



Helsingfors

Med Sissi på Herptilstigen

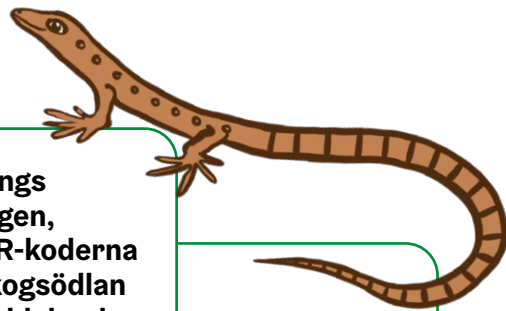
**Tilläggsmaterial för utflykter
med barn på Herptilstigen
i Nybondas i Helsingfors**

Med Sissi på Herptilstigen

Tilläggs materialet *Med Sissi på Herptilstigen* är planerat för barn- och familjegrupper som vandrar på Herptilstigen. Herptilstigen finns i Nybondas i Helsingfors. Materialet introducerar barn till herptiler på ett lekfullt och åldersanpassat sätt. Du kan använda materialet direkt eller tillämpa det efter gruppens behov.

HERPTILSTIGEN är en naturstig i Nybondas i Helsingfors. Den berättar i ord och bild om ormar, ödlor och grodor i Nybondas.

Vandra längs Herptilstigen, skanna QR-koderna och läs skogsödlan Sissis meddelanden.



Så här går det till

Innan utflykten:

- Studera materialet och anvisningarna för utflykten *Med Sissi på Herptilstigen*.
- Aktivera qr-skannern på din mobiltelefon eller skriv ut kontrollkortet.
- Ni kan förbereda er inför utflykten tillsammans med barnen med ytterligare lekar. Du hittar dem på: Fler odleliga lekar och aktiviteter.
- Upptäck Herptilstigen, hel.fi/uutela > Rutter och naturstigar > Herptilstigen.

Under utflykten:

- Gå längs Herptilstigen. Starta vid infotavla 1 och fortsätt i nummerordning. Kartan och gröna kottmärken visar dig i rätt riktning.
- Stanna vid infotavlorna längs Herptilstigen. Skanna Sissis QR-koder från tavlornas stolpar och läs upp innehållet på mobilen för barnen. Du kan också använda i förväg utskrivna kontrollkort.
- Materialet innehåller också valfria lekar för början eller slutet på leden.

Efter utflykten:

- Med Sissis färgläggingsbild kan ni minnas herptilerna och utflykten.

HERPTILER är ett gemensamt namn för ormar, ödlor, sköldpaddor och groddjur. De undersöks av herpetologer.



Detta miljöutbildningsmaterial har tagits fram i samarbete med det finska miljöinstitutet Sykli. Texterna är av Hannamari Nylander och en arbetsgrupp av experter. Mosatonttu Oy står för redaktionen. Kartbas WSP. Grafisk design och teckningar av Vappu Ormio. KYMP/YMPA 2026.

Tips för utflykten

Tidpunkt

April och maj är den bästa årstiden att se herptiler. Herptiler är skygga djur som man inte ser på varje utflykt, och inte alls på vintern. Herptilstigens infotavlor visar dig fantastiska foton av Nybondas herptiler året om.

Utrustning

Klä dig efter vädret. Om en huggorm oväntat skulle dyka upp på stigen, ger stövlar det bästa skyddet. Kom ihåg matsäcken! Lägg din mat i flergångslåda för att redan i förväg undvika skräp på utflykten. Det finns utebord och ett tillgängligt Helsingfors-dass vid Nybondas kåta. Samla ihop ditt skräp och ta det med dig.

Huggormar

Huggormen är ett unikt och värdefullt djur, och man behöver inte vara rädd för den. Huggormsbett är dock farliga, särskilt för barn, personer med allergier och för husdjur. Om du blir biten av en huggorm ska du ringa 112, hålla dig lugn, undvika att röra på bettstället och följa de instruktioner du får. Genom att hålla sig på stigen minskar risken för bett.

Kåtan i Nybondas

Grupper från Helsingfors daghem kan boka Nybondas kåta åt sig. Helsingfors stads intranät har instruktioner om detta. Ensamma vandrare kan titta in i kåtan när kåtans frivilliga faddrar håller den öppen (ofta på söndagar). Kåtans öppettider finns på Facebook under "Uutelan kota" (dvs. Nybondas kåta).



Läge och rutter

Läge

Med Sissi på Herptilstigen följer Herptilstigen. Herptilstigen ligger i Nybondas friluftsområde, cirka 3 km från Nordsjö metrostation på Rataudden, 00990 Helsingfors.

För mer information om platsen och hur man tar sig till Nybondas: hel.fi/Uutela.

Rutten:

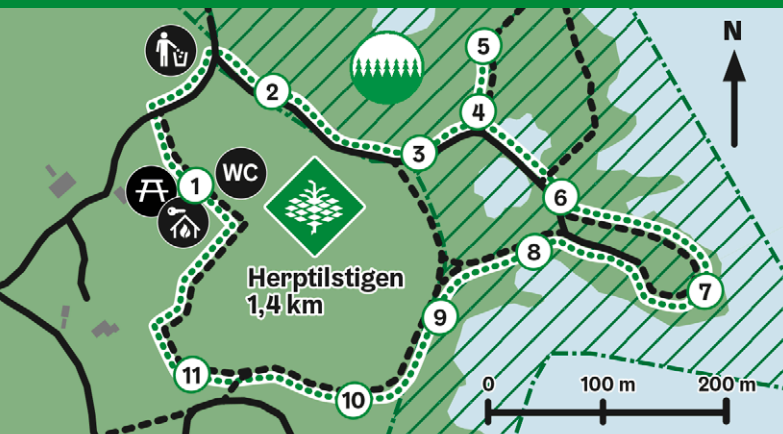
- Herptilstigen är 1,4 km lång.
- Öppen året om, inget vinterunderhåll.
- Reservera cirka två timmar för stigen, om ni går alla kontroller.
- Herptilstigen börjar och slutar vid Nybondas kåta.
- Det finns 11 infotavlor längs Herptilstigen. Tavlorna är på tre språk (finska, svenska, engelska) och innehåller många fotografier. Stolparna till tavlorna har qr-koder, med vilka man kan läsa innehållet i tilläggs materialet *Med Sissi på Herptilstigen*.
- Rutten är markerad med gröna kottmärken. Det finns skyltar i alla korsningar längs stigen.
- Naturstigen är hård hela vägen, men delvis gropig och med spänger.
- Det finns bänkar och bord nära kåtan för att hålla pauser. Bänkarna är dimensionerade för vuxna.
- Det finns en tillgänglig torrtoalett (Helsingfors-dass) nära Nybondas kåta.
- Mer om Herptilstigen och närmare om tillgänglighet: hel.fi/uutela > Rutter och naturstigar > Herptilstigen

Infotavlornas stolpar på Herptilstigen har qr-koder för att läsa innehållet i tilläggs materialet *Med Sissi på Herptilstigen*.

Med Sissi på Herptilstigen

Helsingfors

Kontrollkort för utskrift
(i stället för att använda QR-koder)



- | | | | | |
|--|--|------------------------------|--|-----------------------------|
| | | Herptilstigen | | Infotavla vid Herptilstigen |
| | | Stig eller stänger | | Utebord |
| | | Väg eller friluftsstig | | Helsingfors-dass |
| | | Ratauddens naturskyddsområde | | Kåta |
| | | | | Avfallskärl |

1

Med Sissi på Herptilstigen

Välkommen till grodornas och ormarens Nybondas!

” Hej! Jag är skogsödlan Sissi. Välkommen att följa med mig på äventyr och träffa mina herptilvänner. Vet du vad en herptil är? Herptiler betyder alla ödlor, ormar och grodor.

Vi herptiler är skygga. Du kanske ser oss om du går tyst på naturstigen och inte gör så mycket väsen av dig. På vintern ser du oss inte. Det är då vi går i ide för att överleva kölden.

Uppgift: Tyst trollformel

Jag har en trollformel som gör att jag kan gå tyst:

Shh-Shh-Shh-Shh-skogsödlan-Sissi

Er uppgift är att vara tystare än tyst när jag säger trollformeln *Shh-Shh-Shh-Shh-skogsödlan-Sissi*. Ska vi se hur det fungerar?

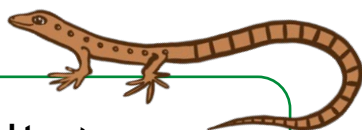
2

Med Sissi på Herptilstigen

Huggorm

” Vet du vad som är det mest uppenbara kännetecknet på en huggorm? Just det, ett sicksackmönster på ryggen. Det finns också huggormar utan sicksackmönster och de kan vara helt svarta.

Huggormen är ett skyggt djur. Ge tillräckligt med plats åt en huggorm du möter och rör dig lugnt. Visste du att huggormen har dålig syn och sniffar med tungan?



Uppgift: Sniffa med tungan

Jag har en rolig uppgift åt er. Nu får du visa tungan och pröva om du kan sniffa med den som en huggorm. Känner du lukt på tungan? Hurdana lukter kände du?

3

Med Sissi på Herptilstigen

Huggormen försvarar sig

” När du går skakar marken och den skygga huggormen slingrar snabbt undan. Man behöver inte vara rädd för huggormar. Huggormen biter bara om den känner sig hotad av situationen.

Hundar, särskilt valpar, är nyfikna och gillar att sniffa på marken med nosen. I sällsynta fall kan en huggorm försvara sig mot en hund som har kommit för nära och bita den i nosen. En hund som fått ett bett i nosen måste tas till en veterinär.

Uppgift: Jorden skakar

Dela in er i två grupper: vandrare och huggormar. Vandrarna stampar med fötterna i marken, huggormarna känner på marken med händerna. Kan du känna att jorden skakar? Byt roller så att alla får stampa och känna efter.

Grodor

” Har du någonsin sett geléliknande geggamoja i en damm? Om du tittar noga kan du se mycket små prickar inne i gelén eller rommen. Prickarna utvecklas till grodyngel, som växer till små grodor. När hösten kommer och luften svalnar faller grodorna i dvala. Då ligger de nästan orörliga tills vårsolen börjar värma upp dem igen.

Uppgift: Små grodorna

Nu får ni sjunga!
Minns någon sången om de små grodorna?

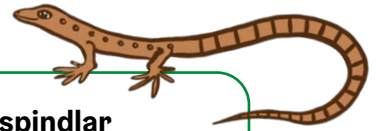
Små grodorna, små grodorna,
är lustiga att se,
små grodorna, små grodorna,
är lustiga att se.
Ej öron, ej öron, ej svansar hava de,
ej öron, ej öron, ej svansar hava de.

Små grodorna, nordisk sånglek

Skogsödla

” Har du någonsin sett en ödla utan svans? Vi ödlor har en säregen förmåga att lura rovdjur: vi kan fälla svansen när vi känner oss hotade.

Vi gillar att äta insekter, maskar och spindlar. Våra favoritställen här i Nybondas är strandklipporna och trädstammarna, särskilt när solen värmer riktigt skönt! Jag vet att vi är söta, men låt oss ändå vara i fred i vår egen hemmiljö.

**Uppgift: Vi äter spindlar**

Ödlorna gillar att äta insekter och spindlar. Föreställ dig vad spindlarna skulle smaka. Delikat, inte sant? Mums!

Vanlig padda

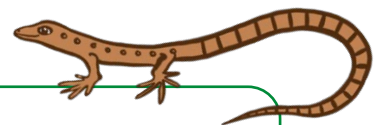
” Har du någonsin sett en grodliknande varelse som inte hoppar utan hasar sig fram? Du kanske har mött en padda. Visste du att paddorna rör sig på natten när luften är fuktigare? Maskar, sniglar och insekter är delikatesser för paddorna.

Uppgift: Padda på kvällspromenad

Din uppgift är att hasa fram längs stigen till nästa infotavla, långsamt som en padda, på huk, med stora steg medan du ”öser” sidledes med labbarna.

**Snok**

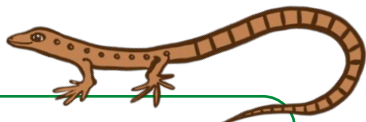
” Nu ska jag berätta lite om snoken. Snoken är Finlands största orm. Snoken känns bäst igen på de gula eller ljusa fläckarna i nacken och dess svarta färg. Visste du att snoken är en bra fiskare!

**Uppgift: Jätteorm**

I nästa uppgift är samarbete en superkraft! Ta ett lätt grepp om kompisens axlar. Hela gänget går tillsammans i en rad, sakta slingrande framåt, som en gigantisk snok.

Mindre vattensalamander

” Har du någonsin hört talas om vattenödlor eller mindre vattensalamandrar? Nå, jag ska berätta för dig! Vattensalamandrar är fläckiga. Vattensalamanderns ungar utvecklas ur mycket små ägg. När vattenödlorna blir vuxna kryper de upp på torra land. Om du vill träffa en vattenödlas är det bäst att vara ute och gå i skymningen!



Uppgift: Vattensalamanderns matdikt

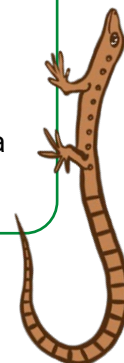
Vattenödlan i vattnet, tanken sågar,
hur häpnadsväckande vidare den vågar.
Månen en lunch med sallader
eller gräddvåfflor med ballader?
Ödlan snarare insekter slukar,
än gräddiga våfflor slafsar.
Vad smak månen du hellre gilla,
kanske havremjolk och bullig bulle?

Skinnömsning

” Har du märkt att dina kläder ibland plötsligt är för små och inte passar längre? Då behöver du större kläder. Vi herptiler bär inte kläder. Men även för oss blir huden gradvis för liten och trång. Lyckligtvis kan vi ömsa den till en ny hud. Visst är det väldigt praktiskt!

Uppgift: Små kläder

Föreställ dig att du har kläder som är för små. Hur känns det? Hur känns det i tårna om skorna är för små?



Kopparödla

” Även om kopparödlan ser ut som en orm är det faktiskt en ödla utan ben. Kopparödlan rör sig långsamt och är duktig på att gömma sig. En kopparödla kan vara tiotals år gammal!

Uppgift: Kopparödlans poesilek

Jag är fager och kopparskön
ingen alls vill jag något illa.
(vi stryker över huden)
Jag rör mig sakta, dold i skuggan,
jag är inte en orm, nej, nej!
(vi vrider oss och ruskar på huvudet)
Åldern min, den är tio eller tjugo,
(vi räknar fingrar)
ser du måntro, jag är en ödla utan fötter?
(vi stampar)
Jag gillar att äta larver,
på kvällen plockas de lätt ur marken.
(vi plockar upp en larv från marken och äter smaskande)

Nybondas herptiler

” Är det någon som minns vilka andra än jag som bor här på Nybondas? Alldeles; snoken, huggormen, kopparödlan, grodan, en vanlig padda och en vattenödla. Det mindes ni bra!

Uppgift: Herptilisk frågesport

Här följer en liten frågesport om herptiler!
Vem har en gul fläck på nacken?
– Snoken
Vem kan fälla sin svans?
– Skogsödlan
Vilken ödla saknar ben?
– Kopparödlan
Vilken herptil hasar sig fram?
– Vanliga paddan
Vems rygg har ett sicksackmönster?
– Huggormen
Vad annat heter mindre vattensalamandern?
– Vattenödla
Vem kallas grodyngel som småtting?
– Grodan

Fler ödlelika lekar och aktiviteter

Lekar och aktiviteter kan vara inledning inför utflykten. Du kan också leka under utflykten, till exempel på planen vid Nybondas kåta.

● Följ herptilen

Vi går i rad. Den första i raden visar vad vi ska göra, och de övriga följer efter. Ni kan hoppa och kväka som grodor, väsa som ödlor, hasa fram som paddor... Till sist ni kan bilda en jätteorm: Barnen håller varandra i handen och ledaren drar kön i vridande rörelse. Till slut slingrar kön sig samman, som en orm som värmer sig i solen.

● Ödlans svans

Tjärbytta med modifikation. Rita en stor cirkel på marken och lägg till halvcirklar för att skapa ett bo för varje deltagare. En av spelarna blir ödla och "släpper sin svans" (käpp, vante e.d.) bakom ryggen på en annan spelare. Spelaren där svansen faller börjar springa i motsatt riktning än den som fällde svansen. Målet är att försöka hinna före ödlespelaren till det tomma ödleboet. Spelaren som blev utan bo blir nästa ödla. (Detta spel är lämpligt för barn i förskole- och skolåldern.)

● Ödla-groda-padda

Spelet går ut på att rita tre långa linjer på marken. Den första linjen är hem åt en ödla, den andra åt en groda och den tredje åt en padda. Lekledaren ropar i tur och ordning ut ödla, groda eller padda och barnen försöker alltid så fort som möjligt hinna till det djurets hem.

● Fridlyst

Låt oss tillsammans fundera på vad det innebär att ett djur eller en växt är fridlyst.

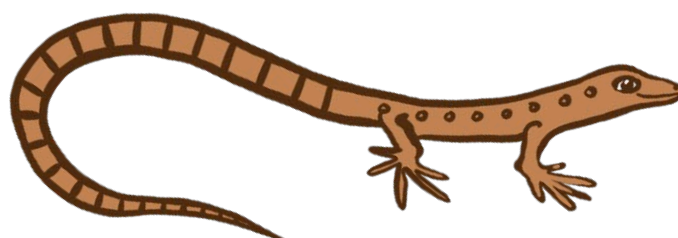
Syftet med fridlysning är att skydda arten i fråga. Man får inte plocka fridlysta växter. Man får inte fånga fridlysta djur eller deras ungar (t.ex. grodyngel) eller ha dem som keldjur.

● Tyst promenad

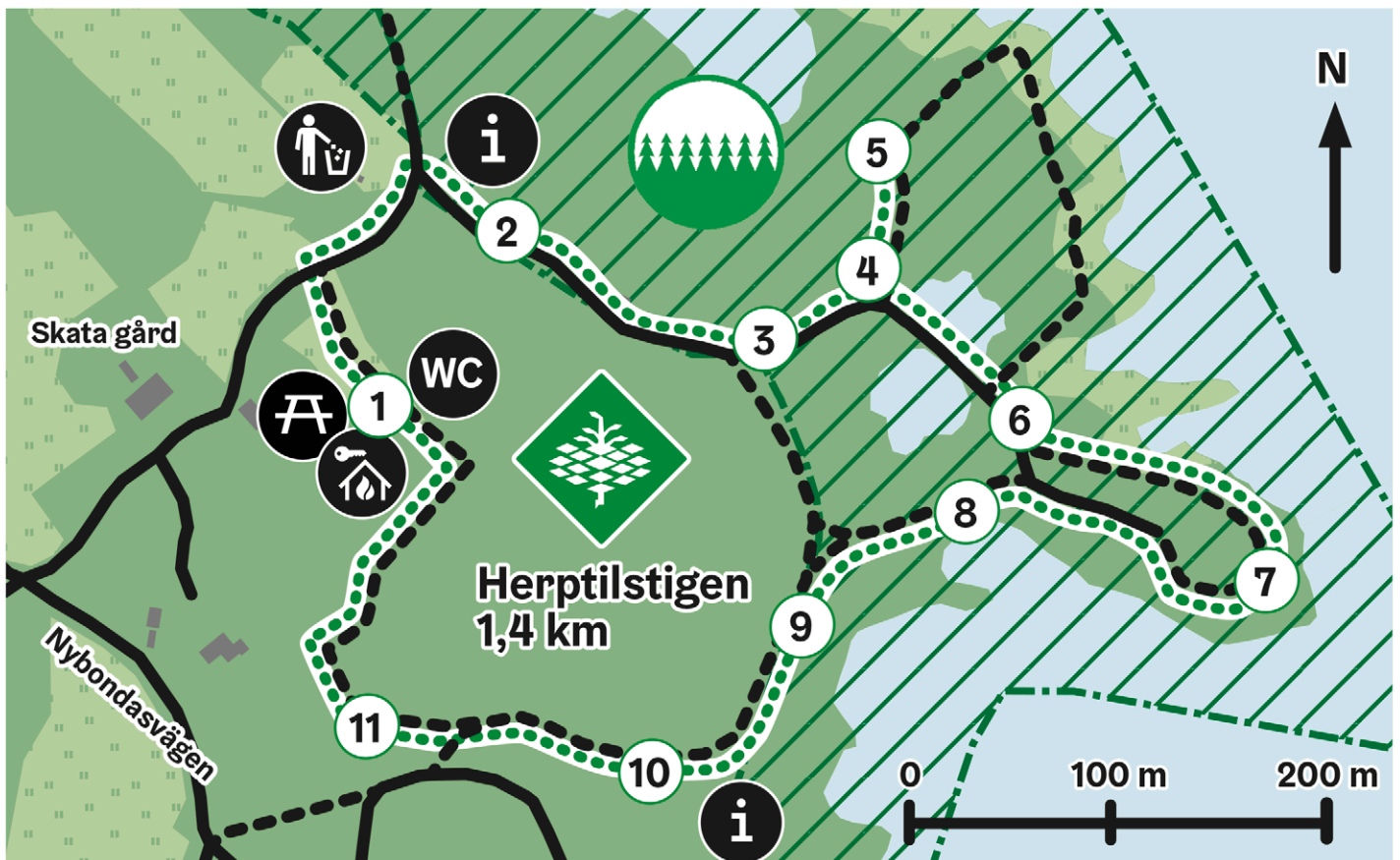
Vi övar på hur tyst och mjukt vi kan gå tillsammans. Hör du ljud från dina skor eller kläder? Vilka andra ljud kan du höra? (T.ex. fåglar, vinden, smattrande regn, lövprassel från träd, syrsor osv.)

● Herptiler som ett projekt

En naturutflykt kan vara en del av ett större inlärningsprojekt. Läs litteratur om herptiler och ta reda på vad de är, hur de lever och vad de äter. Du kan också inkludera ett evolutionärt perspektiv; grodor, ormar och ödlor har funnits på jorden i miljontals eller rentav hundratals miljoner år, så de är mycket äldre än vi människor.



Karta över Herptilstigen



Herptilstigen



Ratauddens naturskyddsområde

- 1 Välkommen till grodornas och ormarnas Nybondas!
- 2 Huggorm
- 3 Huggormen försvarar sig
- 4 Grodor
- 5 Skogsödla
- 6 Vanlig padda
- 7 Snok
- 8 Mindre vattensalamander
- 9 Skinnömsning
- 10 Kopparödla
- 11 Nybondas herptiler

- Stig eller stänger
- Väg eller friluftsstig
- Skogsområde
- Öppet område: betesmark, äng, åker eller odlingslott
- Vattenområde
- Byggnader
- Kartguide för naturskyddsområdet
- Utebord
- Helsingfors-dass
- Kåta
- Avfallskärl

