikeapparat og installasjonar	s. 15
4.9	Om uteopphaldsareal i byggteknisk forskrift	s. 18
4.10	Tryggleik	s. 20
5	KRAV OG RETNINGSLINER	s. 21
5.1	Hierarki	s. 21
5.2	Minste uteopphaldsareal (MUA)	s. 22
5.3	Felles krav til nær- og kvartalsleikeplassar	s. 24
5.4	Krav til nærleikeplass	s. 25
5.5	Krav til kvartalsleikeplass	s. 26
5.6	Større aktivitetsområde	s. 27
6	TILSKOT	s. 30
7	KJELDER	s. 31



Sandvolleyball på Årneset. Foto: Torgeir Dimmen.

2 INNLEIING

2.1 Bakgrunn

Dei seinare åra har det vore stor etterspurnad etter bustadtomter i Volda, og nye bustadfelt har kome til. I samband med all utbygging er det krav om areal til leik og aktivitet for barn og unge, og kommunen har sakna gode retningsliner for lokalisering og utforming av desse.

Volda kommune er i gang med rullering av kommuneplanen sin arealdel. I planprogrammet for arealdelen står det at krav til kvalitet og utforming av leike- og aktivitetsområda skal takast med i arealdelen. Denne rettleiaren inneheld krav og retningsliner, inkludert ein meir utfyllande omtale av viktige tema.

2.2 Mål for arbeidet

Ein har definert fylgjande mål for arbeidet:

- Medverke til tydelegare retningsliner for leike- og aktivitetsområde i kommunen.
- Medverke til å auke kvaliteten på leike- og aktivitetsområda i kommunen.
- Inspirere og gi gode døme til innhald og utforming av leike- og aktivitetsområde.

Dokumentet skal ligge til grunn for kommuneplanen sin arealdel og framtidige reguleringsplanar. Dokumentet skal også gje føringar for handsaming av enkeltsaker.

Målgruppe for rettleiaren er planleggarar, sakshandsamarar, private utbyggarar, grendalag og andre som har ansvar for å planlegge, bygge eller ruste opp leike- og aktivitetsområde.

2.3 Kva er eit leike- og aktivitetsområde?

Leike- og aktivitetsområde er område som vert nytta til leik eller ei eller anna form for aktivitet. Både leikeplassar i bustadområda, uteområde tilknytt barnehagar og skular, nærmiljøanlegg, badeplassar, skianlegg og andre idrettsanlegg vert rekna som leike- og aktivitetsområde, uavhengig reguleringsformål. Ved å nytte omgrepet "aktivitetsområde" ynskjer ein å synleggjere at ein ikkje berre snakkar om område tilrettelagt for barn, men om område som også kan vere tilrettelagt for andre aldersgrupper.

I denne rettleiaren vert det stilt krav til uteopphaldsareal, nærleikeplassar og kvartalsleikeplassar. Desse områda skal vere regulert til uteopphaldsareal eller grønnstruktur i kommuneplanen sin arealdel eller i reguleringsplanar (med til dømes underformål leikeplass, friområde eller park). Rettleiaren inneheld også retningsliner for uteområde knytt til barnehagar og skular.

2.4 Kvifor utvikle gode leike- og aktivitetsområde?

Ein av samfunnet sine største oppgåver er å legge til rette for at barn og unge har tilgang til gode oppvekst- og nærmiljø. Moglegheit til å leike, være i fysisk aktivitet og få stimulert sanseapparatet heng nøye saman med barn si utvikling. Barn treng vaksenpersonar rundt seg som tek i vare desse grunnleggande behova.

Varierande kvalitet
I Volda har det lenge vore vanleg praksis å sette av areal til leike- og aktivitetsområde i bustadområda. Eit registreringsarbeid utført sommaren 2014 viser at kvaliteten på desse områda varierer. Etter kvart som bumønster vert endra og generasjonar av barn og unge "veks ut" av tidlegare etablerte bustadfelt, vert nokre leikeplassar liggande brakk. I buområda i Volda kan ein sjå mange døme på areal sett av til leikeplassar, som ikkje er heldt ved like eller har den funksjonen som var tiltenkt. Nokre av areala sett av til leikeplassar er også "restareal", som er vanskeleg å nytte til leik fordi dei til dømes er for bratte eller ligg tett inntil trafikkerte hovudårer.

Sjølv om nokre av leikeplassane i dag er dårleg halde ved like, må dei likevel sjåast på som ein ressurs for framtida. Nokre stader i Volda er det døme på "generasjonsskifte" i bumiljøa, der fleire barnefamiliar kjem flyttande og ynskjer å gjere noko med dei gamle, nedslitne leikeplassane. Ein ser også fleire stader at leike- og aktivitetsområda har viktige funksjonar i buområda, der naboar møtast og barn leikar og utfaldar seg i lag med andre.

Attraktive buområde
Gode leike- og aktivitetsområde er med på å gjere buområda meir attraktive. Leike- og aktivitetsområde i buområda er uformelle møteplassar der folk kan møtest på tvers av generasjonar, kultur, nasjonalitet, interesser eller meistringsnivå. Barn vert kjent med

andre barn, barn vert kjent med foreldra til andre barn, nytilflyttarar vert kjent med andre i nabolaget eller pensjonistar kan sjå nabobarna leike. Den sosiale funksjonen til eit leike- og aktivitetsområde er verdifull for alle aldersgrupper, sjølv om det er vanskeleg å måle den i pengar.

Alle aldrar

Volda kommune ynskjer å ha fokus på at uteområde er viktig for alle aldersgrupper, ikkje berre for barn. Ei slakk-line, eit volleyballnett eller ein buldrevegg kan til dømes vere attraktive "leikeapparat" for ungdommar eller studentar. Dei seinare åra har det i Noreg vakse fram fleire døme på aktivitetsparkar og utandørs trimapparat tilpassa vaksne og eldre.

Einsemd er eit aukande problem i befolkninga, mellom andre blandt eldre og studentar. Det å vere ute, få frisk luft, ha moglegheit til å sitte på ein benk og prate i lag med andre, eller få vere i fysisk aktivitet i nærområda er viktig for både barn, ungdommar, studentar, vaksne og eldre. Ulike aldersgrupper har forskjellige behov og interesser. Uteområda bør vere tilpassa ulike grupper, og ein bør sikre kvalitet både på leikeplassar og uteopphaldsareal. I denne rettleiaren er det forsøkt å ha fokus på fleire aldersgrupper når ein snakkar om leike- og aktivitetsområde, ikkje berre barn og unge.

Fysisk aktivitet

Mennesket sin kropp er konstruert for rørsle, og allereie frå spedbarnsalderen er læring av ulike rørsler ein viktig del av barn sin utvikling. Utvikling av dei grunnleggande røyrslene som å krabbe, gå, løpe, hoppe og hinke kjem ikkje av seg sjølv, dei må lærast. Fysisk aktivitet er naudsynt for normal vekst og utvikling hos barn og unge. Det er dei vaksne sitt ansvar å legge til rette for arenaer der barn får høve til dette.

Fysisk aktivitet er kjelde til helse og livskvalitet også hos vaksne. Regelmessig fysisk aktivitet har positive helseeffektar både fysisk, psykisk og sosialt. Lite fysisk aktivitet og stillesitting er samtidig ein risikofaktor for å utvikle ei rekke helseplagar, som til dømes diabetes type-2, overvekt og fedme, hjarte- og karsjukdommar og fleire kreftformer. Fysisk aktivitet er ei “ferskvare” som må haldast ved like ved dagleg bruk. Grunnlaget for aktivitetsvanar vert lagt i barne- og ungdomsåra.

Statistikk viser at aktivitetsnivået i befolkninga er lågt, sosialt skeivfordelt og har ei negativ utvikling. Folkehelsestatistikken for Volda viser at dette også er ein trend lokalt. Kommunar og fylkeskommunar har etter folkehelselova ansvar for å legge til rette for innbyggjarane sitt behov for fysisk aktivitet. Det inkluderer mellom anna å planlegge for omgjevnadar



Alle sansane våre er verkty for å erfare, lære og innhente ny kunnskap. Foto: Regine S. Aklestad

som inviterer til leik og fysisk aktivitet i nærmiljøa, i barnehagar og på skular. Ein veit at kvalitetar i nærmiljøa har stor innverknad på grad av fysisk aktivitet.

Sansestimuli
Menneske har fem sansar; syn, hørsel, lukt, smak og følesans. Desse sansane nyttar vi for å utforske verda rundt oss. Sansane er verkty for å erfare, lære og innhente ny kunnskap. Alle sansane våre stimulerer til vekst og modning via oppretting av nye forbindelsar (synapsar) i hjernen. Difor er det viktig at barn stimulerer alle sansane for å skape modning og utvikling. Barn nyttar sansane for å bygge sjølvkjensle og kunnskap om seg sjølv. Kroppen og sansane er eit utgangspunkt for å leve, leike, lære og skape. Leike- og aktivitetsområde er viktige arenaer der barn kan verte kjent med sansane sine, utandørs. Dei kan sjå haustfargane på trea og høyre vinden som raslar i blada. Dei kan lukte på markblomar, smake på villbringebær og kjenne forskjell på vått og tørt, kaldt og varmt, ruglete og glatt. Sansestimuli har også ein førebyggande og restituerande effekt på vaksne.

Kontakt med natur
Barn har gjerne ei eiga evne til å sjå detaljar, og maur, meitemark og marihøner vert ofte lagt merke til. I vegetasjonen lever det mange slags insekt og småkryp som er spennande å oppdage, og viktige for å vekke barn si interesse for natur. Opplevingar i naturen utviklar sansane og gir næring til språket. Kontakt med natur og vegetasjon har stor innverknad på menneske (både vaksne og barn) si mentale og psykiske helse.

Natur, miljø og ferdselsårer
Areal avsett til leike- og aktivitetsområde har ein viktig funksjon knytt til natur og miljø i tettbygde strok. Dei kan til dømes vere viktige i samband med handtering av overflatevatn, eller bidra til ein samanhengande grøntstruktur og oppretthalde viktige økologiske samanhengar. Dei kan også fungere som snarvegar og viktige ferdselsårar for mjuke trafikantar.

Investering for framtida
Å legge til rette for gode leike- og aktivitetsområde er mellom anna viktig for å skape gode bumiljø, vere ein sosial arena, stimulere til meir fysisk aktivitet og gi innbyggarar moglegheit for dagleg kontakt med natur og gode sanseopplevingar. Vi har eit ansvar for å gi barn og unge gode oppvekstvilkår i eit moderne samfunn. Det er ei investering for framtida.

2.5 Metode

Folkehelsekoordinator Berit Koen starta på arbeidet med rettleiaren. Arbeidet er vidareført av planleggar Regine Solberg Aklestad, m.a. i samarbeid med kommunen sin barne- og ungerepresentant Nina Hovden Eidheim og Steinar Ose Velle, og folkehelsekoordinator Ulrik Vik Nakken. Ein har undervegs i arbeidet hatt fleire møte med arbeidsgruppa for kommuneplanarbeidet, andre planleggarar og representantar for teknisk sektor (både prosjektleiarar og ansvarlege for drift og vedlikehald ved skuler og barnehagar). I tillegg har ein hatt dialog med Ørsta kommune og andre grannekommunar i dette arbeidet.

Dokumentet vart sendt på høyring 05.06.2018 og vedteke av kommunestyret 14.02.2019.

Kartlegging av leike- og aktivitetsområde
Sommaren 2014 gjennomførte kommunen ei kartlegging og registrering av alle leike- og aktivitetsområda i kommunen. Sommarstudenten som utførte arbeidet kartla alle områda i kommunen sin kartdatabase. Arbeidet inkluderte feltarbeid med fotodokumentasjon og registrering av innhald, bruk og status på dei ulike områda. I tillegg vart det gjennomført eit medverknadsprosjekt der ein henta innspel frå barn og unge. Dette registreringsarbeidet viser at ein har mange areal avsett til leikeareal i kommunen, men kvaliteten på områda varierar. Kartleggingsarbeidet har vore eit viktig bidrag og bakgrunnsdokument for denne rettleiaren, og vil vere viktig også i framtida ved vidare utvikling av leike- og aktivitetsområde.

Nærmiljø og lokalsamfunn som fremmar folkehelse
Volda kommune er med i prosjektet "Nærmiljø og lokalsamfunn som fremmar folkehelse", eit treårig prosjekt i regi av Helsedirektoratet. Volda kommune har i dette prosjektet valt å fokusere på tema "barn og unge" og "medverknad". Høgskulen i Volda har vore ein tett samarbeidspartnar.

Hausten 2017 og våren 2018 gjennomførte kommunen barnetrakk på Bratteberg skule, Øyra skule, Vikebygda skule og Volda ungdomsskule. Til saman 134 skuleelevar registrerte viktige ferdsels- og aktivitetsområde. Registreringsarbeidet vart digitalisert i samarbeid med studentar frå høgskulen.

Hausten 2017 arrangerte Volda kommune konferansen Barn og medverknad saman med Høgskulen i Volda. I etterkant av konferansen hadde studentar frå høgskulen feltarbeid ved skular og barnehagar i Volda. Studentane fekk i oppgåve å undersøke uteområda ved Øyra skule, Bratteberg

skule, Mork barnehage, Oppigarden barnehage, Sollia barnehage og Fotballfritidsordninga (FFO). I feltarbeidet skulle studentane registrere fysisk innhald og utforming av uteområda. Feltarbeidet inkluderte også medverknad med barn knytt til barnehagane og skulane. Studentane nytta ulike medverknadsmetodar; nokre intervjua barnehage- eller skulebarna, andre ba barna ta dei med på ei omvisning i uteområdet, og nokre nytta teikning som metode.

Kunnskap frå desse medverknadsprosjekta har vore nytta i arbeidet med å utforme denne rettleiaren.



På FFO i Volda har skulebarna snekra hytte sjølv.

Utdrag frå ein av studentrapportane:
"Når ungane skulle vise oss kva dei likte, var det den store haugen som var mest populær. Her viste dei oss ei hytte som dei hadde fått vore med å bygge. Dei hadde også satt opp ein heimesnekra balansebane, som var i to ulike høgder. Her blir ein utfordra med høgdeforskjell, klatring og mestringskjensle. Det som gjekk igjen med desse barna var alle gøymeplassane dei viste oss. Mange av barna likte seg i skogområder, der dei var litt for seg sjølv. Barna viste oss også ei kommentatorbu med stol og bord inni. Her vart det rollespel.

Ei jente viste oss ei mark som ho likte å plukke blomster, der var også ei sandkasse med eit leikekjøkken. Her likte dei å leike seg, der var ikkje sand nedi, men det var heller ikkje eit sakn. Det var leikekjøkkenet som var kjekt, og det var bra at dei kunne stå nedi, det var lecakuler i sandkassa som dei brukte til "mat".

Andre ting jentene likte var kanonball, hockey og at dei vaksne var med å leike. Det var gøy! Det dei sakna eller ønska seg var ei lang sklie, dyrepark, badebasseng, boblebad, større tre og fleire tre."



Teikning av ein draumeleikeplass. Teikninga vart laga i samband med medverknadsprosjekt gjennomført sommaren 2014.

3 FØRINGAR

3.1 Føringar i kommuneplanen

I kommuneplanen sin samfunnsdel har Volda kommune fleire mål og strategiar som handlar om leike- og aktivitetsområde. Eit av måla er at "barn og unge skal ha eit oppvekstmiljø som motverkar psykiske vanskar og andre livstilssjukdommar". To av strategiane for å få til dette er:

- Tilby sunne og inkluderande oppvekstmiljø som gir barn og unge høve til å oppleve meistring, og utvikle sine eigne evner, interesser og sjølvbilete.
- Legge til rette for meir fysisk aktivitet i barnehage, skule og buområda.

Eit anna mål i samfunnsdelen er at "Volda skal ha eit inkluderande samfunn og motverke sosiale helseforskjellar. Ein strategi for å få til dette er å:

- Sikre gode leike- og aktivitetsområde i buområda, og legge til rette for møteplassar i Volda sentrum.

Eit tredje mål i samfunnsdelen er at Volda kommune skal tilby nok og varierte byggeklare tomter og bustadar, og attraktive bumiljø. Ein strategi for å få til dette er å :

- Heve standarden på leike- og aktivitetsområda.

Volda kommune held på med rullering av kommuneplanen sin arealdel. I planprogrammet for arealdelen står det at det er behov for å "utarbeide leikeplassnorm med funksjons- og utformingskrav til leike- og uteopphaldsareal".

3.2 Aktuelle lover og rikspolitiske retningsliner

Plan- og bygningslova
I formålsparagrafen til plan- og bygningslova står det at «Prinsippet om universell utforming skal ivaretas i planleggingen og kravene til det enkelte byggetiltak. Det samme gjelder hensynet til barn og unges oppvekstvilkår og estetisk utforming av omgivelsene.» Med grunnlag i plan- og bygningslova kan kommunen regulere areal til leike- og aktivitetsområde. Uteopphaldsareal, nærleikeplassar og kvartalsleikeplassar skal til dømes vere regulert til uteopphaldsareal eller grønnstruktur i kommuneplanen sin arealdel eller i reguleringsplanar (med til dømes underformål leikeplass, friområde eller park). Kommunen kan også regulere område til badeplass, idrettsanlegg, nærmiljøanlegg eller andre formål for å legge til rette for at områda vert nytta til leik og aktivitet. I tillegg kan kommunen stille funksjons- og rekkefølgekrav til leike-, ute- og opphaldsplassar.

Rikspolitiske retningsliner om barn og planlegging
Nasjonale mål for barn og unge sine oppvekstmiljø er mellom andre nedfelt i Rikspolitiske retningsliner om barn og planlegging. Retningslinene inneheld mellom anna krav til kommunale planleggingsprosessar, og krav til fysisk utforming av areal til barn og unge.

Utdrag frå Rikspolitiske retningsliner om barn og planlegging:

- Kommunen skal organisere planprosessen slik at synspunkter som gjelder barn som berørt part kommer fram og at ulike grupper barn og unge selv gis anledning til å delta.
- Arealer og anlegg som skal brukes av barn og unge skal være sikret mot forurensning, støy, trafikkfare og annen helsefare.
- I nærmiljøet skal det finnes arealer hvor barn kan utfolde seg og skape sitt eget lekemiljø. Dette forutsetter blant annet at arealene:
  - er store nok og egner seg for lek og opphold
  - gir muligheter for ulike typer lek på ulike årstider
  - kan brukes av ulike aldersgrupper, og gir muligheter for samhandling mellom barn, unge og voksne.
- Ved omdisponering av arealer som i planer er avsatt til fellesareal eller friområde som er i bruk eller er egnet for lek, skal det skaffes fullverdig erstatning. Erstatning skal også skaffes ved utbygging eller omdisponering av uregulert areal som barn bruker som lekeareal.

Andre aktuelle lover og rikspolitiske retningsliner:

- Barnehageloven.
- FN sin barnekonvensjon.
- Kongeriket Noregs grunnlov.
- Opplæringslova.

3.3 Forskrifter og standardar

Byggteknisk forskrift (TEK17)
Forskrift om tekniske krav til byggverk skal sikre at tiltak vert planlagt, prosjektert og utført med omsyn til god visuell kvalitet, universell utforming og slik at tiltaket oppfyller tekniske krav til tryggleik, helse og energi.

Kapittel 8 Opparbeidet uteareal i TEK 17 er særleg aktuelt for leike- og aktivitetsområde. Kapittelet inneheld krav til utforming av uteareal, mellom anna knytt til sol- og lystilhøve, universell utforming og tilkomst.

Andre aktuelle forskrifter og standardar:

- Veiledning om tekniske krav til byggverk.
- Forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler m.v.
- Forskrift om sikkerhet ved lekeplassutstyr
- Norsk Standard: Lekeplassutstyr og underlag (NS-EN 1176).
- Norsk Standard: Støtdempende lekeplassunderlag (NS-EN 1177).
- Norsk Standard: Universell utforming av opparbeidete uteområder - Krav og anbefalinger.

3.4 Fylkesmannen sine råd i plansaker

Fylkesmannen i Møre og Romsdal har utarbeidd eit dokument "Leikeplassar – lokalisering og utforming". Dokumentet gir ei kort oppsummering av rammer og føringar for å ta i vare barn og unge sine interesser i kommunale plansaker etter plan- og bygningslova. Dokumentet gir rettleiing og faglege råd til kommunane i samband med planlegging av leikeplassar og uteområde.

3.5 Andre føringar og kunnskapsgrunnlag

Det finst ei rekke rettleiarar, artiklar og forsking som er knytt til leike- og aktivitetsområde. Her er ei oversikt over nokre av dokumenta som har vore nytta i dette arbeidet:

- Gjøvik kommune: "Veileder for leke- og aktivitetsområder."
- Helsedirektoratet: "Barn og fysisk aktivitet - med hovedvekt på aldersgruppa 0–16 år."
- Helsedirektoratet: "Miljø og helse i skolen. Veileder til forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler."
- Klima og miljødepartementet: "Naturopplevelse, friluftsliv og vår psykiske helse".
- Kommunal- og moderniseringsdepartementet: "Grad av utnytting. Beregnings- og måleregler".
- Kunnskapsdepartementet: "Veileder for utforming av barnehagens utearealer".
- Kunnskapsdepartementet: "Temahefte om natur og miljø".
- Sosial- og helsedirektoratet: "Skolens utearealer".
- Tidsskrift for Nordisk BarnehageForskning: "Hvilken innvirkning har barnehagens fysiske utemiljø på barns lek og de ansattes pedagogiske praksis i uterommet".



Fylkesmannen sine råd i plansaker.

4 LEIKE- OG AKTIVITETSOMRÅDE MED KVALITET

Dette kapittelet tek for seg viktige tema knytt til planlegging, prosjektering og utforming av leike- og aktivitetsområde. Konkrete krav og retningsliner vert presentert samla i kapittel 6.

4.1 Medverknad

I Noregs grunnlov står det i § 104: "Barn har krav på respekt for menneskeverdet sitt. Dei har rett til å bli høyrde i spørsmål som gjeld dei sjølve, og det skal leggjast vekt på meininga deira i samsvar med alderen og utviklingssteget." Plan- og bygningslova stiller krav om aktiv medverknad frå grupper som krev spesiell tilrettelegging, som til dømes barn og unge. I FN sin barnekonvensjonen artikkel 12 står det at "Barnet har rett til å seie meininga si i alt som kjem det ved, og barnet sine meiningar skal det leggjast vekt på". FN sin barnekonvensjon er særskild relevant for kommunal sektor fordi kommunale avgjerder ofte får direkte konsekvensar for barn og unge.

Ved utvikling av leike- og aktivitetsområde er det ein fordel å snakke med både barn, unge og vaksne undervegs i prosessen. Leike- og aktivitetsområde i buområda er ofte avhengige av lokale krefter og dugnadsarbeid, og det er ein fordel om dei som skal nytte området kan vere med i både planleggings- og utformingsprosessen. I utvikling av nye barnehage- eller skuleområde har brukarane mykje å bidra med.

Volda kommune har gjennomført barnetrakk-registreringar ved fleire skular i kommunen. Desse skal ligge til grunn for vidare planlegging. Ved utbygging av nye område kan det vere aktuelt å setje krav om ny barnetrakkregistrering.

Barn og unge skal inviterast til å medverke i saker som angår dei. I planar som gjeld barn og unge bør kommunen sin barne- og ungdomsrepresentant inviterast inn tidleg i prosessen, til dømes i samband med oppstartsmøtet. Barne- og ungdomsrepresentanten skal ha ein aktiv rolle i planprosessen. Ungdomsrådet skal vere eit talerøyr for ungdomen i kommunen og er eit høyringsorgan i kommunale saker som vedkjem ungdom.

Eldrerådet og kommunen sitt råd for likestilling av menneske med nedsett funksjonsevne kan nyttast som viktige ressursar i planleggingsfasen.

Aktuelle aktørar som kan medverke i plansaker:

- Kommunen sin barne- og ungdomsrepresentant.
- Ungdomsrådet i Volda, eldrerådet, råd for likestilling av menneske med nedsett funksjonsevne.
- Skular og barnehagar.
- Lokale lag og organisasjonar som til dømes idrettslag, friluftsforeiningar og barneturlag.



FN sin barnekonvensjon vernar rettigheiter som til dømes retten til å kunne si sin meining (Unicef, 2018).



Ungdomsrådet i Volda er mellom anna høyringsorgan i kommunale saker som vedkjem ungdom. Foto: Regine S. Aklestad.

4.2 Val av tomt

Areal til leike- og aktivitetsområde skal lokaliserast på eigna stad. Dersom ein planlegg leikeareal før bustader og anna infrastruktur, kan ein lettare innfri andre kvalitetskrav.

Arealet bør ligge sentralt i bustadområdet, inntil stadar der vaksne ferdast og gi brukarane tryggleik og oversikt. Barna i området må kunne nå leikeplassen via gangvegar og helst utan å krysse trafikkerte vegar, private hagar eller gjerder. Kontakt med naturområde i nærmiljøet betyr mykje for barn, og samlokalisering med friområde kan vere ein fordel.

Vind, kulde og nedbør kan ofte avgrense moglegheitene for aktivitetar ute. Lokalklimaet på uteområdet betyr svært mykje. Leike- og aktivitetsområde bør ha gode soltilhøve midt på dagen og ligge skjerma mot vind og kaldluft. Ein sol- og skuggeanalyse av leike- og aktivitetsområda bør utarbeidast i samband med reguleringsplanar eller oppføring av bygningar som kan påverke lystilhøva ved leikeareal. Minst halvparten av leikearealet skal vere solbelyst kl. 15.00 ved vårjamndøgn. Stillesitt 'ande aktivitetar bør plasserast der det er gode soltilhøve.

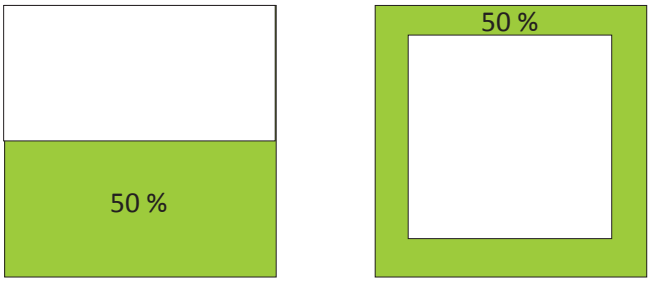
Tomta bør ikkje ligge i nærleiken av areal som representerer fare for barn. Det gjeld til dømes ope vatn, grustak, skråningar som kan rase ut, høge fjell- eller murkantar eller andre usikra område.

Leike- og uteopphaldsareal bør i hovudsak leggast på bakkeplan. Uterom på terrengnivå ligg i utgangspunktet betre til rette for varierte aktivitetar og moglegheit for større variasjonar i terrengformar og beplantning.

På tomter i sentrumsområdet der det er avgrensa plass og ynskje om fortetting, kan ein vurdere å ha felles uteopphaldsareal på tak. Dersom takterrasse vert rekna med som del av det formelle kravet til felles uteopphaldsareal vert det sett krav til konstruksjonen slik at terrassen tåler jordmasse og kan plantast til. For å oppnå skjerming på terrasse eller takterrasse kan ein til dømes montere pergola med klatreplanter langs veggane som vil gi oppleving av grøne, levande rom. Nærleikeplassar øvst oppå opne tak vert vurdert som lite eigna og bør unngåast. Kvartalsleikeplassar skal vere på bakkenivå.

4.3 Arealutforming

Store og sentralt plasserte leikeplassar er meir attraktive enn mindre areal som ligg spreidde omkring i bustadområda. Areala bør difor ikkje splittast opp i fleire plassar og smale striper, men heller vere konsentrert til større plassar i sentrum av bustadområda. Då er det større sjanse for at dei vert nytta. Illustrasjonen under viser at når uteareala vert samla, verkar det større enn når det same tal kvadratmeter vert fordelt i smale striper.



Uteareal bør samlast: Smale striper tek mykje areal som ikkje kan nyttast funksjonelt.



Måling av høgda på klatrestein. Foto: Regine S. Aklestad.

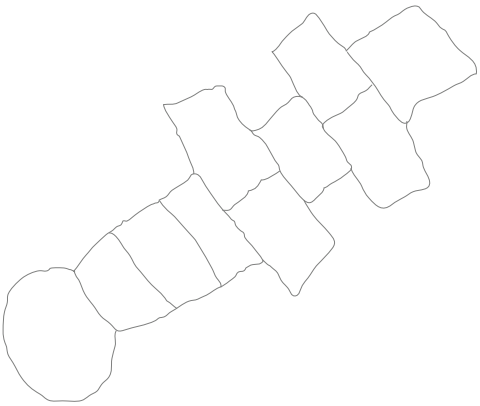
4.4 Terreng

Leike- og aktivitetsområde bør ha variasjon i leikemoglegheiter. Barn føretrekker ustrukturerte leikemiljø med variert terreng. Dei likar å klatre opp på noko for å få utsikt, gøyme seg under eit grantre, rulle, sile eller ake ned ein bakke. Terreng og vegetasjon må gi utfordringar i leiken og rom for fantasi.

Forsking viser at barn som leikar i naturen får betre koordinasjon, balanse, orienteringsevne og styrke (Fjørtoft, 2000). Eit utfordrande landskap kan vere sjølvaktiviserande og invitere til ulike aktivitetsformar.

Små "rom" og plassar omkransa med buskar eller leveggar vert ofte nytta av barn til rolleleik i små grupper. Barn likar ofte å "vere i fred" eller gøyme seg for vaksne eller kvarandre. Leike- og aktivitetsområde bør innehalde større tre, steinar, leikehus eller anna der ein kan gøyme seg.

Det bør også vere opne område med god plass der ein kan løpe og leike "sisten", fangeleikar eller andre regelleikar. Benkar og samlingsplassar bør plasserast i tilknyting til dei flate partia. Moglegheit for til dømes ballspel og sykling kan gjerne også leggast til desse areala. Asfaltflatar kan nyttast til hoppetau, paradis og kritteikning.





Grantre med gøymestad på Mork skule.

4.5 Vegetasjon

Vegetasjon på eit leike- og aktivitetsområde har ei rekke funksjonar; den bidreg til leik, læring og utforsking, skapar le og rom for opphaldsplassar og gir naturopplevingar. Vegetasjon som er godt planlagt eller bevart gir estetiske kvalitetar til området rundt, stadfestar identitet til staden og gir årstidsvariasjon. Vegetasjon påverkar klimatiske forhold som vind, kaldluft, punktskygge og fuktig luft. Vegetasjon kan nyttast til å skjerme leikeplassen mot uønskt innsyn eller utsyn og forureining frå biltrafikk. Vegetasjonen kan også nyttast til å dele opp plassen i fleire mindre rom, noko som kan generere aktivitet. I tillegg kan vegetasjon på leike- og aktivitetsområde vere med på å sikre ein samanhengande grøntstruktur og oppretthalde viktige økologiske samanhengar.

Vegetasjon er ein viktig trivselsfaktor. Det fysiske miljøet, som til dømes terreng, vegetasjon, materialar og fargar, påverkar barn og vaksne. Oppleving av trivsel er ein viktig faktor for om leike- og aktivitetsområda opplevast attraktive. Dersom uteareala vert opparbeidd med harde, grå, kalde og menneskeskapte materialar kan området opplevast lite attraktivt og føre til mindre bruk. Vegetasjon er med på å mjuke opp areal, gjere dei meir "levande" og trivelege.

Val av vegetasjon
Ved val av vegetasjon bør det takast omsyn til kor hardføre plantene er i forhold til bruk og geografisk plassering. Vegetasjonen må etablerast hurtig og verte beskytta mot øydelegging i etableringsfasen. Plantene bør tåle hard bruk, trakk, greinbrekk og liknande.

Barn nyttar ofte nøtter, konglar og blad i leiken. Bær og frukt er ofte spennande element, som også stimulerer smakssansen. Markblomar vert ofte plukka til fine bukettar og skal gjerne luktast på. Små kjøkkenhagar med grønsaker eller urter kan vere eit spanande prosjekt for både barn og vaksne. Nokre døme på plantar som kan brukast ved leikeplassar er rogn, gran, furu, lerk, mure, rips, solbær, bringebær, bjørnebær, svartsurbær, plomme, eple, pære, kirsebær og lønn.

Vegetasjon tiltrekker seg fuglar og insekt, noko som også kan vere ein kvalitet ved eit uteområde. Hardføre buskar og tre, som til dømes søtmispel, sibirlønn, alperips og vanleg rogn tiltrekker seg fuglar. Sommerfuglbusk tiltrekker seg sommerfuglar. Humler er mellom anna glade i bærbuskar, frukttre og selje. Fuglekasser eller insektshotel kan også tiltrekke seg fuglar og insekt.

Unngå giftige og allergifremkallande vekstar
På offentlege leike- og aktivitetsområde bør ein unngå å plante allergene vekstar. Pollen frå rakleplantar som til dømes bjørk, or og hassel skaper dei største problema for pollenallergikarar. Mange reagerer også på pollen frå ugrasplanten burot, og denne bør haldast vekk frå leike- og aktivitetsområda.

Små barn er ofte nyfikne og puttar lett i munnen det dei finn på bakken og i buskar. Sjølv om giftige blad og bær ofte smakar bittert og fort vert spytta ut når ein kjenner smaken, bør ein unngå å plante giftige plantar på leike- og aktivitetsområde. Gullregn, barlind og tysbast er døme på giftige plantar som ein bør unngå. Giftinformasjonen gir ut brosjyrar om giftige plantar.

Ein bør også unngå planter med tornar. Ved nyplanting skal det ikkje nyttast framande artar oppført i Norsk svarteliste (sjå oppdatert liste på Artsdatabanken).

Retningsliner for vegetasjon på tomta:
- Naturleg vegetasjon bør i størst mogleg grad takast vare på.
- Artar oppført i Norsk svarteliste skal ikkje plantast.
- Vegetasjonen må vere hardfør, tilpassa klima og vekseplass på staden.
- Vegetasjonen må tåle slitasje og ein del greinbrekk.
- Vegetasjonen bør ikkje vere giftig eller ha tornar som ein kan skade seg på.
- Vegetasjonen bør i minst mogleg grad framkalle astma og allergiproblem.
- Vegetasjonen bør gi oppleving av årstidsvariasjonar.
- Vegetasjonen kan gi duft og smak for å forsterke opplevingar.
- Ein kan gjerne nytte vegetasjon som tiltrekker seg fuglar og insekt.
- Vegetasjonen kan gi lyd når vinden får tak i bladverk.

Gode råd for å oppnå frodige plantefelt:
- Plantefelt må ha solid bredde (minst to meter).
- God etablering.
- Nyplantingar må beskyttast i etableringsfasen.
- Bør ha stor evne til naturleg foryngelse (til dømes sette rotskot og ha stor vekstkraft).
- Godt vedlikehald.



Sansene påverkar hjernen vår. Foto: Regine S. Aklestad.

4.6 Klatretre

Frittståande tre har mange oppgåver. Dei fungerer som klatretre, har funksjon som skulpturar, mjuker opp område med mange bygningar og kan i stor grad formidle årstidsvariasjonar. Eit tre kan bidra med frukt, konglar, nøtter, blader, kvister og andre viktige "leikeelement".

Det å klatre i tre stimulerer til utvikling. Ved å klatre i ein stige eller ribbevegg er vegvalet enkelt; det er ein veg opp og ein veg ned. Når ein klatrar i eit tre må ein heile tida tenkje vegval, og sjølv vurdere neste steg. Dette krev kroppsbehersking, balanse og orienteringsevne. Både venstre og høgre hjernehalvdel er i bruk. Det å klatre i eit tre kan bidra til å trene kognitive evner, inkludert konsentrasjon, persepsjon, minne og evne til logisk tenking.

I medverknadsprosjektet gjennomført med barnehage- og skulebarn i Volda hausten 2017 var det å klatre i tre ein av dei tinga barna sjølv sa dei likte best å gjere på uteområda.

Greinvinklar på eit klatretre bør vere opne (vide) og sterke. Ved nyplantingar bør ein til dømes få tak i tre med låge greiner som er lette å kome opp i når dei veks seg sterke nok. Det tek mange år å etablere solide klatretre, og på nye leikeareal bør ein unngå å fjerne eksisterande tre på tomta. Epletre og furutre med lav greinsetting er døme på gode klatretre.



Klatretre med plass til monge. Foto: Hjellbakkane barnehage.

4.7 Gjenstandar og materialar

Leike- og aktivitetsområde må innehalde gjenstandar og materialar som det er mogleg å flytte på, samle opp eller bygge med. Barn er ekspertar til å finne og samle naturelement og nytte dei i leiken. Materialar som snø, sand, leire og jord kan nyttast til "kakebaking", husbygging og forming. Greiner og kvistar nyttast til gåstavar, til å teikne i sanda med, eller til å bygge hytter og hus. Med sand og vatn kan ein bygge store slott og demningar. Konglar og nøtter er fine å kaste.

God planlegging og tilrettelegging for barn sin leik, opphald og aktivitet i barnehagar, skular og bustadfelt skal gi næring til barna sin fantasi og kreativitet. Ferdigproduserte leikeapparat kan stimulere grovmotoriske aktivitetar, men ikkje erstatte naturen sine utfordringar og evne til sansestimuli. Faste installasjonar som reie og sklie er "ferdigprogrammerte" og gir ikkje same inspirasjon og høve til kreativ leik som naturelement ofte gjer. Naturen gir ikkje svar på korleis den skal nyttast og gir rom for kreativ leik.

I medverknadsprosjektet gjennomført med barnehage- og skulebarn i Volda hausten 2017 var leik med pinnar, blad og andre naturelement gjentakande i dei ulike uteområda. "*Barna brukar ikkje berre leikeapparata i uteleiken. Dei brukar blant anna steinar, greiner og pinnar til å leike med. Greinene nytter dei til å slepe bak seg.*" (Utdrag frå studenttekst i samband med medverknadsprosjektet på Mork skule.)

"Av og til fe vi lov til å gå opp i skogen bak skulen. Der laga vi hytte og kan plukke blad og blomstra."
Jente 9 år, Mork skule.



Snø er eit ypperleg formingsmateriale. Foto: Regine S. Aklestad.

Døme på naturlege lause gjenstandar og materialar:

- Vatn, snø, isflak
- Sand, grus, stein, jord
- Blad, stilkar, knoppar, blomar
- Pinner, greiner, kvist, bark
- Konglar, nøtter, frø
- Bær, frukt
- Mose, lav
- Skjell



Natur og vegetasjon gjer barn gode moglegheiter for leik, kreativitet og utforsking. Foto: Regine S. Aklestad.

4.8 Leikeapparat og installasjonar

Leike- og aktivitetsområde for barn må tilby uforutsigbare løysingar som utfordrar barna sin utforskartrong og gir moglegheiter for varierte og problembaserte løysingar. Det utelukkar leikemiljø der alle løysingar er gitt i konstruksjonen. Eit klatrehus der ein skal gå opp trappa og ned sklia gir for lite utfordringar og vert fort kjedeleg. Meir varierte og utfordrande leikeapparat kan fremme fysiske ferdigheiter og fangar ofte stor interesse medan ein lærer seg å beherske dei. Klatrestativ, leikehus, rutsjebaner og hengebruer fungerer ofte best i ein kombinasjon. Nokre apparat har begrensa kapasitet, og kan berre nyttast av ein eller få personar samtidig. Då vert ein gjerne aleine i leiken, og andre må kanskje vente på tur. Leikeapparat bør stimulere til sosialt samspel med andre.

Ulike leikeapparat eller installasjonar er ofte tilpassa bestemte aldersgrupper, eldre ungar treng større utfordringar enn dei yngste barna. Buldrevegg, frisbeegolfbane, kjempesprettert, slakkline og styrkestige er døme på installasjonar som kan by på utfordringar for ungdommar, studentar og vaksne. Ein ny trend i Noreg er utandørs leike- eller treningsapparat tilpassa vaksne og eldre. Boccia-bane, utandørs sjakkbrett og hesteskokastebane kan vekke konkurranseinstinkt og presisjonstrening også hos eldre.

Det finst ei rekke forhandlarar som tilbyr leikeapparat og installasjonar i ulike prisklassar og kvalitet. Nokre installasjonar går det an å lage sjølv, til dømes saman med andre i nabolaget. Både barn og vaksne kan ha stor glede av å vere med på å skape og lage nærleikeplassen sin.



Mange barn likar å leike med vatn. Foto: Uniqa.

Når ein skal planlegge nye leike- og aktivitetsområde kan det vere lurt å tenkje gjennom nokre spørsmål i planleggingsfasen:

- Kva aldersgrupper ynskjer ein å planlegge for?
- Er installasjonane aktiviserande?
- Bidreg installasjonane til utvikling av dei grunnleggande røyrslene som å krabbe, gå, løpe, hoppe og hinke?
- Er installasjonane varierte?
- Kan installasjonane nyttast av folk med ulikt ferdigheitsnivå?
- Kor mange kan nytte apparata samtidig?
- Har ein høve til å lage installasjonar sjølv?

Døme på leikeapparat og installasjonar:

- Armgangstativ, armgangsbom
- Balansebrett, balansevippe
- Balansestubbar, balansebom
- Ballvegg, basketkorg, fotballmål
- Bocciabane
- Bordtennisbord
- Buldrestein
- Bålplass, benker, samlingsplass
- Edderkoppnett
- Fotballmål
- Frisbeegolf-bane
- Gangbru, taubru, balansebru
- Hengekøye
- Hesteskokastebane
- Hinderløype, tarzanbane
- Kjempesprettert
- Klatrevegg, klatrenett, klatretre
- Knebøy, kollbøttestativ
- Kryperør
- Lavvo, gapahuk, grindbygg
- Leikehytte, -tårn, -båt
- Motorikkapparat
- Musikkvegg, sansevegg
- Push up-stenger
- Reie, fugleredehuske
- Rullestamme
- Sandkasse
- Silebane, sklistenger
- Sjakkbrett
- Slakkline
- Styrkestige
- Sykkelløype
- Treningsapparat
- Turnstang, turnstativ
- Utebibliotek
- Utebyggeplass
- Utekjøkken
- Vatnpumpe, vatnrenne, vatnkraftanlegg
- Vippe

Biletecollagen på neste side er meint som inspirasjon ved planlegging eller oppgradering av eit leike- og aktivitetsområde. Kjeldelista for bileta står på side 31.

Døme på leikeapparat og installasjonar for ulike aldersgrupper:


1


2


3


4


10



11


12


13


14


19


20


21


25


26


27


28


29


5


6


7


8


9


15


16


17


18


22

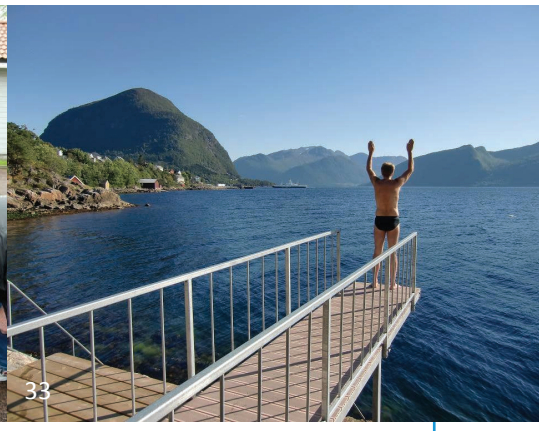

23


24


30




32


33

4.9 Om uteopphaldsareal i byggteknisk forskrift

Forskrift om tekniske krav til byggverk (TEK17) skal sikre at tiltak planleggast, prosjekterast og utførast med omsyn til god visuell kvalitet, universell utforming og slik at tiltaket oppfyller tekniske krav til tryggleik, helse og energi.

Kapittel 8 Opparbeidet uteareal i TEK 17 er særleg aktuelt for leike- og aktivitetsområde. Veiledning om tekniske krav til byggverk forklarar og utdjupar forskriften.

TEK17 §8-3: Uteopphaldsareal

1. Uteoppholdsarealer skal etter sin funksjon være egnet for rekreasjon, lek og aktiviteter for ulike aldersgrupper.
2. Uteoppholdsarealer skal plasseres og utformes slik at det oppnås god kvalitet med hensyn til
   a) sol- og lysforhold.
   b) støy- og annen miljøbelastning.
3. Uteoppholdsarealer skal utformes slik at personer ikke utsettes for farer. Følgende skal minst være oppfylt:
   a) Lekearealer skal avskjermes mot trafikk.
   b) Nivåforskjeller skal sikres slik at fallskader forebygges.
4. Basseng, brønn eller lignende i uteoppholdsarealer skal sikres med gjerde, overdekking eller tilsvarende avstenging for å hindre at personer faller i dem.
5. Følgende gjelder i tillegg for uteoppholdsarealer med krav om universell utforming:
   a) Opparbeidet areal avsatt til lek og rekreasjon skal ha et horisontalt felt med fast dekke på minimum 1,6 m x 1,6 m som muliggjør deltakelse og likestilt bruk.
   b) Opparbeidet utendørs nivåforskjell skal være merket visuelt og taktilt.
   c) Stolper, rekkverk og lignende skal ha synlig kontrast til omgivelsene.
   d) Det skal være plass for rullestol der det anlegges sitteplasser.
   e) Opparbeidet badeplass skal være utstyrt eller utformet slik at det er lett å komme seg ned i og opp av vannet.

Sol- og lystilhøve

Sol- og lystilhøve er viktige kvalitetar på eit uteoppholdsareal. Lystilhøve omfattar både dagslys og kunstig belysning. Behov for kunstig belysning bør avklarast tidleg i eit utbyggingsprosjekt. Belysning på kvelds- og nattetid gjer det lettare å orientere seg mellom anna for svaksynte, og vil kunne auke tryggleiken ved bruk av areala. Det er spesielt viktig at stillesittande aktivitetar vert plassert på stader med gunstige soltilhøve. Dette gjeld også sosiale møtestader med bord, sittegrupper og liknande.

Støy og anna miljøbelastning

Å kunne sitte og prate med andre eller konsentrere seg om leik utan å verte uroa er ein kvalitet. Leike- og aktivitetsområda bør ikkje plasserast ved støykjelder. Leike- og uteopphaldsareal skal ha støynivå lågare eller lik L_{den} 50 dB i tettbygde strok og L_{den} 40 dB utanfor tettbygde strok (jamfør Støyretningsline T-1442).

Miljøbelastning som til dømes forureina luft vil redusere kvaliteten på eit uteopphaldsareal. Eksos frå biltrafikk og utslepp frå industri vil kunne redusere kvaliteten på området. Det same gjeld forureining i grunnen. Leike- og aktivitetsområde skal vere skjerma mot forureining og andre fareområde.

Nivåforskjeller

Kva type sikringstiltak som bør nyttast vil vere avhengig av høgdeforskjell og underlag.
Fylgjande må minimum vere oppfylt:

1. Nivåforskjell på meir enn tre meter må sikrast med rekkverk, gjerde, tett vegetasjon eller liknande slik at fallskadar førebyggast.
2. Nivåforskjell på meir enn 0,5 meter der det er hardt underlag som betong, asfalt, steinheller og liknande, må sikrast med rekkverk, gjerde, tett vegetasjon eller liknande slik at fallskadar førebyggast.

(Sjå også kapittel 4.10 Tryggleik.)

Universell utforming

Det er grunnleggande å oppnå likeverdige livsvilkår for personar med nedsett funksjonsevne knytt til syn, hørsel, rørsle, orienteringsevne og miljøpåverknad. Universelt utforma løysingar skal vere gode totalt sett, fungere saman med andre samfunnsmessige mål og inngå som ein integrert del av den heilskaplege utforminga. Universell utforming av felles og offentlige uterom bidreg til at alle menneske får tilgang til område for utandørsaktivitetar, friluftsliv, rekreasjon, deltaking og sosialt samvær.

Ynskje om å i mest mogleg grad ta vare på naturen og naturelement kan kome i konflikt med prinsippet om universell utforming. Sidan leik skal vere utfordrande

og stimulere til barn si utvikling, kan ikkje alle delar av miljøet vere fysisk tilgjengeleg for ein kvar brukar. Leike- og aktivitetsområda skal i størst mogleg grad stimulere heile sanseapparatet, fremje aktivitetsglede og gi ulike utfordringar i forhold til alder, meistrings- og funksjonsevne.

Alle vil ikkje kunne meistre eller bruke alt. Leike- og aktivitetsområda bør gi moglegheiter for individuelle løysingar, slik at både motorisk svake og motorisk sterke kan få utfordringar på sitt nivå. Det å gå i ulendt terreng er til dømes viktig for mange barn sin fysiske og motoriske utvikling. Leike- og aktivitetsområder bør difor innehalde både flate område som er tilgjengelege for alle, og område med naturleg ulendt eller "mjukt" terreng, som gir viktige utfordringar for mange. Det er viktig at sjølve området og den sosiale opplevinga er tilgjengeleg for alle.

Tilkomsten til området skal vere universelt utforma, jamfør TEK17 § 8-7: Gangatkomst til uteoppholdsareal med krav om universell utforming. Dersom det er behov for gjerde rundt området bør inngangspartiet vere godt synleg, sentralt plassert og oversiktleg. Inngangsparti med port eller liknande skal vere sikkert og enkelt å nytte.

Alle leike- og aktivitetsområde skal ha sitteplassar. Samlingsplassar, sitteplassar og andre sosiale møtestadar skal vere tilgjengeleg for alle og bør ha fast dekke. Sosiale møtestader med bord, sittegrupper og liknande bør plasserast der det er gode soltilhøve, det er viktig både for barn, unge, vaksne og eldre. Det bør også vere mogleg å sitte i skuggen på dagar med mykje og sterkt sollys.

Eldre menneske og personar med nedsett funksjonsevne føretrekker ofte utemøbel med både armlene og ryggstøtte. Det skal vere plass for rullestol der det vert lagt til rette for sitteplassar.

TEK17 §8-7: Gangatkomst til uteoppholdsareal med krav om universell utforming

1. Gangatkomster til uteoppholdsareal med krav om universell utforming skal
   a) være trinnfrie
   b) ha stigning som ikke er brattere enn 1:15, unntatt strekninger inntil 5,0 m som kan ha stigning som ikke er brattere enn 1:12
   c) ha hvileplan på minimum 1,6 m x 1,6 m for hver 1,0 m høydeforskjell
   d) ha fri bredde minimum 1,8 m, unntatt for strekninger inntil 5,0 m som kan ha fri bredde minimum 1,4 m
   e) ha tverrfall på maksimum 1:50
   f) ha fast og sklisikkert dekke
   g) ha visuell og taktil avgrensing
2. Dersom flere uteoppholdsarealer har samme funksjon, er det tilstrekkelig at minst ett av disse har gangatkomst som oppfyller kravene i første ledd bokstav b. Øvrige gangatkomster skal ha stigning maksimum 1:10.
3. Der terrenget er for bratt til at kravet om stigningsforhold i første ledd bokstav b kan oppnås, skal stigningen være maksimum 1:10.





Bilda over viser døme på benkar som ekskluderar eller inkluderar rullestolbrukarar (Tress Utemiljø, 2018 og Kriminalomsorgen, 2018).

4.10 Tryggleik

Leike- og aktivitetsområda skal utformast på ein slik måte at personar ikkje vert utsett for fare. Forskrift om sikkerhet ved lekeplassutstyr gjeld for utstyr på leikeplassar. Forskrifta inneheld mellom anna krav til tryggleikssone, støtdempande fallunderlag og dimensjonering av opningar. Forskrifta omfattar leikeplassutstyr til kollektiv bruk, uavhengig av kvar dei er plassert. Den gjeld også gamalt som nytt, uavhengig av om utstyr er profesjonelt laga eller eit resultat av dugnadsarbeid. Forskrifta gjeld også naturmaterialar, dersom dei er ein integrert del av leikeplassutstyret. Ein stein eller eit tre som frå naturen si side høyrer heime på leikeplassen, er ikkje omfatta.

Standardar for tryggleik
Det fins fleire standardar for tryggleik ved leikeplassutstyr, til dømes NS-EN 1176: Lekeplassutstyr og underlag og NS-EN 1177: Støtdempende lekeplassunderlag. Standardane er hjelpemiddel for å oppfylle krav i forskrifta.

Ansvar
Produsenten av leikeplassutstyret er ansvarleg for å levere utstyr i samsvar med krav i leikeplassforskrifta (jf. leikeplassforskriten § 3). Det er den som skaffer eller eig leikeplassutstyr som er ansvarleg for jamleg ettersyn og vedlikehald (jf. leikeplassforskriften § 16). Dersom grendelag eller andre etablerer leikeplassutstyr på kommunal grunn bør det gjerast ein skriftleg avtale som tydeleggjer ansvar for vedlikehald og tryggleik på leikeplassen.

Fallunderlag
Ved fallhøgder på over 60 cm er det krav til støtdempande fallunderlag. Gras og bark er rimelege og miljøvennlege typar fallunderlag. Naturleg gras og godt jordlag kan nyttast opp til ein meter fallhøgde, medan bark kan nyttast til fallhøgder på tre meter. Bark har god dreneringsevne og er støtdempande også om vinteren. Bark sekk saman og omdannast til jord, og må difor etterfyllast jamleg.

Sand som vert nytta som fallunderlag må ha riktig fraksjon og ikkje innehalde leire eller andre finstoff som gjer at den pakkar seg. Det er ikkje same type sand som nyttast i sandkassar; sandkassesand skal vere byggbar og kunne pakkast. Fallunderlagsand må etterfyllast og snuast med jamne mellomrom for optimal funksjon.

Støtdempande matter finst i ulike typar og har ulike namn (mellom andre gummimatter, gummiheller, heilstøypt gummibelegg og fallmatter). Mange av produkta kan nyttast til fallhøgder på tre meter,



Helstøpt gummibelegg i ulike fargar. Foto: Torgeir Stensø.

men alle slike produkt skal ha ei sertifisering som angir kritisk fallhøgd. Mattene gjer områda lett tilgjengeleg for alle (lette å gå eller trille på). Dei har ofte høge eingangskostnadar, men krev som regel lite vedlikehald eller etterarbeid. Produkta er laga av gummigranulat, ofte resirkulert gummi frå oppmålte bildekk. Manglande kunnskap om helse- og miljørisiko knytt til desse produkta (til dømes påverknad på allergi og spreidning av mikroplast) gjer at produkta i dag er omdiskutert.

Område der leikeapparat eller installasjonar skal stå må drenerast slik at vatn renn effektivt bort. Vatn som vert lagra i grunnen vil fryse, og gjere underlaget hardt.

Utdrag frå forskrift om sikkerhet ved leikeplassutstyr:

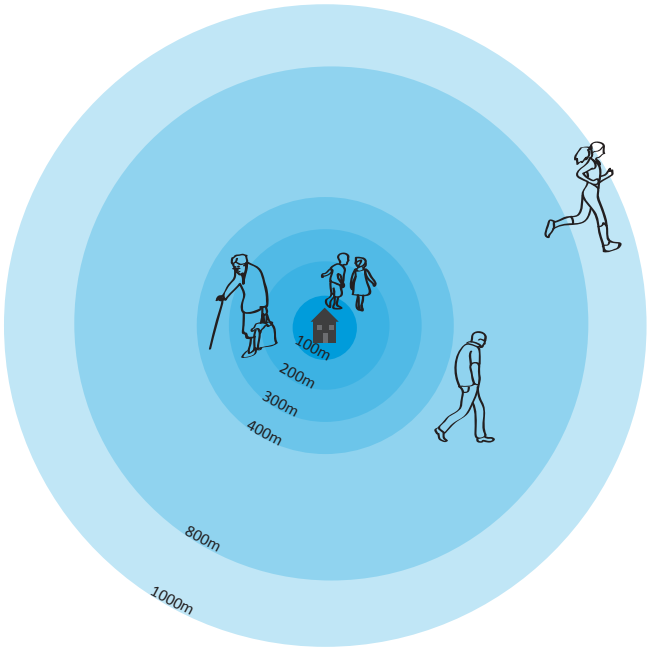
- Voksne skal ha tilgang til alle nødvendige steder med henblikk på å nå eller hjelpe barn som kan være i vanskeligheter.
- Utstyr eller deler av metall som kan utgjøre en risiko for frostskader, skal være behandlet eller dekket av materiale som isolerer mot kulde, slik at frostskader unngås.
- Alle deler, tilgjengelige for bruker eller tredjepart, skal ha tilstrekkelige avrundete kanter og hjørner for å hindre skade.
- Åpninger og avstander, som barn har tilgang til, skal ha en slik utforming at de ikke utgjør fare for fastklemming.
- For at lekeplassutstyret skal kunne tas i bruk, må utstyrets fallunderlag være støtdempende. Dette gjelder ved fallhøyder på over 60 cm. Kravet til fallunderlagets støtdempende evne vil avhenge av fallhøyden for det enkelte utstyr.

5 KRAV OG RETNINGSLINER

5.1 Hierarki

For at aktivitetsfremmande utemiljø skal verte nytta, har nærleik til området stor betydning. Akseptabel gåavstand til eit leike- og aktivitetsområde må vere ei avstand som tek mellom fem og ti minutt å gå. Det er stor forskjell på kor langt ulike grupper kjem seg på denne tida. Kor langt barn sjølv bevegar seg frå heimen, eller får lov til å bevege seg frå heimen, varierer også med alder; frå dei minste som leikar mest i sitt eige nærområde til dei eldste som får lov til å ferdast lenger unna.

Alle bueiningar skal som hovudregel ha tilgang til ein nærleikeplass og ein kvartalsleikeplass i gangavstand frå bustad, i samsvar med tabellen under. Privat uteopphaldsareal kjem i tillegg. Kapittel 4.2–4.6 inneheld ei nærare gjennomgang av krav og retningsliner knytt til minste uteopphaldsareal (MUA), nær- og kvartalsleikeplassar, barnehagar, skular og større aktivitetsområde.



Det er stor forskjell på kor langt ulike befolkningsgruppar kjem seg på 8–10 minutt (bearbeida etter Thoren & Nyhus 1994, s. 23).

	Maksimal avstand frå bustad	Minimum storleik	Innhald
Minste uteopphaldsareal (MUA)	Del av tomta.	MUA skal være minst 20 % av bruksarealet for bebyggelse på ei tomt.	
Nærleikeplass (5–20 bueiningar per leikeplass)	100 m Ved konsentrert småhusbusetnad i sentrumskjernen og blokkbusetnad: 50 m	200 m^2	Minst to leikeapparat/installasjonar, benkar, bord, vegetasjon. Både fast og mjukt dekke.
Kvartalsleikeplass (20–200 bueiningar per leikeplass)	300 m	1500 m^2	Minst fire leikeapparat/installasjonar, benkar, bord, vegetasjon, klatretre. Både fast og mjukt dekke.

Tabellen over viser avstands- og arealkrav knytt til MUA, nær- og kvartalsleikeplassar.

5.2 Minste uteopphaldsareal (MUA)

Uteopphaldsareal er areal som er eigna til leik, opphald og rekreasjon. Uteopphaldsarealet omfattar ubebygde delar av tomta, som ikkje er avsett til køyring og parkering. Areal avsett til søppelkassar, sykkelstativ og liknande er ikkje eigna til opphald, og skal ikkje reknast med i uteopphaldsareal. Hensikten med å stille krav til MUA er å sikre kvalitet og tilstrekkelege areal til uteopphald for bebuarar i ulik alder, uavhengig funksjonsevne.

Uteromma bør ha ei utforming som gir høve både til opphald, og sosialt samkvem, rekreasjon, leik, spill, og ulike type aktivitetar til ulike årstider. Areala bør kunne gje moglegheit for samhandling mellom barn, unge, vaksne og eldre uavhengig funksjonsevne.

Uteoppholdsareala bør plasserast med god adkomst og ikkje i for bratt terreng. Flate areal gir betre tilgjenge enn skrå areal. Heile eller delar av overbygd del av terrassar og takterrassar kan reknast som uteopphaldsareal. Gode soltilhøve er særleg viktig for uteområda. Det er viktig å skilje mellom rolege og støyande aktivitetar. God utforming av areala bør visast i ein detaljplan.

Kapittel 8 Opparbeidet uteareal i TEK17 inneheld krav til utforming av uteareal, mellom anna knytt til sol- og lystilhøve, universell utforming og tilkomst. Kommunen kan sette krav til minste uteopphaldsareal (MUA) gjennom føresegner i kommuneplanen sin arealdel eller reguleringsplaner. Kommunen kan også nytte rekkefølgekrav til å sikre at uteareala vert opparbeidd som føresett i planen.

TEK17 § 5-6: Minste uteoppholdsareal (MUA)

"For boliger, skoler, barnehager og andre bygninger der det etter kommunens skjønn er nødvendig å avsette et minste uteoppholdsareal, bør det i planbestemmelsene angis minste uteoppholdsareal inklusiv lekeareal. MUA angis i m² hele tall per enhet, bolig, skoleelev eller barnehagebarn mv. og skrives m² MUA. Uteoppholdsareal er de delene av tomten som er egnet til formålet og som ikke er bebygd eller avsatt til kjøring og parkering. Kommunen kan bestemme at hele eller deler av ikke overbygd del av terrasser og takterrasser kan regnes som uteoppholdsareal."



Uteopphaldsareal bør kunne gje moglegheit for samhandling mellom barn, unge, vaksne og eldre. Foto: Regine S. Aklestad.

Krav til uteopphaldsareal:

- MUA skal være minst 20 % av bruksarealet for bebyggelse på ei tomt.
- Areal sett av til uteopphaldsareal skal som hovudregel ikkje vere brattare enn 1:3.

Kommunen kan i reguleringsplanar sette nærare krav til MUA.

Døme på reguleringsføresegner, henta frå Kommunal- og moderniseringsdepartementet sin rettleiar "Grad av utnytting":

"Krav til avsetting av uterom:

1. MUA skal være minst 20 % av bruksarealet for bebyggelse på en tomt, hvorav minst 50 % skal ligge på bakken.
2. Areal avsatt til lek og rekreasjon skal ha en hensiktsmessig lokalisering og utforming for ulik bruk for alle brukergrupper, uavhengig av alder og funksjonsdyktighet.
3. Areal avsatt til lek og rekreasjon skal som hovedregel ikke være brattere enn 1:3. Brattere terreng enn angitt må ha særskilte kvaliteter, for eksempel at et avgrenset område er egnet som akebakke.
4. Minimum 50 % av felles uteoppholdsareal skal være på bakkeplan.

De mest solfylte og skjermede arealene skal forbeholdes lek og opphold. I forbindelse med søknad om oppføring av boliger, skoler og barnehager skal det utarbeides et skyggediagram for det aktuelle tidsrommet. Skyggediagram skal vise solinnstråling på uterommet på det aktuelle tidspunktet. Skyggediagrammet skal bestå av et skyggekart og snitt retning SV-NØ som viser solhøyden på innslagstidspunktet.

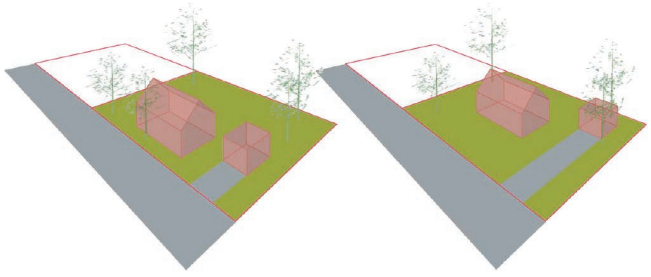
Uterommet skal ha følgende kvaliteter:

- Arealet skal være variert og tilpasset utbyggingens størrelse.
- Arealet skal kunne opparbeides med nødvendig utstyr for lek, spill for barn og unge, sittegruppe, beplantning o.l.
- Arealet skal gi rom for både rolig opphold og støyende aktivitet.
- Arealet skal være skjermet fra trafikkfare og visuell støy.
- Arealet skal tilfredsstille nasjonale normer og anbefalinger knyttet til støy og annen forurensning, herunder også aktsomhet for magnetfelt og strålefare.

Krav til plan for den ubebygde delen av planområdet:

5. Sammen med byggesøknad etter pbl. § 20-1 skal det innsendes detaljert høydesatt illustrasjonsplan for den ubebygde delen av planområdet (i målestokk 1:200/1:500). Illustrasjonsplanen skal vise disponering av utearealet med hensyn til avkjørsel og adkomst, parkering, avfallshåndtering og uterom for opphold og lek, møblering og andre arealavgrensende tiltak, samt terrenghøyder i koter.

Planen skal vise dagens situasjon, situasjon i anleggsperioden og framtidig situasjon Illustrasjonsplanen skal være godkjent av kommunen før det kan gis igangsettingstillatelse. Utearealene skal være ferdig opparbeidet i henhold til godkjent illustrasjonsplan før det kan gis brukstillatelse til boliger."



Figuren over til venstre viser en god utnytting av tomta. Der er utearealet samla og godt skjerma for trafikk. Figuren er henta frå rettleiaren "Grad av utnytting", s.31 (Kommunal og moderniseringsdepartementet, 2014).

5.3 Felles krav til nær- og kvartalsleikeplassar

Leikeplassar skal lokaliserast i plankart både ved detalj- og områderegulering. I tillegg skal det knytast konkrete funksjons- og rekkefølgekrav til føremålet i planføresegnene. Det er krav om medverknad i alle planar etter plan- og bygningslova. Det må gå fram av planomtalen i kva grad krava til leikeplassane er oppfylt.

Felles krav til nær- og kvartalsleikeplassar:

- I område utan eigna og sikra areal for leik og rekreasjon, skal det i nye reguleringsplanar, og før deling vert tillate eller vidare utbygging, avsettast og sikrast areal til dette føremålet.
- Leike- og opphaldsareal skal vere skjerma mot sterk vind, forureining, sterke elektromagnetiske felt, trafikk og andre fareområde.
- Tilrådde grenseverdiar for støy i Miljøverndepartementet si støyretningsline T-1442 skal ikkje overskridast. Nær- og kvartalsleikeplassar skal ha støynivå lågare eller lik L_{den} 50 dB i tettbygde strok og L_{den} 40 dB utanfor tettbygde strok.
- Minst halvparten av leikearealet skal vere solbelyst kl. 15.00 ved vårjamndøgn. Ved detaljering skal det der det er tvil, leggjast ved sol- og skuggeanalyse som syner soltilhøve ved vår og haustjamndøgn.
- Areal sett av til køyreveg, parkering, renovasjon, snølagring og liknande skal ikkje reknast med.
- Områda skal vere tilgjengeleg for leik og aktivitet heile året.
- Areal brattare enn 1:3 skal ikkje reknast med. Deler av arealdet bør vere flatt (1:20), med mindre det er tilrettelagt for ein bestemt funksjon (som til dømes akebakke).
- Areal smalare enn 10 meter bør ikkje reknast med, med mindre det har ein konkret funksjon som leikeareal.
- Leikeplassar bør i størst mogleg grad plasserast i tilknyting til friområde eller anna overordna grønstruktur.
- Det skal vere vegetasjon på området og leikeplassen skal innehalde buskar eller tre.
- Arealet skal opparbeidast med leikeapparat og beplantning, men bør behalde mest mogleg av det naturlege terrenget, eksisterande tre og anna vegetasjon der dette i seg sjølv gir gode leikeareal og opphaldskvalitetar. Møblering av leike- og aktivitetsområdet bør appellere til barn sin kreativitet og ha ein høg estetisk kvalitet.
- Leikeplassen skal vere lett tilgjengeleg og tilkomsten til området skal vere universelt utforma.
- Leikeplassen skal opparbeidast med benkar eller anna sittemøblement og bord. Samlingsplassen bør ha ein solrik og lun plassering på tilnærma flatt areal.
- Det skal vere fast dekke på deler av arealet. Opparbeida sitteplassar og samlingsplassar skal vere tilgjengeleg for alle og bør ha fast dekke.
- Deler av arealet skal ha "mjukt" dekke, som til dømes gras, bark eller skogsbotn.
- I samband med søknad om oppføring av bustadar skal det utarbeidast illustrasjonsplan for utforming av leikeområde.
- Ved utbygging av bustadområde skal leikeplassar med funksjonskrav vere ferdigstilt innan første bustad gis bruksløyve.
- Dersom areal som er sett av til, eigna for eller nytta til leik vert gjort om til andre føremål, skal det sikrast fullgodt erstatningsareal i rimeleg nærleik. Erstatningsareal skal alltid sikrast gjennom endring av reguleringsplan.



Fugleredehuske i Kleppevegen. Foto: Regine S. Aklestad.

5.4 Krav til nærleikeplass

Nærleikeplassar er mindre leike- og aktivitetsområde til dømes i ei bustadgate. Barn skal kunne kome til området og leike trygt utan følgje av vaksne. Området skal plasserast med synleg kontakt frå bustadane.

Maksimal avstand frå bustad til nærleikeplassen er 50 meter ved konsentrert småhusbusetnad i sentrum og blokkbusetnad. Maksimal avstand ved frittliggande busetnad og konsentert småhusbusetnad utanfor sentrum er 100 meter. Som i rettleiaren "Grad av utnytting" vert frittliggande busetnad her definert som einebustadar og horisontalt og vertikalt delte tomannsbustadar. Konsentrert småhusbusetnad vert definert som småhus, samanbygd i kjeder eller rekkjer, med inntil tre målbare plan, der bygningen si høgd fell innanfor høgder gitt i pbl § 29-4.

Nærleikeplassen skal i hovudsak vere tilrettelagt for dei minste barna (0–6 år), men bør også kunne fungere som ein samhandlingsarena mellom barn, unge, vaksne og eldre. Det bør difor leggjast til rette for å samle folk for til dømes grilling eller piknik, så vel som til leik. Nærleikeplassar skal normalt plasserast på bakkenivå.

Nærleikeplassen kan vere ein del av kvartals-leikeplassen, men ikkje viss kvartalsleikeplassen er tilknytt eit barnehage- eller skuleområde (barnehagar og skular er ikkje offentleg tilgjengelege på dagtid).

Nærleikeplassar skal regulerast til leikeplass.

I tillegg til felles krav til nær- og kvartalsleikeplassar vist i kapittel 4.2 gjeld fylgjande krav for nærleikeplassar:

- Maksimal avstand frå bustad til nærleikeplassen er 100 meter. Unntak: ved konsentrert småhusbusetnad i sentrumskjernen og blokkbusetnad er maksimal avstand 50 meter.
- Krav til nærleikeplass vert utløyst ved den femte bueininga i utbyggingsområdet.
- Leikeplassen skal vere minst 200 m^2 og kan dekke opp til 20 bueiningar. I indre sentrumssone kan ein vurdere å redusere storleiken til 120 m^2.
- Nærleikeplassen skal opparbeidast med benk, bord og minst tre leikeapparat eller installasjonar (som til dømes klatrestativ, balansestokkar, vannleik eller leikehytte. Sjå fleire døme side 15–17).

5.5 Krav til kvartalsleikeplass

Kvartalsleikeplassane skal i hovudsak tilpassast både små og store barn (0–12 år), men kan også leggast til rette for fleire aldersgrupper. Kvartalsleikeplassar skal vere offentlege areal. Barn skal kunne kome til området og leike trygt utan følgje av vaksne.

Kvartalsleikeplassar kan vere frittståande, større offentlege leikeplassar, eller offentlege barnehagar og skular. Ulempa med uteområde nytt til offentlege barnehagar og skular er at dei ikkje er offentleg tilgjengeleg på dagtid i skuleåret. Uteområde knytt til private barnehagar og skular kan ikkje regnast med, då dei kan vere utilgjengelege også på ettermiddag og kveldstid. Ein bør difor legge til rette for kvartalsleikeplassar som ikkje er tilknytt barnehagar og skular.

Kvartalsleikeplassar som ikkje er knytt til barnehagar eller skular skal regulerast til leikeplass i planen.

I tillegg til felles krav vist i kapittel 4.2 gjeld fylgjande krav for kvartalsleikeplassar:

- Innan 300 meter frå bueiningane skal det vere ein kvartalsleikeplass.
- Leikeplassen skal vere minst 1500 m^2 og kan dekke opp til 200 bueiningar.
- Kvartalsleikeplassar skal plasserast på bakkenivå.
- Kvartalsleikeplassen skal tilretteleggast for variert aktivitet som til dømes aking, sykling, balleik eller liknande. Ballbanar bør vere minst 20x28 meter med gras, grus, kunstgras eller asfalt og med utstyr for ulike typar ball-leik (ballvegg, korg, mål eller liknande).
- Kvartalsleikeplassen skal opparbeidast med benk, bord og minst seks leikeapparat eller installasjonar (som til dømes hinderløype, Tarzanbane, skateboardramper, klatrekonstruksjonar, leikehytte, bordtennisbord balanseløype, vannlek eller sykkelløype. Sjå fleire døme side 15–17).
- Kvartalsleikeplassen bør ha terrengforming med grasbakke eller høve til aking.
- Kvartalsleikeplassen skal innehalde minst eit klatretre.



Rådhusleikeplassen. Foto: Volda kommune.

5.6 Større aktivitetsområde

Større aktivitetsområde er område knytt til til dømes barnehagar, skular og idrettsområde. Mange av desse uteområda er det kommunen som har ansvar for å bygge og drifte. Uteområde knytt til offentlege barnehagar og skular vert gjerne også nytta på ettermiddags- og kveldstid.

Maksimal gangavstand frå bustad til eit slikt større uteområde bør ikkje vere meir enn 1000 meter Størrelse og utforming av desse områda vil variere ut frå målgruppe. Områda kan vere regulert til ulike formål, som til dømes friområde, nærmiljøanlegg, idrett eller offentleg og privat tenesteyting.

Barnehagar
Barnehagen ligg som oftast i eit bustadområde og er ein viktig del av barn sitt oppvekstmiljø, difor bør barnehagen leggast til dei beste tomtene. Utearealet i barnehagane vert gjerne nytta som leikeplass på ettermiddags- og kveldstid. Omsyn til barna sin utvikling og helse bør ha høgste prioritet, jf. barnehagelova § 2.

Utdrag frå barnehageloven § 2:

Barnehagen skal gi barn muligheter for lek, livsutfoldelse og meningsfylte opplevelser og aktiviteter.

Barnehagen skal støtte barns nysgjerrighet, kreativitet og vitebegjær og gi utfordringer med utgangspunkt i barnets interesser, kunnskaper og ferdigheter.

Barnehagen skal ha en helsefremmende og en forebyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller.

Forskrift om miljøretta helsevern i barnehager og skoler har som mål å bidra til eit betre oppvekst- og læringsmiljø for barn i barnehagen. Dokumentet "veileder til forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler" gir ein innføring i regelverket med tolkingar og konkrete døme. Veilederen inneheld mellom andre krav og gode råd knytt til val av tomt og utforming av uteareal. Kunnskapsdepartementet har i denne fastsett veiledande normer for inne- og uteareal i barnehagar, og krava er knytt til tal barn. Normen seier at uteareal per barn under tre år bør vere 33 m^2 og 24 m^2 for barn over tre år (om lag seks gongar leike- og opphaldsareal inne).

Kunnskapsdepartement sin "Veileder for utforming av barnehagens utearealer" gir også råd, inspirasjon og kunnskap om korleis ein kan sikre høg kvalitet på uteområda til barnehagane.

Barne- og ungdomsskular
Barn og unge oppheld seg store delar av dagen på skulen, både i samband med undervisning, i skulefritidsordning og i fritida elles. I opplæringslova § 9a-1 står det at “Alle elever i grunnskolen og videregående skoler har rett til et godt fysisk og psykososialt miljø som fremmer helse, trivsel og læring.” Tilstrekkeleg dagslys har betydning for elevar si helse og læringsevne. Fysisk aktivitet er viktig for konsentrasjon og tileigning av kunnskap, og skulen sitt uteområde er avgjerande viktig med tanke på barn si helse og trivsel.

Statistikk viser at aktivitetsnivået hos barn og unge synker med alderen, og ein kan sjå ein markant nedgang i aktivitetsnivå frå barneskule- til ungdomsskuleelevar. Samtidig seier 40 % av landet sine ungdomsskuler at den største hindringa for fysisk aktivitet i skuletida er manglande tilrettelegging og utrustning (Sosial- og helsedirektoratet sin rapport “Skolens utearealer”).

Dokumentet "Veileder til forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler" inneheld mellom anna krav og gode råd knytt til val av tomt og utforming av uteareal. Utforminga av uteareal til skulane skal stimulere til eigenaktivitet, men også til organiserte aktivitetar. Stortinget har nyleg vedteke at alle barne- og ungdomsskuleelevar skal få ein time fysisk aktivitet på skulen kvar dag. Dette gjer at ein i framtida bør tenkje innovativt og sjå på nye moglegheiter for korleis ein kan nytte uteområda meir til fysisk aktivitet, og knytte det til undervisning eller nye typer læringsmiljø. Helsedirektoratet anbefalar minimum nettoareal på uteområda til skulene på 50 m^2 per elev (Helsedirektoratet sin veileder: Miljø og helse i skolen).



Uteområda til barnehagen må kunne nyttast til variert aktivitet heile året. Foto: Engeset barnehage.

Tabellen under viser funksjonar ein bør ta i vare på skulen sitt uteområde, med døme på fysiske tiltak. Sjå også kapittel 4.8 for fleire døme med bilete.

”Det heile barnet”	Funksjonar	Døme på tiltak og element
Det sosiale barnet	Gi rom for sosial interaksjon Gi rom for allsidig fysisk aktivitet Gi rom for spenning og uforutsigbarheit	Anlegg og areal for klatring/buldring; klatrevegg, klatrekube, buldrestein, klatrenett. Hinderløype, turnapparat, element for balanse, slakk-line. Utandørs treningsapparat; armgang, hevestang, benkpress, knebøy. Parkour. Aking, ski, snøbrett, isflate, skøyter, hockey. ”Snøballkastebane”, kunstisflate, vanningskum til is. Ulike småspill, naturgolf, minigolf, bordtennis, svingtennis, smashball, klinkekulebane. Friidrettsaktivitetar; hopp, løp, kast. Ulike ballbanar (fotball, basket, handball), flerbruksflatar, ballvegg/-binge, sandvolleyball, streetbasket. Asfalt-, gras- og grusflate, opne område til løping og regelleik. Asfaltflate til hoppetau, paradis, stikkball, kritteikning. Sykkelløype, BMX-bane, skate/rulleskøyteanlegg. turnbasseng, jungelleik, slengtaujungel, ”edderkoppnett”. Sklie, reie, vippe.
	Gi rom for sosial interaksjon Gi rom for å trekkje seg tilbake	Gapahuk, sittegrupper, levegg, grill-/bålplass, lavvo, barhytte, tett skog, ”kosekrok”, ”kjærleiksstunnel”, tjukkas, leskur. Utandørs sjakkbrett, stigespel, mølle.
	Gi moglegheit for å endre det fysiske miljøet Gi rom for skapande aktivitet	Byggeleikeplass, skogsområde, hytter, naturleikeplass, vannleikeplass, område for snø- og isforming, ”taggemur”, ”mekkeplass” for syklar, område for teater og musikk, amfi, radiobilbane.
	Gi rom for spenning og uforutsigbarhet Skape lokal identitet	Naturområde og variert terreng: bekk, vann, fjell, skog, eng, slette, park, fiskeplassar, grotter, labyrint, o-løype, steinpark, broer, kratt, ur.
Det trygge barnet	Skape tryggleik Skape trivsel Vere integrerande	Mobbeførebyggande tiltak generelt, vennebenk, tilrettelegging for personar med nedsett funksjonsevne, trafikktryggleik, gang- og sykkelveger, sikre snarvegar”, skille trafikkareal med fysiske stengsel, sikre apparat, fallunderlag, jamlege leikeplasskontrollar, uteareal under tak, turstiar, moglegheit for å separere ulike brukargruppar, vegetasjon, belysning, kunst, støyskjerming, sykkelparkering
Det kunnskapssøkande barnet	Gi rom for kunnskapstilegning Utøving av virkelighetsnær læring	Skulehage, biehotell, insektshotell, uteklasserom, vannkraftanlegg, regnbed, værstasjon, fugle- og froskedam, bålplass til matlaging, ”leseskog”, område for kulturminner, natursti, geologiske førekomstar, fuglekikketårn, fuglekasser, ”minigardsbruk” med dyr, utstyrsbod med læremiddel for uteskule, ”first lego league”-bane, bekk, vann, fjære, fjell, skog, labyrint, o-løype, bruer, kratt, ur, eng/slette, park, fiskeplassar, grotter

Aktuelle funksjonar ein bør ta i vare på skulen sitt uteareal, med døme på fysiske tiltak/element. Tabellen er bearbeida frå tabell i Sosial- og helsedirektoratet sin rapport “Skolens utearealer”, s. 34.



Volda Dirtpark. Foto: Ida Ankile Johnsen, Avisa Møre

Retningsliner knytt til barnehagane og skulane sine uteområde:

- Uteområdet skal ha gode soltilhøve og bør skjermast mot ubehagelege klimaforhold, forureining, støy, trafikk og andre risikofaktorar.
- Utforming av området bør tilpassast eksisterande terreng, og terrenget bør vere variert. Utearealet skal vere stort nok og egna til leik.
- Det skal vere vegetasjon på området. Eksisterande vegetasjon bør takast i vare der det er mogleg. Uteområdet skal innehalde naturlege gjenstandar og materialar som kan nyttast i leiken.
- Utforming og utstyr skal stimulere til utvikling av grunnleggande motoriske rørsler som å krype, rulle, gå, springe, hoppe, hinke, klatre, henge, slenge og balansere. Uteområdet skal stimulere til variert aktivitet aktivitet heile året.
- Uteområdet skal gi rom for spenning, meistring, uforutsigbarheit og risikofylt leik. Uteområdet skal by på ulik vanskegrad og utfordringar for alle alderssteg.
- Uteområdet skal stimulere til fantasi og kreativ leik.
- Alle barn skal få erfare å få innflytelse på det som skjer i barnehagen sitt uteområde.
- Uteområdet skal stimulere alle sansane; syn, hørsel, lukt, smak og følesans.
- Uteområdet skal gi rom for tryggleik og kvile.
- Uteområdet skal vere trivselsskapande og integrerande, og gi rom for sosial interaksjon.
- Uteområdet skal gi rom for å tilegne seg ny kunnskap og skape lokal identitet.
- Området skal planleggast med omsyn til universell utforming. Områda skal også gi moglegheiter for individuelle løysingar, slik at både motorisk svake og motorisk sterke barn kan få utfordringar på sitt nivå.
- Leik og aktivitetsområde skal utformast på ein slik måte at personar ikkje vert utsatt for urimeleg fare. Leikeplassen skal vere ein trygg opphaldsstad samstundes som den gir barn utfordringar.
- Ein utomhusplan som synleggjer korleis krava vert fylgt opp skal leggast ved byggesøknaden.

Våren 2018 vart det sett saman ein prosjektgruppe som fekk i oppgåve å arbeide med uteområda tilknytt dei kommunale barnehagane. Prosjektgruppa vart sett saman av representantar frå ulike sektorar i kommunen; Opplæring og oppvekst, Teknisk, Utvikling og folkehelsekoordinator. Prosjektgruppa har m.a. utarbeidd sjekklista "Uteområde med kvalitet". Sjekklista tek utgangspunkt i punkta over, og kan nyttast som verkty for å vurdere kvaliteten på barnehagene sine uteområde. Sjekklista kan til dømes gjennomførast i forkant av oppgraderings- eller utviklingsarbeid.

6 TILSKOT

Volda kommune har ansvar for planlegging, utvikling, drift og vedlikehald av kommunale barnehagar og skular, inkludert uteområda. Volda kommune har også, gjennom spelemiddelsøknadar og ulike nærmiljøprosjekt, vore med på å utvikle området rundt til dømes stadion, leikeplassen i Rådhusparken og nærmiljøanlegg ved Folkestad skule. Volda kommune har ikkje, per dags dato, øyremerka midlar til utvikling av nærleikeplassar. Mange av nærleikeplassane i buområda er private og tilhøyrer til dømes ulike busameiger.

Viss ein ynskjer å utvikle eksisterande leike- og aktivitetsområde, som til dømes ein nærleikeplass, er ein ofte avhengig av samarbeid mellom fleire aktørar. Det er mogleg for private busameige, grendautval og andre å søkje om midlar til å utvikle leike- og aktivitetsområde. Ofte er det eit krav at søkjar (også frivillige organisasjonar) må vere registrert i Brønnøysundregistra. Ordningane varierar frå år til år, nokre vert borte og andre kjem til. Her er likevel ei liste over eit utval aktuelle ordningar:

Tilskudd til nyskapende aktivitetsarenaer
Ny tilskotsordning frå Kulturdepartementet.
Dei ynskjer å ønsker å bidra til nye ideer om, og etablering av nye typer anlegg for egenorganisert fysisk aktivitet.
https://www.anleggsregisteret.no/anlegg-for-idrett-og-fysisk-aktivitet/nyskapende-aktivitetsarenaer/

Tilskot til anlegg for idrett og fysisk aktivitet.
Spelemidlar til anlegg for idrett og fysisk aktivitet (ordinære anlegg, kart og nærmiljøanlegg.
Søkarar kan vere kommunar, fylkeskommunar, idrettslag, samvirkeføretak, stiftingar eller andre samanslutningar. Anlegget må vere prioritert i kommunane sin Kommunedelplan for idrett og fysisk aktivitet og tilhøyrande handlingsprogram.
https://mrfylke.no/Tenesteomraade/Kultur/OEkonomisk-stoette/Spelemidlar/Tilskot-til-anlegg-for-idrett-og-fysisk-aktivitet

Tilskot til friluftsaktivitet
Møre og Romsdal fylkeskommune gir tilskot til stimuleringstiltak og haldningsskapande arbeid for friluftsliv, med vekt på å styrke allmenta sine interesser. Frivillige organisasjonar kan søkje.
https://mrfylke.no/Tenesteomraade/Kultur/OEkonomisk-stoette/Folkehelse-og-fysisk-aktivitet/Tilskot-til-friluftsaktivitet

Tilskot til lågterskel fysisk aktivitet
Møre og Romsdal fylkeskommune gir tilskot til stimulering av lågterskelaktivitetar for personar som fell utanfor dei ordinære idretts- og aktivitetstilboda. Frivillige lag og organisasjonar kan søkje.
https://mrfylke.no/Tenesteomraade/Kultur/OEkonomisk-stoette-og-stipend/Folkehelse-og-fysisk-aktivitet

Tilskot til enkle friluftstiltak
Medverke til realisering av mindre friluftstiltak, anten tilrettelegging eller istandsetting for å spreie ferdsel og hindre slitasje. Frivillige organisasjonar, privatpersonar og andre kan søkje.
https://mrfylke.no/Tenesteomraade/Kultur/OEkonomisk-stoette-og-stipend/Folkehelse-og-fysisk-aktivitet

Prosjekttilskot til frivillig, fleirkulturell verksemd
Ordning frå Møre og Romsdal fylkeskommune. Formålet med tilskotsordninga er at den skal gå til frivillig verksemd som er med på å skape møteplassar og aktivitet på tvers av ulike grupper i befolkninga. Målgruppa er i første rekke frivillige organisasjonar som gjer ein særleg innsats på det fleirkulturelle området.
https://mrfylke.no/Tenesteomraade/Kultur/OEkonomisk-stoette/Folkehelse-og-fysisk-aktivitet/Prosjekttilskot-til-frivillig-fleirkulturell-verksemd

Gjensidigestiftelsen
Gjensidigestiftelsen støttar prosjekt som bidreg til at fleire er fysisk aktive, t.d. bygging og tilrettelegging av anlegg og områder for ulik fysisk aktivitet som idrett og friluftsliv samt aktivitetsutstyr. Dei støtter m.a. lag, foreninger og organisasjoner som er registrert i frivillighetsregisteret.
http://www.gjensidigestiftelsen.no/gavevirksomheten#innsatsområder

Prosjektmidlar Sparebank1 Søre Sunnmøre
Prosjektmidlane skal gå til større og konkrete prosjekt med varig verdi. Midlane frå banken skal vere viktig for realiseringa av prosjektet og ha brei nytteeffekt i lokalsamfunnet.
https://www.sparebank1.no/nb/sore-sunnmore/om-oss/samfunnsansvar/prosjektmidlar.html

Det er også mogleg å søkje andre lokale bankar og bedriftar om tilskot.

7 KJELDER

Kapittel 3 Føringar inneheld lovar, retningsliner og anna kunnskapsgrunnlag som har vore aktivt nytta i arbeidet med denne rettleiaren. I den digitale utgåva av dokumenta finn ein også direktelenker i kapittel 3. Andre kjelder:

Artsdatabanken. (2018). Søk i fremmede arter. Tilgjengeleg frå: https://www.artsdatabanken.no/fremmedearter

Barnetråkk. (2018). Barnetråkk. Tilgjengeleg frå: https://www.barnetrakk.no/

Duale, N. og Brunborg, G. (2011). Støtdempende fallunderlag. Tilgengeleg frå: http://www.miljodirektoratet.no/old/klif/publikasjoner/2879/ta2879.pdf

Fjørtoft, I. (2000). *Landscape as Playscape: The Effects of Natural Environments on Children's Play and Motor Development.* Tilgjengeleg frå: https://www.researchgate.net/publication/252182057_Landscape_as_Playscape_The_Effects_of_Natural_Environments_on_Children%27s_Play_and_Motor_Development

Giske kommune. (2018). Kommuneplanen sin arealdel 2018-2030. Føresegner og retningsliner. Tilgjengeleg frå: https://www.giske.kommune.no/_f/p1/i6bb47eaf-ed14-4a33-a7f9-271e78e41694/kommuneplanen-sin-arealdel-for-giske-kommune-2018-2030-foresegner-og-retningsliner_20180227.pdf

Giske kommune. (2014). Norm for leikeareal og friområde i Giske kommune. Tilgjengeleg frå: https://www.giske.kommune.no/_f/p1/id6d50ea1-a5b6-4f73-ab1b-77770b41ac99/norm-for-leikeareal-og-friomrade-i-giske.pdf

Helse- og omsorgsdepartementet. (2013) Fysisk aktivitet. Tilgjengeleg frå: https://www.regjeringen.no/no/tema/helse-og-omsorg/folkehelse/fysisk-aktivitet/id589909/

Helsenorge. (2018). Planter og bær. Tilgjengeleg frå: https://helsenorge.no/Giftinformasjon/tema-planter-og-bar

Klima- og miljødepartementet. (2016). Retningslinje for behandling av støy i arealplanlegging. T-1442/2016. Tilgjengeleg frå: https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/retningslinje-for-behandling-av-stoy-i-arealplanlegging/id2526240/

National Geographic. (2015). Ny forskning hevder at du blir smartere av å klatre i trær eller balansere på bom. Tilgjengeleg frå: http://natgeobloggen.no/2015/08/05/ny-forskning-hevder-at-du-blir-smartere-av-a-klatre-i-traer-eller-balansere-pa-bom/

Norsk Form. (2010). *Barnetråkk. Veileder 2010. Registrering av barn og unges arealbruk.* Tilgjengeleg frå: https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/md/bilder/planlegging/veiledere/barn/barnetrakk_2010.pdf

Norsk Helseinformatikk. (2018). Giftige planter. Tilgjengeleg frå: https://nhi.no/familie/barn/giftige-planter/?page=2

Parkmiljø. (2017). Fallunderlag. Det du trenger å vite om fallunderlag til lekeplass og treningspark. Tilgjengeleg frå: https://www.parkmiljo.no/butikk/lekeplass/fallunderlag

Rundskriv T-2/08. (2008). Om barn og planlegging. Tilgjengeleg frå: https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/md/vedlegg/rundskriv/t-2-08.pdf

Standard Norge. (2018). Lekeplassutstyr. Tilgjengeleg frå: https://www.standard.no/fagomrader/forbruker1/lekeplassutstyr/

Stortinget. (2018). Representantforslag om å innføre en ordning som sikrer elever på 1.-10. trinn minst én time fysisk aktivitet hver dag. Tilgjengeleg frå: https://www.stortinget.no/no/Saker-og-publikasjoner/Saker/Sak/?p=69702

Thoren, A.-K. og Nyhus, S. (1994.) *Planlegging av grønnstruktur i byer og tettsteder.* Tilgjengeleg frå: https://www.nb.no/nbsok/nb/bb062a4711d6f40b641ae749e18d464e?lang=no#23

Tress Utemiljø. (2018). Bord med benk 6-kant. Tilgjengeleg frå: https://www.tress.com/nb-no/lekeplass-og-parkutstyr/opphold-og-utemiljoe/bord-med-benk-6-kant-807957/

Ulstein kommune. (2017). Kommuneplanen sin arealdel 2017-2029. Føresegner og retningslinjer. Høyringsdokument. Tilgjengeleg frå: https://www.ulstein.kommune.no/Handlers/fh.ashx?MId1=129&FilId=3110

Unicef. (2018). Plakat til alle grunnskoler. Tilgjengeleg frå: https://www.unicef.no/barnekonvensjonen

Uniqa. (2018). Vannlek "Spree". Tilgjengeleg frå: https://www.uniqa.no/26067

Volda kommune. (2018). *Planprogram Arealdelen 2018-2030.* Tilgjengeleg frå: https://www.volda.kommune.no/_f/p39/i26f7efbb-2957-478b-88b9-33c6b70b771c/planprogram_arealdelen.pdf

Ålesund kommune. (2016). Bestemmelser og retningslinjer. Vedlegg til kommuneplanens arealdel 2016-2028
Tilgjengeleg frå: https://kartserver.esunnmore.no/webinnsyn/Content/plandialog/GetGIplanregisterFil.aspx?systemid=de68301d46534a6a95d0477ab132bb91&k=1504&arkivnavn=WINMAP

Bilete på side 16–17:

2: Foto: Sollia barnehage
3: Foto: Oppigarden barnehage
6: Foto: Søve. Tilgjengeleg frå: https://www.sove.no/katalog/lekeapparater/galge-med-balanseklosser
7: Foto: Austefjord barnehage
17: Foto: Ingebjørg Felde. Tilgjengeleg frå: http://www.snertingdal-narmiljopark.no/flott-apningsfest/
19: Foto: Michael Fuller-Gee
21: Foto: Alstahaug kommune. Tilgjengeleg frå: http://www.alstahaug.kommune.no/tufteparken-asen-ny-aktivitetspark-i-sandnessjoeen.5775104-175568.html
23: Foto: Boex. Tilgjengeleg frå: https://www.boex.co.uk/portfolio/national-trust-outdoor-gym/
24: Foto: Torgeir Dimmen
28: Foto: Norsk Countrytreff. Tilgjengeleg frå: https://www.norskcountrytreff.no/hesteskokasting/
32: Foto: petanque.no

11, 16, 30, 31, 33: Foto: Berit Koen.
Øvrige bilete på side 16–17: Regine Solberg Aklestad



Foto: Arnfinn Hovde.

Volda kommune
Stormyra 2
6100 Volda
postmottak@volda.kommune.no