



GÖTEBORGS UNIVERSITET
Utbildnings- och forskningsnämnden för lärarutbildning

Rörelse i förskolan

– En kvalitativ studie om förskollärares syn på barns fysiska aktivitet

Ann-Sofie Koppel
Mia Pihl

LAU350
Handledare: Florentina Lustig
Examinator: Mats Hagman
Rapportnummer: HT06-2311-087

FÖRORD

Vi som har gjort detta arbete är två lärarstudenter vid Göteborgs Universitet. Vi heter Mia Pihl och Ann-Sofie Koppel och är 23 resp. 24 år. Vi har båda läst inriktningen Barn och ungas uppväxtvillkor (40 p) mot de tidigare åldrarna samt Didaktik med inriktning mot tal – läs och skrivutveckling (20p). Vi har även båda läst Förskolan – en arena för små barns lärande (20p) och de allmänna utbildningsområdena (60p). Vid genomförandet av arbetet med barns rörelseutveckling i förskolan har vi till största delen arbetat tillsammans. Det vi fick dela upp under arbetets gång var läsning av litteratur samt en del av skrivandet. Vi har haft ett bra samarbete under tiden och tycker att det har fungerat bra. Vi tycker båda att det har varit en rolig och givande process och vi känner verkligen att vi lärt oss mycket.

ABSTRACT

Examinations nivå	Examensarbete tio poäng i det allmänna utbildningsområdet för lärarprogrammet.
Titel	Rörelse i förskolan En kvalitativ studie om förskollärares syn på barns fysiska aktivitet
Författare	Mia Pihl och Ann-Sofie Koppel
Termin och år	Höstterminen 2006
Institution	Institutionen för pedagogik och didaktik
Handledare	Florentina Lustig
Rapportnummer	HT06-2611-087
Nyckelord	Fysisk aktivitet, hälsa, motorik, förskola och rörelse

Bakgrund	Under den verksamhetsförlagda delen av utbildningen (VFU) har vi fått uppleva stora barngrupper där barnen uppmanas att vara lugna och tysta för att det ska bli en harmonisk miljö. Förmaningsord som att ”inte springa” och ”sitt stilla” från vuxna till barn blir därför allt mer vanliga. Vi ville därför ta reda på pedagogernas inställning till fysisk aktivitet i förskolan.
Syfte	Syftet med vårt arbete är att ta reda på olika pedagogers inställning till barns motoriska utveckling och behov till rörelse. Vi vill även ta reda på vilka planerade rörelseaktiviteter som används i förskolan och hur de utförs. Vår huvudfråga i denna studie är att ta reda på pedagogernas inställning till fysisk aktivitet i förskolan.
Metod	Vi har valt att göra en kvalitativ studie i form av intervjuer. Dessa intervjuer spelades in på kassetband. Vi har intervjuat sex förskollärare, tre som arbetade på ”vanliga” förskolor och tre som arbetade på förskolor med hälso- och rörelseprofil. Studien bygger även på tidigare forskning och litteratur inom området barns motoriska utveckling.
Slutsatser	Studiens resultat visar att det inte var någon större skillnad mellan de profilerade och de ”vanliga” förskollärarnas syn på fysisk aktivitet i förskolan. Alla förskollärarna hade ett väl utvecklat hälsotänk och arbetade medvetet med barns rörelse och välmående.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

FÖRORD.....	2
ABSTRACT.....	3
INNEHÅLLSFÖRTECKNING.....	4
BEGREPPS DEFINITION.....	6
1. INLEDNING.....	7
2. SYFTE.....	8
2.1. Specifika frågeställningar.....	8
3. LITTERATURGENOMGÅNG.....	9
3.1. Rörelse sett ur ett historiskt perspektiv.....	9
3.2. Läroplanen.....	10
3.3. Betydelsen av fysisk aktivitet för hälsan.....	10
3.4. Fysisk utveckling av kroppen.....	11
3.5. Motoriska brister.....	12
3.6. Betydelsen av utomhusmiljön.....	12
3.7. Betydelsen av inomhusmiljön.....	13
3.8. Koncentrationsförmåga/Kognitiv utveckling.....	14
3.9. Lekens betydelse.....	14
3.10. Betydelsen av andra faktorer.....	15
3.11. Pedagogens roll.....	15
3.12. Vygotskys teori om barns utveckling och ett sociokulturellt perspektiv.....	16
4. METOD.....	17
4.1. Kvalitativ studie.....	17
4.2. Materialinsamlingsmetoder.....	17
4.3. Avgränsning.....	17
4.4. Urval.....	17
4.5. Genomförande av intervjuer.....	18
4.6. Studiens tillförlitlighet och generaliserbarhet.....	19
5. RESULTAT.....	20
5.1. Förskollärare A.....	20
5.2. Förskollärare B.....	21
5.3. Förskollärare C.....	21
5.4. Förskollärare D.....	22
5.5. Förskollärare E.....	22
5.6. Förskollärare F.....	23
5.7. Vilken kompetens har pedagogerna angående vikten av fysisk aktivitet i tidig ålder?.....	23
5.8. Vilken typ av rörelseaktiviteter används med barnen i förskolan och hur planeras de?.....	24
5.9. Finns det några hinder för barns motoriska utveckling i förskolan.....	24
5.10. Vilken inställning har pedagogerna till barns rörelseutveckling och hur återspeglas den i deras verksamhet?.....	25
5.11. Drömmiljö.....	25
5.12. Hälsa- och rörelseprofilerade förskolor gentemot ”vanliga” förskolor.....	26
6. DISKUSSION.....	27
6.1. Pedagogernas kompetens och inställning.....	27
6.2. Rörelseaktiviteter i förskolan.....	28
6.3. Hinder för barns fysiska utveckling i förskolan.....	29
6.4. Samhällets betydelse.....	29
6.5. Pedagogens och miljöns roll.....	30

6.6. Likheter och skillnader mellan hälso- och rörelseprofilerade förskolor gentemot ”vanliga” förskolor	30
6.7. Vad kan förbättras?	31
6.8. Har arbetets syfte uppnåtts?	31
6.9. Studiens begränsningar	32
6.10. Förslag till fortsatt forskning	32
7. REFERENSER	34
7.1. Internet:	35
8. BILAGOR	
Bilaga 1	
Bilaga 2	

BEGREPPSDEFINITION

Motorik - rörelse, muskelaktivitet. Man skiljer mellan:

a) Grovmotorik- samlingsbeteckning på de stora rörelserna som ingår då man lär sig att rulla, sitta, krypa, springa, hoppa, klättra osv.

b) Finmotorik- mindre, finare och begränsade rörelser som krävs när man ska gripa, skriva eller utföra något annat med händerna. Även rörelser med munnen och ögonen räknas till finmotoriken. Med anledning av detta betraktas även koordination av öga/hand och öga/fot som finmotoriskt arbete.

Sensomotorik – innebär samordning mellan sinnesintryck och muskelreaktioner.

VFU- Verksamhetsförlagd utbildning.

Koordination - samordning

Kanalkapacitet – den informationsmängd som kan förarbetas per tidsenhet.

Kognition - ett samlingsbegrepp för mentala funktioner, som t.ex. perception, minne, problemlösning, beslutsfattande.

1. INLEDNING

Enligt Läroplanen är ett av förskolans strävandes mål att varje barn:

”utvecklar sin motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning samt förståelse för vikten av att värna om sin hälsa och sitt välbefinnande”

(Lpfö98)

Under den verksamhetsförlagda delen av utbildningen (VFU) har vi fått uppleva stora barngrupper där barnen uppmanas att vara lugna och tysta för att det ska bli en mer harmonisk miljö. Förmaningsord som att ”inte springa” och ”sitt stilla” från vuxna till barn blir därför allt mer vanliga. Detta tror vi kan begränsa barns möjligheter till rörelse. Sandborgh – Holmdahl och Stening (1993:6) menar att man på detta sätt lägger band på barnets kunskapsförvärv, minskar antalet erfarenheter och alltså även den intellektuella utvecklingen.

Betydelsen av en god fysisk uppväxtmiljö är inte lika etablerad som de psykosociala aspekternas betydelse för barns lärande och uppväxtvillkor (Björklid, 2005:22). Detta återspeglas även i forskningen om barns inlärning. I den litteratur vi tagit del av står det mycket om rörelse i allmänhet, men beskrivning av hur den används i förskolan är inte lika omfattande. Det lilla som fanns att läsa handlade mest om fysisk aktivitet i skolan och inte om förskolans betydelse för att lägga en god grund inför resten av livet.

Det är allmänt känt att barn idag rör sig för lite (Ericsson, 2002). Barn tillbringar många timmar framför datorn och tv:n, och därmed försvinner den naturliga fysiska aktiviteten. I dagens samhälle är det dessutom vanligt att barn åker bil till och från förskolan istället för att gå eller cykla och även där saknas möjligheten till den naturliga rörelseträning. Det är tydligt att barns fysiska aktiviteter påverkas av de vuxnas livsstil, både föräldrars och pedagogers.

2. SYFTE

Syftet med vårt arbete är att ta reda på olika pedagogers inställning till barns motoriska utveckling och behov till rörelse. Vi vill även ta reda på vilka rörelseaktiviteter som används i förskolan.

2.1. Specifika frågeställningar

- Vilken kunskap har pedagogerna angående fysisk aktivitet i tidig ålder?
- Vilken typ av rörelseaktiviteter används med barnen i förskolan? Hur planeras de?
- Finns det några hinder för barns motoriska utveckling i förskolan?
- Vilken inställning har pedagogerna till barns rörelseutveckling och hur återspeglas den i deras verksamhet?

3. LITTERATURGENOMGÅNG

I litteraturgenomgång kommer vi att behandla några viktiga områden för vår studie. Detta för att ge ett djupare och bredare underlag till vår studie.

3.1. Rörelse sett ur ett historiskt perspektiv

Idag pratas det dagligen om vår hälsa och om betydelsen av att röra på sig i olika media. Men bara genom att prata kommer man inte så långt. En kinesisk filosof Konfucius, har långt före vår tid förstått att man måste göra för att lära och har uttryckt det på följande sätt:

Det jag hör glömmar jag
Det jag ser minns jag
Det jag gör kan jag

(Konfucius i Nordlund, Rolander & Larsson, 1997)

Blom & Lindroth (1995) skriver att decennierna kring sekelskiftet 1800 hände det stora samhällsförändringar i både teori och praktik och att man kan tala om ett paradigmskifte. Författarna skriver också att den nya västerländska människan föddes tillsammans med fröet till dagens stora industrisamhälle och att detta även gav nya förutsättningar till idrottslivet. En filosof vid namn Jean Jacques Rousseau blev inspirationskälla till sentensen ”tillbaka till naturen”. Hans idéer och tankar fick stort genomslag och blev grunden till ny utveckling. Han menade, att barn inte enbart kunde berika sina tidigare kunskaper utan att barnen själva skulle skaffa sig nya kunskaper genom egna erfarenheter och iakttagelser. Han menade också att barn inte bara lär sig genom att läsa böcker utan att den fysiska och praktiska delen är lika betydelsefull för barnens utveckling.

Brunvand & Gundersen skriver (i Grindberg & Langlo Jagtöien, 2000) att ordet idrott redan fanns i fornsvenskan och stod då för handling, bedrift, tålmod och kunde kategoriseras som en bragd. Begreppet användes både inom fysiska prestationer och med handlingar som hörde ihop med musik och poesi. Den ursprungliga förklaringen av ordet var då alltså en form av både kroppslig och andlig verksamhet.

I Grindberg & Langlo Jagtöien (2000) resonerar man om begrepp som sport, idrott, gymnastik, kroppsövning och fysisk fostran som olika beteckningar på fysisk aktivitet. Fysisk fostran innefattar både aktivitet, uppfostran och hälsa. Fysisk fostran är en beteckning som används i en övergripande betydelse för kroppsövningar och syftar inte på några bestämda aktivitetstyper. I Sverige används numera beteckningen ”rörelse” istället för ”fysisk fostran” och idag pratar man om aktiv rörelse och hur man kan aktivera sig för att må så bra som möjligt. Ämnet ”gymnastik med lek och idrott” infördes officiellt i folkskolorna 1919 och i läroverken 1928. Detta betydde att gymnastiken var nummer ett men var tvungen att kompletteras med lek och idrott. 1942 fick folkskolorna sina första friluftsdagar. Dessa dagar var halvdagar och upptogs övervägande av idrottsbetonade övningar och kunde även ses som ett tillskott till den fysiska fostran (Blom & Lindroth, 1995).

Skiftet mellan gymnastik till idrott var en långdragen process men vändpunkten tros vara åren kring 1950. Då började tävlingsidrotten mer tränga in i skolans värld och kring 1970 kom de

första idrottsgymnasierna. Den klassiska gympaläraren ersattes av idrottsläraren och 1980 års läroplan för grundskolan innehöll nu ämnet idrott (Blom & Lindroth, 1995).

3.2. Läroplanen

Den aktuella läroplanen för förskolan utformades 1998 (Lpfö 98) och bygger på att den pedagogiska verksamheten skall genomföras så att den stimulerar och utmanar barnens utveckling och lärande. Det står även att förskolan skall lägga grunden för ett livslångt lärande (Lpfö 98). Här följer några citat hämtade ur läroplanen för förskolan som understryker vikten av fysisk aktivitet för barn:

Förskolan skall sträva efter att varje barn utvecklar sin motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning samt förståelse för vikten av att värna om sin hälsa och sitt välbefinnande (Lpfö 98).

Alla som arbetar i förskolan skall samarbeta för att erbjuda en god miljö för utveckling, lek och lärande (Lpfö 98).

Arbetslaget skall ansvara för att arbetet i barngruppen genomförs så att barnen får stöd och stimulans i sin motoriska utveckling (Lpfö 98).

3.3. Betydelsen av fysisk aktivitet för utveckling och hälsa

Grindberg och Langlo Jagtöien (2000:15) menar att det är förskolans skyldighet att ge barnen goda förutsättningar till fysisk aktivitet. De har ett naturligt behov av att röra sig och det är även viktigt att de får en varierad rörelseerfarenhet för hela deras utveckling. Barnen bör också tidigt få positiva upplevelser av att vara fysiskt aktiva varje dag. Författarna menar att detta kräver lärare som har kunskap om

- Barnens fysiska utveckling och växande
- Barnens motoriska utvecklingsgång
- Sinnenas betydelse för rörelse
- Integrering av sinnen och motoriken
- Samband mellan motorik och lärande

I förskolan bör barnen få möjlighet till rörelse varje dag utifrån varje individs olika förutsättningar. De små barnen är naturligt fysiskt aktiva genom att klättra, gunga, åla, hoppa och smyga, i olika miljöer där de erbjuds en allsidig användning av kroppen (Grindberg och Langlo Jagtöien 2000:16).

Även Ericsson (2005:132) framhåller hur viktigt det är att barnen i förskolan tillåts röra mycket på sig. Barnen behöver ha utrymme att leka fartfyllda lekar med hela kroppen. Hon menar att dessa lekar syns och hörs mycket och att det lätt kan uppfattas som kaos för en vuxen.

Sandborgh –Holmdahl och Stening (1993:28) skriver att ”*Om barn skall klara av att sitta stilla måste de få röra på sig*”. De framhåller också hur viktig motoriken är för barnens totala utveckling eftersom det krävs en rad samordningar av nerver och muskler. Medveten lek och

rörelseträning underlättar och förbättrar förutsättningarna för inläring, samt underlättar och förstärker själva inlärandet.

Motorisk träning har betydelse då den kan stärka barnens erfarenhet och tänkande samt språket. All rörelse är motorik. I och med att barn kan utveckla det motoriska systemet kan färdighet frigöras för till exempel den språkliga anpassningen och på så vis skulle språkfunktionerna växa. Ett barn lär sig aldrig gå och tala samtidigt då kroppens tal och motorik tävlar mot varandra innan de blivit automatiserade (Nordlund, Rolander & Larsson 1997:22f).

Nordlund m.fl. (1997:19) skriver att fysisk aktivitet för barn har flera positiva hälsoeffekter som att det:

- Förbättrar situationen för astmabarnen
- Minskar insulinbehov vid diabetes
- Minskar förhöjt blodtryck
- Minskar negativa effekter av muskelsjukdomar
- Motverkar fetma

Innehållet i undervisningen skall utmärkas av en mångsidig och funktionsinriktad träning som är anpassad efter barnens förmåga. Under förskoleåldern skall barnen stärka och vidareutveckla grovmotorikens sammansättningar. I förskolan är fostran om hälsan ett aktuellt och centralt ämne som gör att man åskådliggör sambandet mellan hälsa och livsstil. Att tidigt synliggöra det redan när de är små, bidrar till att barnen utvecklar en hälsomedvetenhet och till en hälsosammare närmiljö (Nordlund m.fl. 1997:42).

3.4. Fysisk utveckling av kroppen

Den fysiska utvecklingen av kroppen är beroende av hjärnans utveckling. Vänstra hjärnhalvan är ledande motoriskt och den representerar datorn inom oss. Den högra hjärnhalvan är ledande när det handlar om sammansatta mönster och helheter, den representerar konstnären och artisten inom oss. Att förstå och upptäcka kräver att hjärnhalvorna fungerar gemensamt. Hjärnans viktigaste utvecklingsperiod bedöms vara när barn är mellan tre till sex år, då utvecklas hjärnan enormt och hjärnans vikt blir mer än dubbelt så stor (Nordlund, Rolander & Larsson, 1997:13).

Den motoriska utvecklingen pågår under hela livet, men har sin början redan i fosterstadiet. Barnets motoriska utveckling tycks följa ett mönster med ungefär bestämda stadier, som är ungefär likartade för alla barn. Dessa fyra faser är (Holle i Ericsson, 2005:29):

1. Reflexrörelser (utan storhjärnans medverkan)
2. Symmetriska rörelser (betydande medverkan av storhjärnan)
3. Viljestyrda, motiverade, särskilda rörelser
4. Automatiserade rörelser

Enligt Ericsson (2005:29) kan barnet när det har stabiliserat sin kropp i olika positioner använda sina nedärvda rörelseprogram och även träna in nya viljemässiga rörelser. Hur fort utvecklingen går påverkas av rörelseerfarenheter och träning.

Grindberg och Langlo Jagtöien (2000:32) menar att den motoriska utvecklingen sker efter fasta principer oavsett kön och etnisk bakgrund. Hur snabbt och på vilket sätt barnen utvecklas beror på flera olika faktorer. Både psykiska och fysiska faktorer inverkar på den motoriska utvecklingen. Rörelseutvecklingen kan betraktas som ett bevis eller tecken på barnets allmänna mognad eftersom det krävs en neurofysiologisk mognad för att barnet ska kunna utföra vissa rörelser.

3.5. Motoriska brister

Barn behöver mycket tid till fysisk aktivitet eftersom de grundläggande rörelserna ska automatiseras. De flesta barn utvecklar successivt en god kontroll över de egna rörelserna enligt vad som förväntas på den åldersnivå som de befinner sig. Trots detta kommer det ändå larm ifrån både förskolan och skolan om att barn är försenade i sin motoriska utveckling (Grindberg & Langlo Jagtöin, 2000). De barn som inte har automatiserat sitt rörelsemönster i primära aktiviteter som att gå, hoppa, springa, kasta och så vidare måste få tillfälle att träna och utveckla sin motorik. Barnen kan på så sätt frigöra sin kanalkapacitet (den informationsmängd som kan bearbetas per tidsenhet) till att kunna koncentrera sig på andra saker som t.ex. att lära sig läsa, skriva och räkna (Grindberg & Langlo Jagtöien (2000:105).

Cantell, Smyth och Ahonen anser att motoriska brister inte försvinner av sig självt och att utan någon form av stöd och träning kommer de flesta barn med motoriska problem fortsätta med att ha dessa svårigheter genom hela sin skoltid (Ericsson, 2005:39).

Barn har även ofta kläder som begränsar deras motoriska aktivitet och bidrar till att störa deras rörelseutveckling. Till exempel ikläs ofta småbarn galonbyxor över overall vid utevistelsen. Galonbyxorna är ofta så stela att barnet blir sittandes stilla vid sandlådan, trots att det kan gå (Valsiner i Lindahl, 1998:37f).

3.6. Betydelsen av utomhusmiljön

Utomhus har barn större möjligheter till rörelse och andra fysiska aktiviteter tycker Granberg (2000:12). Där finns tillräckligt med utrymme till att springa och hoppa, även lekredskapen är anpassade för varierande rörelseaktiviteter. Författaren beskriver hur markens ojämna underlag skapar förutsättningar för barnet att träna sig att styra sina kroppsrorelser. Det stora utrymmet som barnen har ute jämfört med inne, bidrar till att varje barn kan öva på sina motoriska färdigheter utan att bli störda. Småbarn måste få röra sig mycket för att kunna sitta still och utomhus får barnen använda sin kropp fysiskt på ett mycket naturligt sätt. Barnen kan använda både stora och små rörelser, på detta sätt anstränger de och tröttar ut kroppens alla muskler. Författaren anser även att barn som vistas ute mycket också bråkar mindre. Även leken blir mer fantasifull och varierad. Utomhus kan barnen leka mer avskilt utan att bli störda. Detta bidrar till att deras olika intressen och varierande behov inte kommer i konflikt med varandra.

Ericsson (2002:7) menar att rörelseträningen även bör ske i skogen eller i någon närliggande park som ger en mångsidig träning i koordination, kroppsuppfattning och rörelse. I dagens samhälle är utemiljön kring förskola och bostad bestående av plana underlag. Barn behöver

känna att det är positivt att röra på sig och även få en erfarenhet av hur naturen kan bidra till detta.

Verksamheten skall ge utrymme för barnens egna planer, fantasi och kreativitet i lek och lärande såväl inomhus som utomhus. Utomhusvistelsen bör ge möjlighet till lek och andra aktiviteter både i planerad miljö och i naturmiljö.

(Lpfö 98)

Mårtensson (i Björklid, 2005:45f) skriver att utomhusgårdarna på olika förskolor är av mycket skiftande kvalité och i centrum är förskolorna ofta små med mycket hårdgjorda ytor. Barns utomhuslek handlar i stor grad om sinnlig kontakt med omgivningen och fysisk rörelse vilket kräver rejäla ytor och ett spännande innehåll. De förskolegårdar som byggts på senare tid är ofta små och placerade i vanliga bostadsområden där barnen på förskolan måste samsas om utrymmet med andra boende i kvarteret. Detta går ut över barnens rörelseutveckling och de blir mer passiva än vad de annars hade varit.

3.7. Betydelsen av inomhusmiljön

Inne på förskolan är det vanligt att barnen ägnar sig åt aktiviteter som kräver mindre utrymme än ute. Det kan vara aktiviteter som sjunga, dansa, leka, klättra på ribbstol, hoppa på studsatta och så vidare. En del förskolor är även belagda i närheten av en simhall eller en gymnastikhall (Grindberg & Langlo Jagtöien, 2000:17).

Förskolans lokaler måste ses som en miljö för barn, där barns utveckling utgör utgångspunkten. Detta är ett sätt att visa respekt för barnet som individ. Miljön kan ge barnen möjligheter att vara ifred och leka själva, göra egna val, leka högljudda lekar, samt leka i stora grupper. En trång miljö kan ge möjlighet till ökat hänsynstagande hos barnen, men kan även skapa mycket konflikter. En del barn behöver ständigt hålla tillbaka på sina rörelsebehov för att andra till exempel ligger och sover (de Jong i Björklid 2005:38).

Ute och innemiljöerna ska komplettera varandra och fungera som en helhet. Innemiljön på förskolan har däremot begränsningar när det gäller fysisk aktivitet i hög fart. Det är ändå möjligt för pedagoger att bereda plats för lek där man till exempel ålar och kryper. När man planerar miljön inne på förskolan bör man tänka på att bereda plats för fysisk aktivitet. Tomma golvytor fungerar ofta inspirerande för barns lust att springa, hoppa och så vidare (Grindberg & Langlo Jagtöien, 2000:98f).

Pramling Samuelsson och Sheridan (1999) menar att den fysiska miljön inte ska vara oföränderlig. Den ska istället användas och förändras på ett flexibelt sätt utifrån barnens behov. Det är även viktigt att barnen aktivt deltar i utformningen av den fysiska miljön. De ska kunna använda samtliga utrymmen och kunna möblera om själva och skärma av ifall de vill vara för sig själva.

3.8. Koncentrationsförmåga/Kognitiv utveckling

En del utav målet i arbetet med barns rörelseutveckling är enligt Grindberg och Langlo Jagtöien (2000:58) att barnen ska kunna röra sig och kunna tänka på något annat samtidigt. Dessa funktioner styrs av olika neuropsykologiska och neurofysiologiska processer i hjärnan. Rörelse ger barnet erfarenhet av att röra sig, samtidigt som de ska ta emot budskap och kunna fatta beslut på samma gång. Motorisk aktivitet ger träning i att utföra många funktioner på samma gång.

Grindberg & Langlo Jagtöien (2000:59) anser att det krävs ett kognitivt förarbete när ett barn ska lära sig en ny motorisk färdighet som ett nytt rörelsemönster eller en viss rörelse. Barnen koncentrerar sig så mycket på att lära sig den nya rörelsen att de inte klarar att tänka på något annat samtidigt. När den nya färdigheten är inlärd automatiseras rörelsen. En automatiserad rörelse innebär att barnet blir mindre beroende av sensomotorisk återkoppling, än när det gäller de rörelser de inte behärskar.

Koncentrationsförmågan är inte bra hos barn idag menar Sandborgh- Holmdahl och Stening (1993:27). Barns vardag innebär ett överflöd av både ljud- och synintryck. Detta kan skapa oro och stress hos barnen menar de och att en bedriven rörelseträning därför inte ska vara tidspressad eller tävlingsinriktad.

Granberg (2000:12) menar att när barnen får tillfälle att röra sig mycket, anstränger de sig och tröttnar ut sina muskler. På detta sätt skapar man förutsättningar för att utveckla barns koncentrationsförmåga.

3.9. Lekens betydelse

Knutsdotter (1987:96) anser att det inte finns någon gräns för vad barnen kan lära sig genom att leka. Leken är till sitt ursprung en social företeelse och de lär sig hur leken ska gå till under de två första levnadsåren. De lär sig då den grundläggande ömsesidigheten, turtagandet samt även att skilja lek från andra aktiviteter. De vuxnas inställning till lek och miljöns utformning får även stor betydelse för vad barnen väljer att sysselsätta sig med.

Grindberg och Langlo Jagtöien (2000:16) framhåller även hur ett barn som har en positiv relation till sin kropp lättare kan samspela med den miljö de befinner sig i. Författarna menar att en motoriskt säker kropp är en inbjudan till samspel och interaktion med andra. De anser att den värld vi lever i präglas av vår kroppsliga existens och att leken är en del av barnets verklighet. På grund av detta är leken viktig i barnens utveckling av kroppen. När barn leker involverar de hela sin kropp och därför blir de som är motoriskt osäkra ofta uteslutna ur leken.

Leken är viktig för barns utveckling och lärande. Ett medvetet bruk av leken för att främja barns utveckling och lärande skall prägla verksamheten i förskolan. I leken och det lustfyllda lärandets olika former stimuleras fantasi, inlevelse, kommunikation och förmåga till symboliskt tänkande samt förmåga att samarbeta och lösa problem. Barnet kan i den skapande och gestaltande leken få möjligheter att uttrycka och bearbeta upplevelser, känslor och erfarenheter.

(Lpfö 98)

3.10. Betydelsen av andra faktorer

Enligt Nordlund m.fl. (1998:17f) finns det inte så många studier som kan visa på hur aktiva barn egentligen är. I förskolan innehåller barns lek många olika kroppsörelser. Det finns en studie som visar att barn i åldrarna fyra till sex år flyttar sig eller byter kroppsställning under lek ca 100 gånger på 45min. Trots detta menar ändå Nordlund att mycket pekar på att det finns en växande grupp fysiskt inaktiva barn och att detta kommer att leda till fler vuxna med sämre hälsa.

Petterson framhåller (i Ericsson 2005:10) att den minskade tiden för fysisk aktivitet kan få allvarliga påföljder för både barn och vuxna, t ex övervikt, ökad risk för diabetes, hjärt- och kärlsjukdomar, samt benskörhet. Risken att drabbas av ovanstående sjukdomar är större hos inaktiva människor som inte är överviktiga än fysiskt aktiva personer som är överviktiga (Ekblom i Ericsson 2005:10). Det finns forskningsresultat som visar att barns och vuxnas motion och idrottande har att göra med de olika uppväxtvillkoren, vilken miljö som finns runt omkring, levnadsförhållanden och omgivande kulturmiljö. När ett barn gör ett val mellan att leka, röra på sig eller titta på tv handlar det inte om fysisk kapacitet eller lämplighet, utan det handlar istället om kulturell och social uppväxtmiljö (Nordlund m.fl. 1998:12).

Hos människan finns det liksom hos djuren nedärvda behov av att röra på sig och prova nya saker. Tidiga rörelsemönster är genetiskt betingade, men trots detta innebär det inte att barn t.ex kan gå utan att träna på det. Motorisk utveckling kan faktiskt förhindras genom att barnen inte får möjlighet att vara fysiskt aktiva. Detta vet man genom studier av barn som levt i osunda miljöer, bl.a. på barnhem i Östeuropa (Forssberg, 2005, Internet).

Det är inte bara fysisk aktivitet som är viktigt för barn utan det är även viktigt att tänka på vad man äter. Fysisk aktivitet är viktigt, men vi underskattar hur energieffektiva barn är. En studie gjord på sambandet mellan fysisk aktivitet och övervikt visar att motion bara står för en liten del av utvecklingen av fetma bland barn. Detta tyder på att den större delen av problemet ligger i att barnen äter fel kost. Det går inte att motionera bort all den föda som man stoppar i sig, det är inte praktiskt möjligt (Claude, 2004, Internet).

3.11. Pedagogens roll

Barnens rörelsemönster måste utgå från deras egen värld. I barnens impulsiva lek och rörelse finns möjligheten för ett livslångt intresse för rörelse vilket innebär nyfikenheten för ett livslångt lärande. En stor och betydelsefull uppgift för vuxna blir därför att försöka väcka lust till rörelse och fysisk aktivitet och att detta sker tidigt i barn- och ungdomsåren. Det ligger ett stort ansvar i att skapa de yttre formerna som kan stimulera barns utveckling och rörelseutveckling (Nordlund m.fl. 1997:22).

Det är lätt gjort att man utgår ifrån en vuxens sätt att tänka och erfarenhet när man skall planera fysisk aktivitet för barn. Istället måste man tänka på den mognad och kunskap som barnen har beroende på vilket utvecklingsstadium som de befinner sig i (Nordlund m.fl. 1997:42).

Ericsson, 2005 skriver att det är upp till pedagogerna att se till att barnen får tid, utrymme och tillåtelse att leka fartfyllda lekar där de använder hela kroppen. Författaren anser också att

leken är en förutsättning för lärande och utveckling. Barn upplever att vuxnas aktiva deltagande i lekar och aktiviteter är viktigt. Genom att pedagogerna deltar i barnens lek kan de visa på positiva rörelseupplevelser och samtidigt bidra till barnens sociala och fysiska utveckling. För att stimulera barns fysiska aktivitet är det viktigt att de vuxna ger barnen tid att vara nyfikna och upptäcka saker. Att låta barnen få hoppa, krypa, klättra och gunga är saker som påverkar barns rörelse positivt (Ericsson, 2005).

Ericsson (2005) anser även att förskollärare ofta är intresserade av att skapa goda relationer till barnens föräldrar. Att skapa någon form av fysisk aktivitet vid föräldraträffen kan fungera för att skapa god kontakt och en skön stämning. Här kan då pedagogen gå ytterligare ett steg genom att betona och lyfta fram motorikens och rörelsens betydelse.

3.12. Vygotskys teori om barns utveckling och ett sociokulturellt perspektiv

Den sovjetiska psykologen Vygotsky skapade den ”kulturhistoriska teorin”. Enligt den teorin formas de högre mentala processerna av social och kulturell påverkan. Detta betyder att människan betar sig olika i olika kulturer och i olika tidsåldrar (Knutsdotter Olofsson, 1987:143).

Vygotsky utgår från att barn i första hand lär sig att utvecklas genom samspel och att lärandet styr utvecklingen. Hans huvudtes är att barn lär mer och bättre med andra som kan mer än de själva inom det aktuella området. Vägen till lärandet är förmågan att imitera och att utveckla sina högre mentala funktioner. Barnen lär av varandra genom att imitera och kommunicera. Enligt Vygotsky kan barn tillsammans med mer erfarna kamrater potentiellt gå in i nya områden, detta kallas för zonen för möjlig utveckling (Vygotsky i Williams, Sheridan & Pramling Samuelsson. 2000:23).

Vygotsky menar att barnets yttre perception liksom dess inre föreställningar bygger på tidigare motorisk aktivitet. För att barnet ska kunna föreställa sig något som inte finns där, spelar de erfarenheter barnet gjort en betydelsefull roll (Bråten i Grindberg & Langlo, Jagtöien, 2000:59).

4. METOD

Vi inleder med att tala om vilken typ av studie vi har gjort. Vidare redogör vi för vilka insamlingsmetoder, avgränsningar och urval vi har gjort. Därefter beskriver vi hur vi genomfört studien och till sist arbetets tillförlitlighet och generaliserbarhet.

4.1. Kvalitativ studie

Vi har valt att göra en kvalitativ studie i form av intervjuer. Detta tror vi ger oss en djupare förståelse för lärares syn på undervisning, förhållningssätt och målsättningar. I en kvalitativ intervju är frågeområdena förutbestämda (se bilaga 2 med 13 intervjufrågor), men följefrågor kan variera beroende på hur den intervjuade svarar och vilka aspekter denna tar upp. Syftet med den kvalitativa intervjun är att få respondenten att ge så utförliga svar som möjligt (Johansson & Svedner, 2004:24).

4.2. Materialinsamlingsmetoder

Vi har använt oss av litteratur och intervjuer för att samla in material till vår studie. Dessutom, för att få inspiration, har vi tittat på tidigare examensarbeten som behandlat vårt ämne. Vi började med att leta upp lämplig litteratur som behandlade ämnet motorisk utveckling hos barn. Vi tittade även igenom tidigare kurslitteratur för att se om vi fann något av intresse. Vi har även använt Internet för att hitta forskning som är anknuten till vårt ämne.

De data som vi fick ifrån intervjuerna har vi först gjort en skriftlig sammanställning på. Efter det valde vi de delarna i materialet som kunde vara relevant för vår studie.

4.3. Avgränsning

Vi hade från början tänkt göra en studie om barns hälsa i förskolan, men vi kom ganska snart underfund med att det var ett stort ämne och då blev tidsbristen en avgörande faktor. Vi hade ursprungligen även en önskan om att göra observationer av barns rörelseaktivitet, men även här blev tidsbristen en begränsande faktor. Vi valde då att begränsa oss genom att titta på pedagogernas inställning till barns rörelse och fysiska aktivitet i förskolan.

4.4. Urval

Våra val av förskolor och respondenter var inte slumpvisa. När vi skulle välja förskolor ville vi gärna att alla verksamheter skulle vara inom samma kommun. Detta val gjorde vi för att förskollärarna skulle ha liknande förutsättningar när det gäller ekonomi och tillgång till naturen då alla förskolorna låg i en förort till Göteborg. För att vi skulle få veta vilka förskolor som fokuserade på hälsa och rörelse var vi ute och tittade på kommunens hemsida där de olika förskolorna presenterades.

Pedagogerna på de olika förskolorna fick själva välja vilken förskollärare som skulle representera förskolan. Detta var ett medvetet handlande ifrån vår sida då vi ville intervjua en förskollärare som tyckte att ämnet var intressant och som var engagerad inom området. Sex förskollärare A-F (1 förskollärare/förskola) valdes ut för intervjuer.

4.5. Genomförande av intervjuer

Vi valde att göra en kvalitativ intervju. Detta innebär att den som blir intervjuad kan ge uttryck för sin personliga syn och åsikter. Som intervjuare kan man också vara flexibel och utveckla intervjuer för att få fram utförliga svar på sina frågor. Samtidigt har den som blir intervjuad en chans att fråga om det är något som är oklart.

När vi utförde intervjuerna följde vi följande rekommenderade punkter som finns under rubriken: Forskningsetik – att visa respekt och hänsyn (Johansson och Svedners 2004:23f)

- Deltagarna skall erhålla en rättvisande och begriplig beskrivning av undersökningsmetoderna och undersökningens syfte.
- Deltagarna skall vara säkra på att deras anonymitet skyddas. Det skall inte vara möjligt att identifiera vare sig förskola/skola, lärare och elev/barn.

För att pedagogerna skulle ha en chans att förbereda sig inför intervjun skickade vi tidigt ut ett brev till förskolorna där vi talade om vad intervjun skulle handla om (se bilaga 1). Detta tror vi bidrog till att vi fick ut mer av intervjuerna. Vi bestämde att närvara båda två vid intervjuerna för att få en mer objektiv tolkning av svaren. Det var alltid en av oss som intervjuade och en som antecknade. Under intervjun använde vi oss av kassettspelare vilket underlättade senare vid sammanställningen av intervjun. Johansson och Svedner (2004:25) framhåller även hur pauseringar, tonfall och ev. avbrott i intervjun kan vara värdefulla och att det därför kan vara bra att spela in intervjun.

Vi har konstruerat intervjufrågorna (se bilaga 2) med arbetets syfte som underlag. Vi fick även hjälp av vår handledare. Intervjuerna pågick under en och en halv vecka. Vid intervjuerna blev vi väl bemötta och vi fick uppfattningen av att förskollärarna tyckte det var roligt att vi var där. Vid intervjuerna satt vi både inne på avdelningarna och i speciella samtalsrum. Trots att vi ibland fick sitta inne på avdelningen, kunde vi samtala i lugn och ro eftersom barnen eller den resterande personalen inte var där. Vid en av intervjuerna ringde telefonen två gånger vilket blev ett störningsmoment i intervjun. Vi tror dock inte att detta påverkade svaren som vi fick. Intervjuerna pågick i ca 40 min – en timme. Vi kände båda att detta var lagom med tid då vi hann ställa de frågor som vi planerat.

4.6. Studiens tillförlitlighet och generaliserbarhet

Det som stärker reliabiliteten (mätnoggrannheten) i vår studie är att vi var två som gjorde samma undersökning och att vi kommit fram till samma slutsatser när vi har gått igenom materialet. Detta var oberoende av varandra.

Vi är väl medvetna om att vår undersökning inte är generaliserbar eftersom vi endast gjort intervjuer av sex förskollärare. Vi kan därför inte dra några allmängiltiga slutsatser. Resultatet bör ändå ge en inblick i hur några pedagoger på sex olika förskolor tänker kring barns rörelseaktivitet.

Stukát (2005:125) anser att alla undersökningar har sina brister. Vi funderar då på om alla pedagogerna svarade ärligt under intervjuerna. Vi tror kanske att några av förskollärarna gav oss svar som de trodde att vi ville ha. Några av svaren kanske var mer av ett önsketänkande istället för verklighetstroga. Detta kan möjligtvis ha påverkat vår studie på ett negativt sätt.

5. RESULTAT

I den här delen har vi sammanfattat resultatet av intervjuerna. Först analyserar vi svaren från varje enskild förskollärare och sedan gör vi gemensam sammanställning av alla intervjuer. Vi kommer även att kort beskriva miljön på de olika förskolorna. Under rubrikerna i resultatet ger vi exempel på de intervjuades yttranden. För att läsaren skall kunna förstå resultaten upprepar vi här också studiens frågeställningar:

- Vilken kompetens har pedagogerna angående vikten av fysisk aktivitet i tidig ålder?
- Vilken typ av rörelseaktiviteter används med barnen i förskolan? Hur planeras de?
- Finns det några hinder för barns motoriska utveckling i förskolan?
- Vilken inställning har pedagogerna till barns rörelseutveckling och hur återspeglas den i deras verksamhet?

5.1. Förskollärare A

Förskollärare A arbetar på en förskola som ligger mitt imellan ett område med hyreslägenheter och radhus. I närheten finns det även skolor och centrum. Förskolan har en relativt stor utegård med gungor, gräsmattor, sandlådor och klättermöjligheter. Runt hela gården går ett högt staket. På förskolan finns det fem avdelningar, tre yngre (1-3år) och två äldregrupper (3-5år). Förskolan har under året arbetat fram en profil och målet med det är att de vill profilera sig som en ”förskola i rörelse”. Detta arbete är under process och inte såväl utvecklat än. Avdelningen som förskollärare A arbetar på är en yngregrupp och de går en gång i veckan till skogen.

Det är vanligt att de små barnen åker vagn till och från skogen för att det är så långt att gå och det tar då för lång tid. Vi här på avdelningen resonerar så att vi går en lite kortare sträcka så att alla barnen får gå och röra på sig.

A har ingen specifik utbildning inom fysisk aktivitet för barn förutom Röris, som är ett speciellt utformat aktivitetsprogram för barn skapat av Friskis & Svettis. Alla förskolor i kommunen blev erbjudna en dags utbildning hos Friskis & Svettis. På utbildningen fick de information om barns hälsa och kroppsutveckling. De fick även med sig material som de kunde arbeta med tillsammans med sin barngrupp. Detta material bestod av en stor affisch där man kunde se alla rörelsemoment och en skiva med tillhörande musik. A berättar att hon på en studiedag fick lyssna till en dietist som informerade om barns kost.

A berättade att hon endast har Röris ihop med treåringarna. Hon ansåg att några av de rörelsemomenten som ingår i programmet var för svåra för de små barnen. På avdelningen hade de även planerad rörelse i form av gymnastik. Detta planerade pedagog A själv och hade även en pärm med olika idéer och tips som hon samlat på sig under åren. Förskolläraren ansåg att barns kläder ibland kan utgöra ett hinder för barns motoriska utveckling. Hon tyckte att deras kläder ibland var för trånga och otympliga för att kunna utnyttja sin totala rörelseförmåga. Hennes inställning till fysisk aktivitet var mycket medveten och positiv.

5.2. Förskollärare B

Förskollärare B arbetar på en förskola där det är två syskonavdelningar (1-5år), varav en av dem är en resursavdelning där det finns många barn i behov av särskilt stöd. Förskolan är provisorisk och har varit det i 11 år. Förskolan ligger nära naturen och inte långt från ett villaområde. Gården runt förskolan är stor och inbjuder till många aktiviteter. Inomhus är det trångt och det finns två små rum men inget rum som inbjuder till lek och rörelse. Pedagogerna har ingen särskild utbildning inom rörelseutveckling för barn förutom en studiedag då hon valde en inriktning med sång, musik och rörelse. Hon har även varit på en föreläsning där en dietist talade om barnens kost. Barnen på den här förskolan har Röris en gång i veckan, då de flyttar undan matbord och stolar för att få plats. B säger:

Man måste göra det bästa av situationen och anpassa sig efter de lokaler man har och barngruppen.

Förutom Röris (i matrummet) så har de sånglekar inomhus och all övrig rörelse hänvisas till utegården. Förskolläraren tycker inte att det finns några hinder för barns rörelseaktiviteter. Hennes inställning till fysisk aktivitet är positiv.

5.3. Förskollärare C

På denna förskola finns det sex avdelningar, två yngre (1-3 år) och fyra syskongrupper (1-5år). Förskolan håller på att ta fram en hälsoprofil. Med anledning av det så arbetar de medvetet med barns rörelse och kost. Utegården är mycket stor och det finns möjlighet till olika aktiviteter. Den utbildning som C har fått var på en studiedag som behandlade gymnastik/rörelse för barn samt en halv studiedag hos kommunens dietist. Hon har även gått en utbildning som hette "Fumlare och Tumlare". Detta var framför allt en utbildning om barn som hade motoriska svårigheter, men hon upplever att den är användbar för alla barn.

Barnen på hennes avdelning (1-5år) får en gång i veckan gå till skolans gymnastiksal där de har planerad gymnastik med tillgång till olika redskap. Utöver det har de sånglekar, hinderbana och leker mycket utomhus. Pedagog C sade:

Eftersom vi har en stor gård så faller det sig naturligt att barnen är ute mycket och får utveckla sitt naturliga rörelseschema.

De går även till skogen en gång i veckan. Förskolläraren såg inte heller några hinder, utan talade om vikten av att anpassa sig efter barngruppen. Dokumentation av barns rörelseutveckling sker genom portfolio. C talar även om hur rörelse ska vara lustfyllt.

Jag använder mig gärna av musik tillsammans med barnen därför att jag tycker att det är viktigt att de har roligt.

5.4. Förskollärare D

Förskollärare D arbetar på en förskola som ligger mitt i ett villaområde. Utegården är stor och öppen. Förskolan har två avdelningar, en yngre (1-3år) och en äldregrupp (3-5år). Pedagogerna har Röris-utbildning och har Röris med barnen (3-5år) på sin avdelning en gång i veckan. Hon har även varit på en föreläsning där kommunens dietist informerade om barns kost.

Ibland lånar barnen själva cd-skivan och har Röris med varandra och det tycker vi är ett resultat av att barnen tycker det är roligt.

På förskolan brukar de ha rörelse- och språklekar inomhus och olika hinderbanor utomhus. D berättar att när personalen känner att det blir för rörigt tar de fram en studsmatta som barnen får använda. De går även till skogen en gång i veckan. Pedagogerna pratar om att det är viktigt att röra hela kroppen. Hon brukar leka ”kom alla mina barn”, vilket är en lek där barnen får koncentrera sig på att lyssna efter t ex ett djur och sedan röra sig som detta. Det är ett sätt att få med alla olika rörelsemoment som enligt henne barn behöver. Förskolläraren tyckte att tiden utgör ett hinder eftersom det tar tid att planera de olika aktiviteterna. Hela arbetslaget är positivt inställda till fysisk aktivitet enligt D.

5.5. Förskollärare E

Den här förskolan består av fyra avdelningar, tre yngre (1-3år) och en äldregrupp (3-5år). Förskolan ligger i ett stort bostadsområde med mycket bostäder. I närheten finns idrottsplats och skogen lättillgängligt. Gården runt förskolan är mycket stor och inspirerande. Pedagogerna har Röris-utbildning och hon försöker läsa och hålla sig uppdaterad angående barns välmående. E har också varit på en informationsdag med en dietist. De har Röris en till två gånger i veckan och på de yngre avdelningarna finns ett speciellt utformat Röris-program för mindre barn. En gång i veckan går de till skogen.

Det lutar uppåt hela vägen till skogen och det är bra träning för barnen. Väl uppe i skogen bygger vi en koja och det tycker barnen är roligt.

I äldregruppen där hon arbetar finns det en mycket bra lokal med kuddar, klätterställning och ett tält. På eftermiddagarna brukar barnen göra olika hinderbanor och leka ”inte nudda golv”. Detta tycker pedagogerna är mycket bra rörelseträning. De har även en särskild femårsverksamhet där barnen får träna sig på olika saker som att åla, krypa, hoppa och snurra och stå kvar på samma ställe. De hinder som hon ser med barnens rörelseaktiviteter är att lokalerna är för små, brist på pengar och att det är högljutt. Hon menar att det gärna får komma ljuddämpande lokaler i framtiden. Deras inställning till rörelse i arbetslaget är övergripande positiv.

5.6. Förskollärare F

Denna förskola är belägen i närheten av hyreshus, villor och en skola. Den har även närhet till en skidbacke och motionsslinga. Förskolan består av fyra avdelningar, två yngre (1-3år) och två äldregrupper (3-5år). Utegården är stor och utmanande. De har en stark och väl etablerad profil som en hälsoförskola. Avdelningarna arbetar mycket medvetet med barns kost och rörelse. Att detta är bra fick de bekräftat när kommunens dietist var och föreläste för dem. Förskollärare F hade gått Röris-utbildningen och hon går även på en kvällskurs som behandlar ämnet hälsa. De har även haft studiedagar som handlat om barns hälsa och rörelse. Hon försöker även att hålla sig uppdaterad genom aktuell litteratur. Barnen har rörelseaktiviteter varje dag bl.a. Röris och uteaktivitet. De får även spela innebandy i lekhallen och de äldsta barnen har även gympa i skolans gymnastikhall en gång i veckan. De planerar två veckors perioder var. De planerar tre olika alternativ för dem varav två av alternativen är vuxenstyrda. De dokumenterar och följer upp vad barnen väljer och använder detta som underlag för utvecklingssamtalen. Pedagog F säger också att de tycker vardags delarna är minst lika viktiga:

Vi lägger ner mycket tid i hallen varje dag då vi anser att kunna klä på sig själv är en stor motorisk utmaning när man är mellan 3-5 år och vi vet dessutom att de klarar av det och att det hela tiden går framåt.

Ett hinder för barns rörelseutveckling tycker hon är de stora barngrupperna, samt att lokalerna är gjorda för mindre barngrupper. Hon önskar även att personalen hade fått mer utbildning och att de fått mer pengar till material. F vill även ha en större lekhall och mer material till barnen. Hela arbetslaget har en väldigt positiv inställning och är väl medvetna om barns hälsa och rörelse.

5.7. Vilken kompetens har pedagogerna angående vikten av fysisk aktivitet i tidig ålder?

Av de pedagoger som vi intervjuade hade fem av sex Röris-utbildning (alla utom förskollärare C). En förskollärare läste en kvällskurs om hälsa och en annan pedagog hade gått en utbildning som hette ”Fumlare och Tumlare”, vilket var en kurs om barn med motoriska svårigheter. Något som var gemensamt för de pedagoger som vi intervjuade var att alla försökte hålla sig uppdaterade med litteratur och visade intresse för nya rön. Många påpekade att de magasin som riktade sig mot förskolan hjälpte dem att hänga med i dagens utveckling om barns fysiska aktivitet. Detta tyckte de bidrog till en ökad kompetens om barns rörelseutveckling. Några av pedagogerna hade varit på studiedagar som behandlade barns rörelse. De tyckte dock att detta var för lite och skulle vilja ha mer kompetensutveckling. Några av förskollärarna påpekade att de hade med sig lite kunskaper från sin utbildning. Resultatet av intervjuerna visar att pedagogerna inte hade så mycket kunskap om just barns rörelse men hade viljan att lära sig mer och utveckla sin kompetens. Vi kunde inte heller se någon skillnad på pedagogernas utbildning på vanliga förskolor respektive hälsoförskolor.

5.8. Vilken typ av rörelseaktiviteter används med barnen i förskolan och hur planeras de?

Gemensamt för alla förskolor utom en, var att de hade Rörisspass tillsammans med barnen. Många avdelningar gjorde även hinderbanor, sång- och rörelselekar. Detta för att de ville att barnen skulle få en bra rörelseuppfattning och en god kännedom om sin egen kropp. En förskola filmade även barnen under Röris-passet. Utöver detta påpekade även pedagogerna att barnen hela tiden rör sig naturligt när de leker och att de försöker vara ute mycket där förutsättningarna för fysisk aktivitet är ännu bättre. Vissa avdelningar hade även tillträde till skolans gymnastiksal där de även fick låna olika redskap. Varenda förskola gick till skogen minst en gång i veckan och detta tyckte pedagogerna också var bra rörelseträning, då barnen får träna att gå i både uppförs- och nedförsbacke.

Det är även en träning att gå på ojämnt underlag för då får barnen träna sitt balanssinne (förskollärare D).

Flertalet av förskollärarna planerade inför rörelseaktiviteterna, denna planering skedde under den vanliga planeringstiden. Det var endast två av de tillfrågade som dokumenterade den motoriska utvecklingen. Denna dokumentation skedde i portfolion.

Vi dokumenterade och följer upp vad barnen väljer att göra och använder sedan detta som underlag för utvecklingssamtal (Förskollärare F).

Vi filmade barnen när de hade Röris för att sedan visa på föräldramötet då vi talde om vikten av rörelse och kost (Förskollärare E).

På de vanliga respektive hälso- och rörelseförskolorna var det ingen markant skillnad på barnens rörelseaktiviteter.

5.9. Finns det några hinder för barns motoriska utveckling i förskolan?

Den första reaktionen vi fick när vi frågade om de fanns några hinder för barns motoriska utveckling var ett ”nej”. När de sedan tänkte efter så kom det fram att vissa faktorer ändå hämmar barns rörelseutveckling. Det kunde till exempel vara att lokalerna var små i förhållande till antalet barn. Även den höga ljudnivån angavs som en negativ följd av barns aktivitet.

När det är mycket rörelse så är det också mycket ljud (Förskollärare E).

Även tidsbrist utpekades som en bidragande faktor. En pedagog talade även om barns opraktiska kläder som enligt henne var alldeles för trånga och gjorde därmed så att barnen begränsades när de skulle röra sig. Förskollärarna pratade i allmänhet om att man får anpassa sig efter barngruppen och att hela tiden göra det bästa av situationen. Ett annat hinder som angavs var brist på utbildning och pengar.

Jag tycker att det är ett hinder om inte personalen får mer utbildning och kompetens för att bli bättre och hålla sig uppdaterade (förskollärare F).

Här fanns det olika åsikter bland pedagogerna då en del av dem såg hinder gällande barnens rörelseutveckling. Det gick inte att urskilja något resultat beroende på vilken sorts förskola de arbetade på.

5.10. Vilken inställning har pedagogerna till barns rörelseutveckling och hur återspeglas den i deras verksamhet?

Förskollärarnas inställning var övergripande positiv. De tyckte alla att det var viktigt att vara fysiskt aktiv för att må bra och att det var viktigt att tidigt ge barnen positiva upplevelser av att röra på sig. Vi fick även uppfattningen av att alla tyckte att det var kul att arbeta med rörelse i förskolan. Alla pedagogerna var även överens om att en positiv attityd till fysisk aktivitet smittar av sig på barnen. Ett entydigt resultat av intervjuerna var även att rörelse i förskolan ska vara ett lustfyllt och roligt lärande. Dock ville alla pedagogerna ha mer kompetens- och studiedagar för att kunna utvecklas mer inom detta område. Pedagogerna nämnde även att barns rörelse verkligen ligger i tiden, det är helt enkelt ett väldigt aktuellt ämne.

Vi såg ingen skillnad mellan pedagogernas inställning på de vanliga förskolorna och hälsoförskolorna. Alla var väldigt intresserade och engagerade i barns fysiska aktivitet och välmående.

5.11. Drömmiljö

De flesta av pedagogerna var i stort sett nöjda med den fysiska aktiviteten, men hade ändå önskemål om en del saker.

Förskollärare B hade velat ha tillgång till en gymnastikhall, där hon kan erbjuda dem t.ex bollar och redskap. Detta instämde även förskollärare D om, hon önskade också att kunna erbjuda större ytor till spring och lek.

Om förskollärare F fick önska hade hon velat ha större lekhall. Hon tyckte också att det hade varit bra med mer pengar för att kunna köpa in mer material. Även förskollärare C hade önskat en större ekonomisk tillgång och mer personal för att kunna erbjuda ett större utbud av rörelseaktiviteter.

Förskollärare E hade önskat att kunna lägga en halvtimme varje dag till rörelseaktiviteter, men ansåg att det inte var möjligt eftersom det inte fanns tid.

Jag önskar att avsätta en halvtimme varje dag till rörelse, då jag anser att det är bättre en stund varje dag istället för att ha ett långt pass en gång i veckan.

Två av de tillfrågade pedagogerna tyckte att det var tråkigt att de ekonomiska förutsättningarna satte stopp för hur de egentligen ville arbeta.

5.12. Hälso- och rörelseprofilerade förskolor gentemot ”vanliga” förskolor

Tre av de sex förskolorna som vi besökte hade valt att profilera sig som antingen hälso- eller rörelseförskolor. Hälsoförskolan arbetade med att barnen får göra egna aktiva val. De har då tre aktiviteter som finns att välja på efter samlingen, bland annat hälsa och rörelse, skapande med mera och fri lek. Varje val dokumenteras och blir sen ett underlag vid utvecklingssamtalen. De har även gemensamma aktiviteter på hela förskolan som Hasaloppet, Gångpolarn och en friidrottsdag. En av de förskolor som arbetade med rörelse hade en Piggelinpromenad på förskolans dag och varje avdelning fick i uppgift att ordna en hinderbana på utegården.

På de tre andra förskolorna arbetade de också medvetet med barns fysiska utveckling. Vi märkte här ingen skillnad i jämförelse med hälso- och rörelseprofilerade förskolorna. Även de ”vanliga” förskolorna är väldigt kostmedvetna och har gjort en del ändringar kring barnens matvanor.

Gemensamt för alla förskolor var att de hade varit på en föreläsning med en dietist som hade pratat om barnens kost. Detta har lett till att förskolorna såg över barnens mat och gjorde därefter en del justeringar. Fem av sex förskolor hade efter detta tagit bort sylt och minskat rejält på juicen. De hade ersatt detta med frukt istället. Alla förskolor hade även diskuterat hur de skulle göra när barnen fyllde år angående om de skulle få bjuda på glass eller inte. Diskussionen pågår fortfarande, men ett gemensamt beslut var att varje avdelning på förskolorna skulle få bestämma själva. På en av förskolorna bestämde man då att de skulle ha fruktbuffé istället för glass på fredagarna. Denna förskola hade även valt att införa en frukostbuffé på morgonen då barnen fick välja när och vad de skulle äta. Barnet får själv ta mat och gå med tallriken till en ledig plats, vilket är en utmaning motoriskt sett.

Tre av sex förskolor var även med i cykelutmaningen som är en tävling för personalen som går ut på att man ska cykla så mycket möjligt till och från arbetet. Det fanns även en stegräknartävling och denna var alla förskollärare på alla förskolor med i. Detta var också en tävling som gick ut på att röra sig så mycket som möjligt.

6. DISKUSSION

Här kommer vi att diskutera väsentliga resultaten samt utvärdera om arbetets syfte har uppnåtts. Vi kommer även att föra en diskussion kring studiens begränsningar och ge förslag till fortsatt forskning.

6.1. Pedagogernas kompetens och inställning

När det gäller pedagogernas kompetens och utbildning angående fysisk aktivitet visade det sig att det inte fanns mycket utbildning inom detta område. De flesta av de tillfrågade i intervjuerna hade deltagit vid Friskis & Sveltis organiserade Rörisutbildning. Detta tycker vi är ett bra initiativ från dem och vi anser att fler borde ta efter detta sätt att tänka, då Röris enligt oss är en bra metod för att införa fysisk aktivitet på ett naturligt sätt i vardagen. Vi har själva deltagit i Röris-pass tillsammans med barnen och upplevde verkligen att de tyckte att det var kul och lärorikt. Vi anser att det är bra när organisationer såsom Friskis och Sveltis går ut med en sådan här utbildning. Det sätter barnen i centrum och ger dem en tidig positiv upplevelse av att röra på sig. En annan fördel med färdigarbetade program är att det är lätt för pedagogen att använda. Det krävs inte mycket planering och förberedelser inför detta. Förskollärarna upplever detta som positivt eftersom de inte har mycket planeringstid på förskolorna.

En av pedagogerna (pedagog F) gick en kvällskurs som handlade om hälsa och välmående. Några andra av förskollärarna (pedagog B och C) hade fått enstaka studiedagar med lite rörelse och lekar för barn. Vi tycker att det är synd att det inte erbjuds mer utbildning inom detta område eftersom det är ett sådant aktuellt ämne. Alla pedagogerna tyckte att ämnet var både intressant och viktigt men kände att de ville ha större kunskap för att kunna utveckla sig själva och erbjuda barnen fler möjligheter när det gäller rörelseaktiviteter i förskolan. Ericsson (2005:131) anser att det är en utmaning för vuxna att föregå med gott exempel angående fysisk aktivitet.

Gemensamt för alla förskollärarna var att deras inställning var väldigt positiv när det gällde barns rörelse. Alla var medvetna och tyckte att det låg i tiden att prata om och hantera barns kost och fysiska aktivitet. De flesta pedagogerna höll sig även uppdaterade med litteratur och olika magasin för att ta till sig ny utveckling och nya rön. Några av de tillfrågade har även fått utbildning under vissa studiedagar, men detta var bara vid något enstaka tillfälle vilket visar på att det inte är ett så högt prioriterat ämne. Pedagog F gick på en kvällskurs om hälsa, men detta får hon betala själv. Förskolan betalar dock kurslitteraturen och den ska sen tillhöra förskolan.

Några av förskolorna var med i något som heter cykelutmaningen. Denna tävling innebar att man skall cykla ett visst antal km per dag. Några var även med i en stegräknartävling där man tävlade i olika lag om hur många steg man gått under en viss period. Detta tycker vi sänder positiva signaler till barnen som visar att det är en naturlig del av vardagen att röra på sig och att det kan vara roligt att utföra olika alternativ av rörelse. Nordlund m.fl.(1997:39) menar att barns inställning till idrott ofta påverkas av bilder, upplevelser och intryck de fått från vuxnas idrottsutövande. Vi tycker även att när man har fysisk aktivitet med barn är det viktigt att ha

kunskap om detta och att man vet hur och varför man gör vissa övningar. Nordlund m.fl. (1997:12) anser att fysisk aktivitet med barn skall ledas av ledare med grundläggande kunskap om barns fysiska utveckling.

Pedagogernas inställning till rörelse i förskolan var väldigt positiv. Detta var för oss ett överraskande resultat, då vi i början av vårt arbete inte trodde att fysisk aktivitet var en så prioriterad del i förskolan. Alla talade varmt om hur viktigt det var med barns rörelse och välmående. När flertalet av pedagogerna pratade om hälsa talade de också om kost. Alla förskolor som vi besökte hade skurit ner på onyttiga matprodukter som innehöll mycket socker (till exempel juice, yoghurt, sylt och vitt bröd mm). Samtidigt är vi medvetna om att urvalet av förskollärare i vår studie inte var slumpvis och kunde leda till selektion av respondenter som var de mest intresserade av och engagerade i barns rörelseaktiviteter och fysisk hälsa i övrigt.

6.2. Rörelseaktiviteter i förskolan

Av de intervjuades svar angående rörelse på förskolan kunde man se att alla förskollärarna var intresserade och engagerade men att det visades och tog form på olika sätt. Några tyckte att det räckte med den rörelsen som barnen själva gjorde medan andra förskollärare tyckte att man skulle ha flera planerade aktiviteter med barnen. Gemensamt för alla förskolorna utom en var att de hade Röris med barnen.

Pedagogerna var alla överens om att barnen rörde sig mycket i förskolan och att det föll sig naturligt. Enligt dem var det inte så mycket stillasittande på förskolan utan aktiviteterna löste hela tiden av varandra. Trots detta önskade ändå pedagogerna mer rörelseaktivitet. Vi tror också att barn rör sig mycket för att de tycker om att röra sig. Nordlund m.fl. (1998:17f) säger att barn i åldrarna fyra till sex år flyttar sig eller byter kroppsställning under lek ca 100 gånger på 45min. I läroplanen för förskolan står det att:

Leken är viktig för barns utveckling och lärande. Ett medvetet bruk av leken för att främja varje barns utveckling och lärande skall prägla verksamheten i förskolan.

En del av förskolorna har tillgång till skolans gymnastiksal och utnyttjade det. Detta anser vi peka på att pedagogerna tycker det är viktigt och roligt med rörelse. Gemensamt för alla förskollärare var ett de har sång- och rörelselekar tillsammans med barnen. Pedagogerna vill få med alla olika rörelser och att det ska vara ett lustfyllt lärande. Alla förskollärarna var väl medvetna om att förutsättningarna för fysisk aktivitet är bättre ute och satsade därför mycket på detta. Vissa avdelningar var ute med barnen både på för- och eftermiddagen. Det tycker vi är bra eftersom barnen ute får uppleva olika material, miljöer och underlag. Vi tror även att man blir friskare och mår bättre av att vara ute. Björklid (2005:117) menar att rörelse och utomhusvistelse har en avgörande inverkan på hälsa och välbefinnande. För lite utevistelse kan skapa trötthet och koncentrationssvårigheter.

6.3. Hinder för barns fysiska utveckling i förskolan

Vad det gällde hinder av barns rörelse på förskolan tycker alla förskollärarna att man skulle göra det bästa av situationen. Några av pedagogerna talade faktiskt om att lokalerna var för små i förhållande till antalet barn. Några hade ingen lekhall, men ansåg att de hade möjlighet att röra på sig ändå och utnyttjade de lokaler som de hade. Några hinder fanns det dock och det var för små lokaler för antalet barn, tidsbrist och för hög ljudnivå. Vi blev här förvånade att inte pedagogerna talade om fler hinder i större utsträckning. Detta var även något som vi uppmärksammade då vi tittade runt i lokalerna på förskolorna. Av de förskolor vi besökte var två av dem relativt nya, men även här var utrymmena små i förhållande till de stora barngrupperna. Vi upplever även att de stora barngrupper som finns idag bidrar till att man hela tiden får dämpa barnen och uppmuntra dem att sysselsätta sig med lugnare aktiviteter. Björklid (2005:11) skriver att många förskolor ursprungligen är byggda för mindre barngrupper än vad som oftast förekommer idag, vilket begränsar möjligheterna att arbeta på det sätt som man önskar. Under den tid vi arbetat i förskolan eller haft VFU har vi både upplevt att det lätt blir trångt när alla barnen är där och att det därför inte alltid går att vara inne med alla samtidigt.

Som vi nämnt ovan anser flera pedagoger att tiden utgör ett hinder. De tycker att det är svårt att hinna planera och genomföra rörelseaktiviteter med barnen och att det krockar med andra rutiner. Det var därför uppskattat av pedagogerna när Friskis & Svettis gjorde ett färdigarbetat program för barn. Pedagogerna ansåg även att de ville ha mer pengar till kompetensutveckling och för att köpa in mer material.

Brist på pengar verkar också vara ett hinder för barns optimala fysiska utveckling som påpekades av pedagogerna i förskolan. Vi tycker att det är konstigt att det inte satsas mer på barns fysiska aktivitet än det görs, då barns inaktivitet och fetma diskuteras allt mer i vårt samhälle.

6.4. Samhällets betydelse

Utifrån vad den aktuella läroplanen säger om barns hälsa och motoriska utveckling tycker vi att förskolornas verksamhet uppfyller läroplanens mål. Samtidigt, vid en närmare granskning av läroplanen kan man konstatera att det inte finns mycket om barns motorik och rörelseutveckling vilket är förvånande. Kommunen verkar inte lägga mycket pengar på utbildning och material när det gäller barns välmående. På en av förskolorna talade pedagogen (pedagog A) om att de kanske skulle behöva ta bort stora delar av frukten som äts på förskolan då det är för dyrt. Detta skrämmer oss eftersom vi anser att förskolan skall vara en förebild när det gäller kost och en hälsosam livsstil. Vidare, kan man inte utesluta att Björklid (2005:23) har rätt när hon säger att:

Kanske beror det på att den fysiska miljön är så självklar att vi inte funderar på vårt förhållande till den. Men med ett förnyat och ökat intresse börjar den fysiska miljös betydelse uppmärksammas som en betydelsefull faktor för bl.a. utvecklings- och lärandeprocesser...

6.5. Pedagogens och miljöns roll

Under de besök vi gjorde på förskolan märkte vi att de pedagoger som var intresserade av fysisk aktivitet var de som var drivande i arbetet med barns rörelse. Många av arbetslagen har deltagit eller deltar i en cykelutmaning och en stegräknartävling. Vi tror att en pedagog som själv är fysiskt aktiv och som tycker att detta är roligt smittar av sig på barnen. Det märktes tydligt vilka som var eldsjälarna när det gäller rörelse och hälsotänk.

Vi anser även att miljöns utformning och tillgången till material har stor betydelse för hur mycket barnen rör på sig och hur deras motivation påverkas. Pramling Samuelsson och Sheridan (1999:89) talar om hur barn samspelar med omgivningen och utvecklas på så sätt, de menar därför att miljöns utformning på förskolan är viktig för barns lärande. Med dagens stora barngrupper är det viktigt att man som pedagog är flexibel och delar upp barnen i mindre grupper. Det tror vi ökar förutsättningarna för fysisk aktivitet då det lätt blir rörigt med för många barn.

När man planerar fysisk aktivitet för barn tycker vi att det är viktigt att det ska vara roligt, det ska helt enkelt vara ett lustfyllt lärande. Alla pedagoger som hade planerade rörelseaktiviteter med barn hade musik till sina pass. Detta tror vi bidrog till att det blir mer stämning och att barnen tyckte det var kul. Vi tycker att det är viktigt att barnen får positiva upplevelser av att röra på sig.

Som pedagog är det viktigt att låta barnen lära sig av varandra. Den med mer erfarenhet kan lära den som inte har lika stor erfarenhet.

Centralt i Vygotskys teorier är idén om att barn som handleds av vuxna eller mer kompetenta kamrater kan prestera mer än vad de kan åstad komma på egen hand (Pramling Samuelsson & Sheridan, 1999:12).

Detta är viktigt att tänka på när man planerar fysisk aktivitet med barnen därför att man då kan variera olika gruppkonstellationer. Samarbete mellan barn ger alltså förutsättningar för upptäckande inläring och utvecklar ett kreativt tänkande. Skulle alla barn tänka och agera likadant skulle ingen utveckling ske. Vi tror därför att det är bra att integrera olika åldrar och bara fokusera på ett visst utvecklingsstadium.

6.6. Likheter och skillnader mellan hälso- och rörelseprofilerade förskolor gentemot ”vanliga” förskolor

På det stora hela kan vi inte säga att vi har sett några direkta skillnader mellan de ”vanliga” förskolorna och de med en hälsoprofilerad inriktning. Alla förskolorna hade ett medvetet tänk och arbetade på ett eller annat sätt med barns rörelse och utveckling. Fem av förskolorna hade Röris i sina barngrupper och alla förskolorna hade ändrat sin kost. Det var dock en av förskolorna (förskola F) som vi fick intrycket av att ha kommit lite längre i sitt genomförande av rörelse som en naturlig del av vardagen. Denna förskola var profilerad som hälsoförskola. Personalen planerade noggrant sina aktiviteter med barnen och de ansvarade för två veckoperioder var. Barnens val dokumenterades sedan och användes som underlag för utvecklingssamtal. Detta tyckte vi var ett bra sätt att följa upp barnens utveckling. En annan förskola (förskola E) videofilmade sina barn när de hade Röris för att kunna visa för föräldrarna hur de arbetade på förskolan och hur viktigt fysisk aktivitet var för barnen.

Pramling Samuelsson & Sheridan (1999:126) framhåller videokameran som ett bra redskap för att dokumentera pedagogernas förhållningssätt gentemot barnen och barnens lärandeprocess.

En markant skillnad mellan förskolorna var deras lokaler. Några lokaler var trånga, smala och dåligt planerade. Enligt oss var det bara två av förskolorna (förskola A och F) som har en miljö som stimulerade barnen till rörelse. En av förskolorna (förskola B) hade enligt oss inga utrymmen för barnen att röra sig på. De hade ett matrum och två små rum där stora rörelser i princip är omöjligt. Vi tror att förskolor med väl planerade lokaler för rörelseaktivitet bidrar till att barnens motorik utvecklas på ett positivt sätt. Detta ger också enligt oss en bra grund inför deras fortsatta fysiska utveckling.

Anledningen till att vi inte sett större skillnader mellan hälso/rörelse förskolor och ”vanliga” förskolor kan förmodligen förklaras med att några av förskolorna befinner sig bara i uppstarten av sin profilering. En annan orsak kan vara att ämnet idag är mycket aktuellt vilket innebär att alla förskollärarna vi intervjuade redan aktivt arbetade med fysik aktivitet och välmående.

6.7. Vad kan förbättras?

Enligt oss är det viktigt att man som pedagog anpassar sig efter barngruppen och utgår ifrån den i sin planering. I de stora barngrupper som finns idag kan det vara bra att dela upp barnen i mindre grupper för att kunna använda förskolans yta bättre. Halva barngruppen kan vara ute medan den andra gruppen är inne och har till exempel Röris. En av pedagogerna vittnade om att det väldigt lätt blir hög ljudnivå när man har rörelseaktiviteter med barnen. Genom att då dela upp barnen i mindre grupper tror vi kan bidra till att ljudnivån dämpas.

Ett närmare samarbete mellan olika förskolor inom kommunen och utanför dess gränser skulle bidra till utbyte av kunskaper och erfarenheter, detta tror vi kan bidra till en förbättring av de fysiska aktiviteterna.

En av förskolorna befinner sig i provisoriska lokaler vilket innebär att de inte kan fästa något på väggarna som t ex ribbstolar och rutschkanor. Denna förskola har varit provisorisk i 11 år och vi tycker här att det är dags för kommunen att göra något åt det. Vi tycker att det är dåligt att barn skall behöva vistas i dessa trånga lokaler och inte kunna få sitt naturliga rörelsebehov tillfredställt inomhus.

Vi tycker att ekonomin för förskolorna skall förbättras. Detta är nödvändigt för anställning av kompetent personal, vikarier, materialinköp, kompetensutveckling, mat, utflykter och förbättring av lokaler. Om några av dessa punkter förbättras, kommer även förutsättningarna att öka och detta tror vi bidrar till en bättre förskola för alla.

6.8. Har arbetets syfte uppnåtts?

Syftet var att ta reda på pedagogers inställningar till barns motoriska utveckling och behov av rörelse. Genom studien har vi tagit del av sex förskollärares syn på barns motoriska utveckling och behov av rörelse.

Innan studien påbörjades trodde vi varken att förskolorna hade så mycket planerade rörelseaktiviteter eller att de hade en så positiv inställning till fysisk aktivitet. Det känns bra att resultaten visade motsatsen, nämligen att pedagogerna var positivt inställda och hade en bra planering av barnens rörelseaktiviteter.

Vi tycker att vi fått en god inblick i hur pedagogerna ser på barnens motoriska utveckling och behov till rörelse. Mot denna bakgrund anses syftet vara uppnått.

6.9. Studiens begränsningar

De intervjuade personerna valdes efter tillgänglighetsprincipen. Detta medförde en begränsning då alla uppfattningar i förskolan troligen inte är företrädda i vår studie.

Vi hade från början tänkt undersöka pedagoger på ”vanliga” förskolor och ”Ur och Skur” förskolor (detta är förskolor som bedriver sin verksamhet större delen av dagen utomhus). Eftersom det inte fanns några ”ur och skur” förskolor i våra hemkommuner valde vi att göra intervjuerna på tre ”vanliga” förskolor och på tre förskolor med ett profilerat hälso- eller rörelsetänk. Vi hade även tänkt intervjua två pedagoger på varje förskola, men pedagogerna hade svårt att hitta en tid som de kunde ta emot oss på. Vi valde att intervjua förskollärare men ett annat alternativ skulle ha varit att skicka ut enkäter som förskollärarna skulle fylla i. Hade vi enbart använt oss av enkätfrågor hade vi inte kunnat ställa några följdfrågor när det var något som vi undrade över. Enligt Johansson och Svedner (2004:29) ger enkäter en bred och ytlig information. Syftet med att först skicka ut enkäter skulle kunna vara att skaffa oss ett underlag för att sedan utforma intervjufrågorna. Med anledning av tidsbrist valde vi att inte skicka ut några enkäter och gjorde istället endast kvalitativa intervjuer. Vi hade från början tänkt göra en pilotintervju innan vi intervjuade förskollärarna. Tanken med pilotintervjun var att vi skulle se om våra intervjufrågor var förståeliga och om vi behövde formulera om dem före intervjuerna. Tyvärr på grund av tidsbristen, hann vi varken att genomföra en pilotstudie eller någon initial enkätundersökning.

Vi har båda förståelse för att det kan vara till nackdel att bara intervjua en förskollärare och att detta kanske inte ger en fullständig bild av hur de arbetar på förskolorna. Vi har trots det valt detta tillvägagångssätt eftersom vårt syfte med arbetet är att få reda på pedagogernas tankar och förhållningssätt till fysisk aktivitet i förskolan. Vi tycker att intervjuer har varit ett bra tillvägagångssätt eftersom vi anser att vi har fått svar på våra frågor i syftet.

6.10. Förslag till fortsatt forskning

Vi har under vår studie besökt sex olika förskolor, tre ”vanliga” och tre med ett profilerat hälso eller rörelsetänk. Vår inriktning har varit att få ta del av förskollärarnas syn på barnens fysiska aktivitet i förskolan. En fortsatt forskning skulle kunna vara att få följa med de olika barngrupperna i deras dagliga verksamhet för att se hur arbetet med fysisk aktivitet egentligen yttrar sig. Här hade man då kunnat göra observationer på en ”vanlig” och en profilerad förskola för att jämföra om det är några likheter eller skillnader. Det som pedagogerna talade om i intervjun och hur verkligheten faktiskt ser ut kan vara två helt skilda saker. Ett annat förslag skulle kunna vara att intervjua barnen för att få reda på deras syn på rörelse. Det hade

även varit intressant att observera barnen för att se hur mycket de rör sig och hur det påverkar dem. Vidare hade det också varit av intresse att fråga pedagogerna vem som bär ansvaret för barns fysiska hälsa idag, är det hemmet, förskolan eller samhället? Genom sådana här undersökningar kan man få reda på om barns fysiska hälsa i förskolan påverkas av planerade rörelseaktiviteter.

7. REFERENSER

- Björklid, Pia. (2005). *Lärande och fysisk miljö - En kunskapsöversikt om samspelet mellan lärande och fysisk miljö i förskola och skola*. Kalmar : Lenanders grafiska tryck AB.
- Blom, K. Arne & Lindroth, Jan. (1995). *Idrottens historia*. Farsta: Sisu idrottsböcker.
- Ericsson, Gunilla. (2002). *Lära ute –Upplevelser och lärande i naturen*. Friluftsförbundet.
- Ericsson, Ingegerd. (2005). *Rör dig - lär dig. Motorik och inläring*. Malmö: Erlanders Berlings AB.
- Granberg, Ann. (2000). *Småbarns utevistelse*. Stockholm: Liber.
- Grindberg, Tora & Langlo Jagtöien, Greta. (2000). *Barn i rörelse*. Studentlitteratur: Lund.
- Johansson, Bo & Svedner, Per Olov. (2004). *Examensarbetet i lärarutbildningen*. Kunskapsföretaget: Uppsala.
- Knutsdotter Olofsson, Birgitta. (1987). *Lek för livet. En litteraturgenomgång av forskning om förskolebarns lek*. Stockholm: HLS Förlag.
- Lindahl, Marita. (1998). *Lärande småbarn*. Lund: Studentlitteratur.
- Nordlund, Anders, Rolander, Ingemar & Larsson, Leif. (1997). *Lek, idrott, hälsa: rörelse och idrott för barn*. Stockholm: Liber.
- Pramling Samuelsson, Ingrid & Sheridan, Sonja. (1999). *Lärandets grogrund*. Lund: Studentlitteratur.
- Sandborgh – Holmdahl, Gun & Stening, Birgitta. (1993). *Inläring genom rörelse*. Stockholm: Liber.
- Stukát, Staffan. (2005). *Att skriva examensarbete inom utbildningsvetenskap*. Lund: Studentlitteratur.
- Utbildningsdepartementet. (1994). *Läroplan för de obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet. Lpo 94, Lpfö 98 och Lpf 94*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.
- Williams, Pia Sheridan, Sonja & Pramling Samuelsson, Ingrid. (2000). *Barns samlärande – En forskningsöversikt*. Kalmar: Lenanders tryckeri AB.

7.1. Internet:

Claude, Marcus.(2004) *Matvanor starkt bidragande till den ökande fetman bland svenska barn*. Hämtat den 2006-12-06, från

http://www.forskning.se/servlet/GetDoc?meta_id=85398&template=news_print

Forsberg, Hans. (2005) *Vad är genetiskt och vad kan tränas?* Hämtat den 2006-12-06, från

http://www.barnsjukskoterska.org/Foreningen/Barnbladet/4_2005/6_4_2005/6_4_2006-12-06

Hej!

Vi heter Mia och Ann-Sofie och studerar vid Göteborgsuniversitet där vi har inriktat oss mot de tidigare åldrarna. Nu går vi vår sista termin och skriver ett examensarbete på 10 p. Vi har tidigare under utbildningen läst kurser som handlat om barns rörelse. Detta tycker vi var intressant och bestämde oss för att ta reda på mer om detta ämne.

Vårt syfte med denna studie är att ta reda på vad pedagogerna har för inställning och kunskap om barns lek och rörelse. Vi är även intresserade att ta del av hur pedagogerna arbetar med barns motoriska utveckling.

Vid besöket skulle vi vilja intervjua/samtala med en pedagog som har förskolläraryt utbildning alt. lärare för tidigare åldrar. Samtalet kommer att handla om förskolans syn på rörelse och barns motoriska utveckling. Vi kommer båda två att närvara vid intervjun och kommer att använda oss av en bandspelare för att underlätta sammanställningen av intervjun.

Under intervjun kommer vi att vilja prata och diskutera följande saker:

- Vilka möjligheter till fysisk aktivitet erbjuder förskolan?
- Syn och inställning på barns rörelse och utveckling.
- Ev. hinder
- Kunskap

Intervjun beräknas ta ca 30- 40 min och vi vill endast prata med en pedagog. Vilken pedagog som vi ska intervjua väljer ni själva.

Tack på förhand!

Mia Pihl
Telefon: 0303-128 29
Mobil: 0703-96 42 90

Ann-Sofie Koppel
Telefon: 0303-74 07 45
Mobil: 0706-83 77 11

Med vänliga hälsningar

Mia Pihl

Ann-Sofie Koppel

Intervjufrågor

1. Vad har du för utbildning?
2. Hur länge har du arbetet som förskollärare?
3. Hur länge har du arbetat på just den här förskolan?
4. Skulle du vilja berätta lite om den här förskolan?

5. Vad har ni för kunskap om barns rörelse utveckling och fysiska aktivitet?
6. Har ni gått någon utbildning angående barns rörelseutveckling? Finns det någon?
7. Har ni planerade rörelseaktiviteter med barnen? Varför? Varför inte?
8. Hur ser planeringen ut? Sker det någon uppföljning?
9. Vilken typ av rörelseaktiviteter används med barnen i förskolan?
10. Finns det några hinder som gör att barnen inte kan vara fysiskt aktiva?
11. Hur skulle ni vilja att den fysiska verksamheten såg ut?
12. Vad har ni för inställning till fysisk aktivitet? Varför har ni denna inställning?
13. Hur viktig är barns rörelse och aktivitet för dig?