

Färre konflikter

Minskar aggression

Friluftsliv som ung ger
rörelseintresse som
vuxen oavsett
socialgrupp

Relationen
lärare – elev
förbättras

Mer fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet hjälper
hjärnan

Stärker immunförsvaret

Ger bättre sömn

Bidrar till en mer
genusneutral lekplats

Förbättrar motoriken

Förbättrar elevens
prestationsförmåga

Förbättrar
koncentrations-
förmågan

Ju fler sinnen vi lär med
desto mer kommer vi
ihåg

Hjälper barn med
diagnosen ADHD

Lugnare barn och vuxna

Reducerar stress och
förbättrar
återhämtningen

Bidrar till långlivade
episodiska minnen och
en lust till lärande

Ökat deltagande och
kommunikation i
undervisningen

Bättre effekt på de
utsatta grupperna i
samhället

Förstärkt känsla av
sammenhang (KASAM)

Ökar oftast
miljöengagemanget

Ökar kreativiteten

Bättre psykisk hälsa

Variation i undervisningen

Kunskap genom egna
upplevelser

Bättre ljudmiljö