

I naturen bruker barna alle sansene og tilegner seg kjennskap til hva kroppen kan beherske.

1. Syn, hørsel, lukt, smak, berøring brukes aktivt og utvikler hjernen og nervesystemet. Sensorisk bearbeiding forbedrer **balanse, koordinasjon og kroppsbevissthet.**
2. Sanseinntrykkene i naturen er rolige, varierte og ekte. Barna blir mer fokuserte og til stede i øyeblikket. Positiv effekt på **oppmerksomhet og læring.**
3. Å høre en uvanlig lyd, kjenne en spesiell lukt eller se noe som beveger seg i gresset vekker barns **nysgjerrighet og lyst til å utforske.**
4. Å bruke sansene gjør barna mer fortrolig med naturen. Jo mer de sanser og forstår, jo **tryggere** blir de i ulike omgivelser.
5. Når barna opplever noe med sansene, får de behov for å sette ord på opplevelsen. Det lukter rart! Den var myk! Dette **utvikler språk, begreper og evne til å uttrykke følelser og tanker.**

