



**Självständigt arbete (examensarbete), 15 hp, för
Förskollärautbildning Utbildningsvetenskap
HT 2019**

Fysisk Aktivitet

**Pedagogers uppfattning av fysisk aktivitet i
förskolan**

Susanne Rydell och Eva Tollstoy

Fakulteten för lärarutbildning

Författare/Author

Susanne Rydell och Eva Tollstoy

Titel/Title

Fysisk aktivitet - Pedagogers uppfattning av fysisk aktivitet i förskolan / Physical activity - Educators' perception of physical activity in Preschool

Handledare/Supervisor

Ingmarie Bengtsson

Examinator/Examiner

Lena Bäckström

Sammanfattning/Abstract

Syftet med detta examensarbete är att undersöka pedagogers uppfattning av fysisk aktivitet samt vilka förutsättningar barn ges till fysisk aktivitet i förskolan. För att ta reda på detta har vi använt oss av kvalitativ metod i form av semistrukturerade intervjuer av fyra pedagoger från fyra olika förskolor. Materialet har sedan analyserats utifrån ett sociokulturellt perspektiv. Resultatet av examensarbetet visar att samtliga pedagoger anser att fysisk aktivitet är viktigt och kan prioriteras mer i verksamheten. Dessutom är samtliga pedagoger överens om att det är lättare att erbjuda barn fysisk aktivitet utomhus än inomhus, detta för att förutsättningar till rörelse är mer gynnsamt utomhus. Vidare visar resultatet av examensarbetet att de flesta av respondenterna lyfter vikten av närvarande och engagerade pedagoger.

Ämnesord/Keywords

Fysisk aktivitet, förhållningssätt, förskola, förskolemiljö, pedagog

Innehåll

1. Inledning och bakgrund	4
1.1. Syfte och frågeställningar	5
2. Litteraturbakgrund och teoretisk utgångspunkt	5
2.1. Begreppet fysisk aktivitet	5
2.2. Pedagogers förhållningssätt	7
2.3. Miljöns betydelse	8
2.4. Teoretisk utgångspunkt	8
3. Metod	9
3.1. Metodval	9
3.2. Urval	10
3.3. Genomförande	10
3.4. Etiska överväganden	11
4. Bearbetning av material	12
5. Resultat	12
5.1. Begreppet fysisk aktivitet	12
5.2. Pedagogers förhållningssätt	13
5.3. Förskolemiljöns betydelse	14
6. Sammanfattande analys	15
7. Diskussion	16
7.1. Metoddiskussion	16
Referenser	20
Bilaga	23
Brev till förskolechef	23
Information	24
Samtyckesformulär	25
Intervjufrågor	26

1. Inledning och bakgrund

Enligt förskolans läroplan (Skolverket 2018) ska arbetslaget på förskolan verka för en god och tillgänglig miljö för omsorg, utveckling, rörelse, lek och lärande samt stärka barns tillit till sin egna förmåga. Förskolan ska också ge varje barn förutsättningar att utveckla motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning samt förståelse för vikten av att ta hand om sin hälsa och välbefinnande. Enligt Folkhälsomyndigheten (2017) vistades 94 procent av alla barn i åldern 4–5 år och 76 procent av alla barn i åldern 1–3 år i förskolan år 2015. Förskolans läroplan (Skolverket 2018) framhäver å ena sidan att förskolan ska arbeta med rörelse medan forskning å andra sidan visar att barn blir mer och mer stillasittande (Faskunger 2008). Hur går detta ihop? Då de flesta av Sveriges yngre barn vistas stor del av sin vakna tid på förskolan (Sollerhed 2017) så tänker vi att forskning borde se annorlunda ut. Detta gjorde oss intresserade av hur pedagoger tänker ute i verksamheterna. Vilken förståelse har pedagoger kring betydelsen för barns rörelse och fysisk aktivitet i förskolan? Hur arbetar pedagoger för att uppfylla läroplanens mål gällande rörelseaktiviteter för barn?

Faskunger (2008) belyser att barn behöver vara i rörelse för att leka, lära, upptäcka, utforska och för att hålla sig friska. Aktuell debatt visar idag att vi rör oss för lite. I dagens moderna och teknologiska samhälle blir människan mer och mer stillasittande. Ekblom-Bak, Ekblom och Hellénus (2010) lyfter att det totala tv-tittandet ökar och allt fler väljer att åka bil, även korta sträckor. Friedl, Wikland och Jablonska (2011) påtalar att det blivit svårare för barn att bli av med sin övervikt och för många barn följer övervikt med upp i vuxen ålder. Mer än var sjunde vuxen svensk har en stillasittande fritid. ”Stillasittande innebär både en begränsning av vardaglig lågintensiv fysisk aktivitet och muskulär inaktivitet i kroppens stora muskelgrupper.” (Ekblom-Bak, Ekblom & Hellénus 2010, s. 587)

Som blivande förskollärare är vårt förhållningssätt och vår syn på fysisk aktivitet i förskolan viktig. Vi behöver även ha kunskap om hur barns motoriska utveckling påverkas av fysisk aktivitet. Vi hoppas att vårt examensarbete kan hjälpa pedagoger till en ökad förståelse för vikten av fysisk aktivitet redan i tidig ålder samt att pedagoger får barn att se positivt på fysisk aktivitet.

Återkommande genom examensarbetet använder vi begreppet pedagog, vi vill förtydliga att vi med pedagog menar barnskötare och förskollärare som är verksamma inom förskolan.

1.1. Syfte och frågeställningar

Syftet med detta examensarbete är att undersöka pedagogers uppfattning av fysisk aktivitet samt vilka förutsättningar barn ges till fysisk aktivitet i förskolan.

- Hur beskriver pedagoger sitt arbete med fysisk aktivitet i förskolan?
- På vilket sätt erbjuder pedagoger fysisk aktivitet till barn i förskolan?

2. Litteraturbakgrund och teoretisk utgångspunkt

Då examensarbetet bygger på didaktiska frågor runt fysisk aktivitet för yngre barn har vi sökt relevant litteratur och forskning utifrån fysisk aktivitet, pedagogers förhållningssätt och miljöns betydelse och varje avsnitt redovisas var för sig. Vi har använt oss av internet och kurslitteratur som sökmotorer.

2.1. Begreppet fysisk aktivitet

Sollerhed (2017) förklarar begreppet fysisk aktivitet och menar att det handlar om all rörelse som sker med kroppen. Människan är anpassad till uthållningsaktiviteter som ska tränas upp i unga år. Den som en gång haft en god kondition har lättare att träna upp konditionen senare i livet igen. Förr i tiden var fysisk aktivitet ett måste för att skaffa föda, idag kan vi välja att vara aktiva eller inte. Energiomsättningen varierar beroende på om den fysiska aktiviteten är låg- eller högintensiv. Vidare menar författaren att i Sverige rekommenderas barn och ungdomar vara fysiskt aktiva minst 60 minuter varje dag där pulsen går upp och man blir varm och svettig men aktuell debatt visar att vi rör oss för lite och att barn sitter mycket i skolan. Flertalet barn har även en stillasittande fritid vilket ökar risken att barn inte utvecklar vävnader på ett önskvärt sätt. Även World Health Organization (2019) lyfter vikten av fysisk aktivitet och rekommenderar barn under fem år att utöva minst 180 minuter daglig rörelseaktivitet, varav 60 minuter bör vara pulshöjande.

Copeland, Kendeigh, Saelens, Kalkwarf, och Sherman (2011) menar att lek och utomhusaktiviteter tillåter mer frihet och kreativitet, kraftfullare aktiviteter, större

energiutsläpp och social interaktion. För att barn inte ska känna sig missnöjda eller ha problem med sina kamratrelationer anser författarna att barn behöver utmanas i grundläggande färdigheter som att t.ex. kasta boll, springa, klättra, hoppa, då dessa färdigheter har en betydande funktion för barns motorik, hälsa och humör. Jagtøien Langlo, Hansen och Annerstedt (2002) menar att motorik kan förklaras som våra kroppsliga rörelser och ett resultat av kroppens samspel mellan olika kroppsdelar. Grovmotorik är de rörelser som utövas med hjälp av de stora muskelgrupperna rygg, armar, ben och mage medan rörelser med ansiktet, händer och fötter förklaras som finmotoriska rörelser. Genom kroppsmedvetenhet lär sig barn att uppleva och tyda sig själv. Författarna förklarar vidare att barn lever i en fysisk värld där lek har en stor betydelse. Då barn gör saker tillsammans med andra barn skapas ett förtroende samtidigt som de tränar sin sociala kompetens. Vikten av att behärska sin egen kropp samt de grundläggande motoriska rörelserna resulterar i en trygghet och stärkande självkänsla hos barn. Barn utvecklar sina rörelsefärdigheter under hela sin uppväxt och får de möjlighet till träning blir kroppskontrollen bara bättre i både lek och vardag.

Faskunger (2008), Sollerhed (2017) och World Health Organization (2019) vidhåller att rörelse har goda effekter på hälsan för oss alla, rörelse behövs för en hållbar framtid. Författarna beskriver att fysisk aktivitet samt ett minskat stillasittande under barndomstiden bidrar till ett välbefinnande och förebygger både barnfetma och sjukdomar såsom cancer, demens, benskörhet och typ 2-diabetes. Sollerhed (2017) förklarar att fysisk aktivitet under barnåren kan minska risken för en förtidig död med hela 50%. Under barnåren tränas ådrornas elasticitet upp, ådrorna är beroende av fysisk aktivitet där blodcirkulationen sätts igång och aktiverar kärlväggarnas rörelser. Påbyggnaden av blodfetter som fastnar på ådrornas insida börjar tidigt om barnens ådror stelnar till. Vidare menar Sollerhed (2017) att enda gången vi bör vara helt still är när vi äter och sover.

Faskunger (2008) lyfter barnombudsmannen Lena Nybergs tankar om att barn bör få vara barn med en barndomstid full av lek och med rörelse av olika uttryckssätt, där leken skapar goda förutsättningar för utvecklande av kreativitet, fantasi och möjlighet att bearbeta och uttrycka tankar och känslor samt en god självkänsla och självkänedom under hela barndomen. Även Jagtøien Langlo et al. (2002) uppmanar till rörelse och menar att glada barn är de barn som är i rörelse och framhåller vikten av att yngre barn

utövar olika former av fysisk aktivitet som en förutsättning för barns utveckling och lärande. Barn utforskar och experimenterar genom motoriska rörelser och får på så sätt även en tillit till sig själv, till andra och till omgivningen. Kropp, tankar och känslor ingår i en helhet under barndomsåren. Där barnet framstår som en helhet av fysiska, psykiska, motoriska och sociala delar, när en del stimuleras kan även de andra områdena påverkas. Faskunger (2008) upplyser att barn som aktivt förflyttar sig genom att cykla eller promenera ges positiva hälsoeffekter såsom en förbättrad kondition, bättre motorik och koordination. Detta menar Faskunger (2008) och World Health Organization (2019) bidrar till minskad risk för oro, ångslan, depression och aggressivitet både under barndomen och längre fram i livet.

2.2. Pedagogers förhållningssätt

Friedl et al. (2011) upplyser om sambandet av vuxnas beteende och förhållningssätt runt rörelse- och matvanor har en stor betydelse för barn. Därav värdet att redan i tidig ålder förebygga övervikt. Då de flesta yngre barn i Sverige vistas på förskolan, är det särskilt gynnsamt att förskolan arbetar med att grundlägga hälsosamma mat- och rörelsevanor. Barn ska känna glädje och bli motiverade till att fortsätta med fysiska aktiviteter även utanför förskolan. Sollerhed (2017) menar att attityder utvecklas i tidiga barnår där en positiv eller negativ känsla för fysisk aktivitet etableras och vidare framhåller författaren betydelsen av de vuxna barn möter i förskolan. En medveten, positiv och engagerad pedagog som möjliggör för barn att röra på sig och träna samt lära sig många olika rörelser hjälper barn att utveckla sin potentiella kapacitet för resten av livet. Ericsson, Grahn och Skärbäck (2009) upplyser att många barn då de börjar skolan har en bristande motorik och författarna ifrågasätter om barn i förskolan får möjlighet och tid till att träna sin motorik. Jagtøien Langlo et al. (2002) och Copeland et al. (2011) anser att pedagogers förhållningssätt och möjlighet till skapande av fysiska aktiviteter är av stor vikt för barns motoriska utveckling. Jagtøien Langlo et al. (2002) menar att det handlar mycket om vilken pedagogisk grundsyn pedagogen ifråga har likaså kan pedagogens kompetens och intresse för fysisk aktivitet vara en fördel. I en studie gjord av Copeland et al. (2011) på ett stort antal amerikanska förskolebarn visade det sig att barn inte får den förordade tiden för fysisk aktivitet. Författarna menar att det beror på pedagogers inställning till utevistelse där hindren kan vara att det är för kallt, eller för varmt, ute. Även personliga

attityder hos pedagoger som att barn blir smutsiga kan vara ett hinder för att barn ska få vistas utomhus.

2.3. Miljöns betydelse

Pagels och Raustorp (2013) ser barns fysiska aktiviteter som en hälsofrämjande effekt mot flera av våra välfärdssjukdomar och menar att en stimulerande förskolemiljö där barn får möjlighet till fysisk aktivitet är av stor vikt. Författarna menar även att forskning visar att förskolebarns fysiska aktivitet är högre i förskolor med en bra utemiljö. Faskunger (2008) anser att kommunerna bör ta sitt ansvar och se över samt utforma miljöer för att öka barn och ungdomars rörelsefrihet. Närområdets miljö är betydelsefull för barns möjligheter till fysisk aktivitet, lek och utveckling. Vidare menar Faskunger (2008) att tillgång till grönområden och lekparker där barn ges möjlighet att nyttja klätterställningar, träd och kuperad terräng ger en ökad fysisk aktivitet hos barn i alla åldrar. Även Ericsson et al. (2009) lyfter miljön som en viktig arena där barn ges möjlighet till rörelseaktivitet. Författarna menar att det inte behöver handla om dyra fina lekparker utan naturen erbjuder en miljö som är fullt tillräcklig. I kuperad terräng med stenar och träd ges barn goda möjligheter att utmana och träna sin motoriska färdighet på ett lek- och lustfyllt sätt.

2.4. Teoretisk utgångspunkt

Utifrån examensarbetets syfte, som är att undersöka pedagogers uppfattning av fysisk aktivitet samt vilka förutsättningar barn ges till fysisk aktivitet i förskolan, har det sociokulturella perspektivet valts som teoretisk utgångspunkt. Detta för att perspektivet lyfter fram leken och miljöns betydelse samt belyser hur pedagoger utmanar barn till interaktion, kommunikation, imitation och socialt samspel. Det sociokulturella perspektivet har sin utgångspunkt i den sovjetiske psykologen Lev Vygotskijs (1896–1934) teorier. Strandberg (2006) lyfter in det sociokulturella perspektivet i den svenska förskolan och framhåller att dagens läroplaner uppmanar pedagoger att praktisera den pedagogik som bygger på Vygotskijs teorier. Strandberg (2006), Vygotskij (1995) och Säljö (2014) förklarar att ett sociokulturellt perspektiv innebär att barn lär sig genom interaktioner tillsammans med andra och med sin omgivning. Barn lär av och med varandra genom att kommunicera och imitera. I det sociokulturella perspektivet menar Vygotskij att tillsammans med någon mer erfaren kamrat eller vuxen ges barn möjlighet att lära sig mer än vad barnet hade kunnat lära sig själv, detta benämner Vygotskij med

proximal utvecklingszon. Säljö (2014) förklarar att människan sedan begynnelsestiderna lärt och erfårit tillsammans med andra och på så sätt fått en förståelse för omvärlden.

Strandberg (2006) klargör att barns utveckling handlar om ett samspel mellan yttre handlingar och inre tankeprocesser och lyfter att psykosociala processer såsom lyssnande, språkande, läsande, tänkande, problemlösande, emotioner och vilja behöver ses som aktiviteter som utförs och är värdefulla för barns utveckling. Vidare menar Strandberg (2006) att det inte är det som barn har i huvudet som är avgörande för barns utveckling utan det handlar om det som barn faktiskt gör. De aktiviteter som leder till utveckling och lärande benämner Vygotskij som sociala, medierade och situerade. Det sociala kan förklaras som barns individuella kompetens och som resultat av interaktioner med andra människor, barn lär sig först tillsammans med andra för att sedan klara sig på egen hand. I aktiviteter möter barn inte världen direkt utan de behöver hjälp av olika medierade artefakter för att utföra en uppgift. Vid t.ex. klättring kan en artefakt vara en sten, ett träd eller en klätterställning. En aktivitet äger alltid rum i en specifik situation och plats och Strandberg (2006) menar det är lättare att lära i en miljö med rätt förutsättningar.

3. Metod

För att få svar på examensarbetets frågor har vi använt oss av kvalitativ metod, vilket innebär att vi tolkar svaren därför kommer vi ej hävda att vi kan generalisera de resultat vi får. Resultatet av examensarbetet gäller ej alla pedagoger i Sverige utan de vi har valt att intervjua. Vi vill undersöka vilken uppfattning pedagoger i förskolan har till fysisk aktivitet. Under intervjuerna har deltagarna getts möjlighet att berätta och vidareutveckla sina idéer samt precisera hur de ser på fysisk aktivitet i förskolan.

3.1. Metodval

För att undersöka hur pedagoger i förskolan uppfattar fysisk aktivitet samt vilka förutsättningar barn ges till fysisk aktivitet valde vi att använda oss av intervjuer som metod, i form av ljudupptagna semistrukturerade personintervjuer av pedagoger.

Denscombe (2016) förklarar personliga intervjuer som ett arrangerat möte mellan forskare och intervjuperson, i detta fall förskolepedagog. Vid semistrukturerade intervjuer är det forskaren som styr vilka frågor som ska ställas och besvaras men forskaren är flexibel när det gäller ordningsföljden på frågorna. Vidare menar författaren

att personliga intervjuer är populära då de är lätta att arrangera och kontrollera samt då det insamlade materialet endast kommer från en källa, i det här fallet, pedagogen. Även ljudupptagningarna är lättare att tolka då det inte är flera röster att känna igen. Vi använde oss av produktiva intervjufrågor för att få mer ingående svar och möjlighet till följdfrågor.

3.2. Urval

Då det visade sig vara svårt att hitta förskollärare som hade möjlighet och viljan att delta i intervjuer beslutade vi oss för att ändra vårt urval till ett bekvämlighetsurval och istället rikta fokus mot pedagoger i förskolan som är både förskollärare och barnskötare. Denscombe (2016) förklarar att bekvämlighetsurval handlar om det urvalsätt som är snabbast, enklast och finns närmast till hands för forskaren. Vi fick kontakt med fyra olika pedagoger från fyra olika förskolor som hade möjlighet att medverka i intervjuer. Samtliga pedagoger är anställda i det skolområde vi själva arbetar i. De olika förskolorna har en varierande och utmanande utemiljö med stora gårdar och gott om material i form av klätterställningar, cyklar, hopprep, bollar, bandyklubb. Alla förskolor är placerade i ytterområden och har en närhet till skog och natur. Några av förskolorna har tillgång till en gymnastikhall. På vissa av förskolegårdarna finns även klätterträd att tillgå. Stora vägar och långt avstånd hindrar någon förskola att ta sig till skogen.

3.3. Genomförande

Via mail kontaktade vi fem förskolechefer och informerade om vårt examensarbete, vad vi ville undersöka samt för att få ett samtycke till att genomföra intervjuer. Vår tanke var att förskolechefer skulle hjälpa oss att hitta förskollärare som vi senare kunde kontakta för en intervju. Då respons från förskolechefer uteblev valde vi att ringa tio slumpmässigt utvalda förskolor. Tyvärr var det som vi tidigare nämnt, svårt att hitta förskollärare som hade möjlighet att ställa upp på intervju. Vi beslutade oss för att ändra vårt urval och kontaktade pedagoger som är både barnskötare och förskollärare i vårt skolområde som vi arbetar i. Ganska omgående fick vi kontakt med fyra pedagoger som hade möjlighet att delta i våra intervjuer. Samtliga deltagare delgavs vad som skulle undersökas och varför samt hur resultatet kommer användas. Vi informerade även om att vi kommer ta hänsyn till de forskningsetiska principerna (Vetenskapsrådet 2002) och vad det innebär. För att följa konfidentialitetskravet har samtliga deltagare fingerade namn i form av A, B, C, D. Vi förberedde intervjufrågor innan besöket och för att underlätta för pedagogerna

valde vi att intervjuerna utfördes på pedagogernas arbetsplatser, dels för att de skulle slippa åka någonstans men även för att de skulle känna sig trygga i miljön. För att få en gemensam uppfattning om pedagogernas svar i intervjuerna besökte vi de olika förskolorna tillsammans. Intervjun genomfördes under cirka 20 minuter. Rummet där intervjuerna genomfördes hade pedagogerna valt och i alla fyra fallen var rummen placerade så yttre störningar undveks. Under alla våra intervjuer valde vi samma person som höll i intervjun och samma person som förde anteckningar och spelade in intervjun. Detta beslut tog vi efter vår första intervju då vi uppmärksammade svårigheten att vara tyst som intervjuare. Då vi tog på oss samma roll vid alla fyra intervjuerna lärde vi oss att förhålla oss till våra roller.

3.4. Etiska överväganden

Som forskare är det viktigt att förhålla sig till de forskningsetiska principerna som Vetenskapsrådet (2002) har tagit fram. I vårt examensarbete har vi tagit hänsyn till individskyddskravet som är ett grundläggande krav vid forskning och konkretiseras i fyra huvudkrav: informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet.

Utifrån informationskravet har alla deltagare delgetts en kort information om syftet med examensarbetet, hur intervjuerna går till samt hur det insamlade materialet kommer att användas.

Utifrån samtyckeskravet har alla deltagare skrivit under ett samtycke där de godkänner ljudinspelning samt hantering av insamlat material, vilket Denscombe (2016) förklarar som ett bekräftande av informerat samtycke. Blanketterna är utformade på så sätt att studenterna kan behålla delen med deltagarens underskrift medans deltagarna får behålla informationsdelen. Samtyckesblanketten upplyser även om att respondenterna kan avbryta sin medverkan i vårt examensarbete precis när som helst, helt utan förklaring även om de gett sitt samtycke från början.

Med konfidentialitetskravet som grund kommer personuppgifter och information vara konfidentiell det vill säga personer som deltar i vårt examensarbete kommer inte gå att identifiera, vilket deltagarna har informerats om. Det insamlade materialet kommer förvaras så ingen obehörig kommer åt det. Allt material kommer förstöras då examensarbetet blivit godkänt.

Utifrån nyttjandekravet får insamlat material ej spridas vidare utan enbart användas i vårt examensarbete.

4. Bearbetning av material

Efter intervjuerna transkriberade vi vår empiriska data så att vi noggrant kunde läsa och återkomma till materialet flera gånger på ett enkelt sätt. Vi transkriberade våra intervjuer i nära anslutning till intervjuerna, detta för att ha intervjuerna färskt i minnet. Intervjuerna skrevs ner i Times New Roman storlek 12 med 1 ½ rads mellanrum. Insamlat material resulterade sammanlagt i 20 nerskrivna A4 sidor. Det krävdes att lyssna noga och dessutom flera gånger på ljudupptagningarna för att återge intervjuerna så korrekt som möjligt. Efter att vi transkriberat vårt material började vi läsa igenom materialet flera gånger och sökte efter likheter och olikheter, för att kunna kategorisera svaren. Vi gjorde många utskrift av de transkriberade intervjuerna och markerade med olika färger utifrån kategorierna. Vi fann dessa olika kategorier: begreppet fysisk aktivitet, pedagogers förhållningssätt och förskolemiljöns betydelse.

5. Resultat

I kommande avsnitt presenteras resultatet av intervjuerna. Pedagogernas intervjusvar har analyserats och det har sökts efter likheter och olikheter. Vi har valt att presentera resultatet utifrån tre kategorier som berör examensarbetets syfte och frågeställningar. De olika kategorierna behandlar pedagogers förklaringar till begreppet fysisk aktivitet, pedagogers förhållningssätt samt förskolemiljöns betydelse för fysisk aktivitet. Flera av kategorierna går in i varandra och kan på så sätt förekomma på flera ställen. Resultatet kommer att presenteras genom löpande text, varvat med citat från pedagoger.

5.1. Begreppet fysisk aktivitet

Samtliga pedagoger anser att fysisk aktivitet är oerhört viktigt och definierar begreppet fysisk aktivitet som rörelse, där kroppen kommer i rörelse. Flertalet pedagoger menar att fysisk aktivitet ofta sker i det spontana, det som inom förskolans värld kallas fri lek. Pedagogerna nämner flera exempel på uteaktiviteter såsom pulsa i snö, cykla, klättra, gå i ojämn terräng, olika rörelselekar och bollekar. Inneaktiviteter nämns inte lika ofta men några som kommer på tal är ”just dance” och hinderbana. De pedagoger som har tillgång

till gymnastikhall har helt andra förutsättningar att utmana barn till fysisk aktivitet inomhus.

Att man rör på sig och att man får använda sin kropp.

...rörelse och i flera olika former så man rör på kroppen.

Någon menade även att man måste få upp pulsen för att det skulle kunna benämnas som fysisk aktivitet. Det framkom även att någon pedagog menade på att fysisk aktivitet hör ihop med både hälsa och välbefinnande.

Där du rör på dig så att du höjer pulsen under en längre stund.

5.2. Pedagogers förhållningssätt

Samtliga pedagoger menar att medvetna, engagerade och tillåtande pedagoger är en förutsättning för att barn ska utmanas till fysisk aktivitet.

... man kan alltid hitta nåt intresseområde när det gäller alla barn.

Under de olika intervjuerna lyfter samtliga pedagoger olika verktyg såsom hinderbanor och ”just dance” att ta till för att barn ska utmanas till fysisk aktivitet. Samtliga pedagoger lyfter utevistelse som en viktig aktivitet och menar att alla barn behöver ha uteaktivitet minst en gång om dagen.

Vi är noga med att låta barnen vara ute varje dag, det gör dem gott och de håller sig friska.

Flera pedagoger lyfter vikten av närvarande pedagoger som styr upp olika rörelselekar både inomhus som utomhus och som sedan deltar i leken tillsammans med barnen.

Det jag kan känna ibland är att fler vuxna och speciellt vi som pedagoger behöver bli bättre på att vara delaktiga och visa glädje i det vi erbjuder och samtidigt vara goda förebilder.

De pedagoger som har tillgång till en gymnastikhall förklarar att det är mycket uppskattat av barnen med olika fysiska aktiviteter i gymnastikhallen. Pedagoger upplever att de borde använda sig av gymnastikhallen mycket oftare. Samtliga pedagoger anser att barnen erbjuds alldeles för lite fysisk aktivitet under sina vakna timmar.

Jag anser att det är jätteviktigt med fysisk aktivitet och vi prioriterar fysisk aktivitet men visst, absolut kan vi bli bättre på det. Det hör ihop med både hälsa och välbefinnande.

Några pedagoger menade att det är viktigt att barn inte får bannor och blir bestraffade för att de har ett rörelsebehov utan att vi istället tar vara på barns rörelseenergi och låter dem få utlopp för energin på ett positivt sätt.

Fast det man kan tänka på som personal eller pedagog är ju att man ser till att man gör det på ett positivt sätt så man inte gör det som en bestraffning.

Det är lättare att gå ut med de aktiva barnen istället för att styra upp en rörelselek eller hinderbana inomhus.

Någon pedagog lyfter att det är viktigt att se allas olikheter. I någon intervju framkommer det att pedagoger av bekvämlighetsskäl ofta väljer att stanna inne med barnen då det är dåligt väder, trots barnens glädje till utelek.

5.3. Förskolemiljöns betydelse

Samtliga pedagoger lyfter miljön både inomhus och utomhus som en betydande faktor för fysisk aktivitet. Flera pedagoger menar att lokaler inte är anpassade till att ha fysisk aktivitet inomhus, de upplever att utrymmena är trånga.

...lokaler är inte alltid anpassade för att ha fysisk aktivitet... dom har ju större utrymme ute än vad man har inne.

...för det vi saknar är ju just utrymme inne.

Samtliga pedagoger anser att deras förskolegård utmanar barn i rörelseaktiviteter. Några pedagoger lyfter fördelen med att ha en närhet och tillgång till en gymnastikhall.

...vi har ju fördelen med att ha gymnastikhall som vi kan använda.

Någon nämner lekparken och skogen som ett komplement till förskolegården. Där finns utrymme att röra på sig och även många naturliga utmaningar för barnen såsom klätterställningar i lekparken och stubbar i marken på skogspromenaden.

...skogen är ju också mycket fysisk aktivitet, sen har vi ju lekparken givetvis. Där finns möjlighet till fysisk aktivitet och röra på kroppen.

Någon pedagog menar att det är under utevistelse som barn ges mest möjlighet till rörelse av olika slag.

6. Sammanfattande analys

Utifrån vårt bearbetade material kan vi utläsa att samtliga pedagoger definierar fysisk aktivitet som rörelse med kroppen. Vi kan även se att samtliga pedagoger är medvetna om vikten av att erbjuda barn fysisk aktivitet, samtidigt som vi ser att alla pedagoger vill kunna erbjuda barn fler tillfällen med fysisk aktivitet. Det framkommer även hur samtliga pedagoger arbetar med olika artefakter tillsammans med barnen under lekar och rörelseaktiviteter där barn utmanas i både fin- och grovmotorik, interaktion, kommunikation, imitation och socialt samspel. Säljö (2014) menar att barn inte möter världen direkt utan de behöver hjälp av olika medierade artefakter t.ex. då barn utmanas i en hinderbana kan en artefakt vara något att klättra upp på eller att krypa under.

Flertalet pedagoger menar att lokalerna inte är anpassade för fysisk aktivitet, vilket pedagogerna anser resulterar i mer stillasittande aktiviteter inomhus. Vår uppfattning är att pedagoger känner sig trångbodda i lokalerna men flertalet pedagoger skapar ändå möjligheter och erbjuder barn rörelseaktiviteter inomhus i form av ”just dance”, rörelsekort och hinderbanor. De pedagoger som har tillgång till gymnastikhall nyttjar den tillsammans med barnen där barnen är delaktiga i planeringen av vissa pass. Detta tolkar vi som att pedagoger gör för barn ska få inflytande och bli delaktiga i sitt eget lärande. När barn känner delaktighet och inflytande samt då barns åsikter och tankar lyfts fram skapas möjligheten till ett lustfullt lärande. Pedagoger menar att gymnastikhallen är en tillgång men de anser att de borde ta vara på möjligheten och använda gymnastikhallen mycket oftare. Vi ser även några pedagoger som nyttjar skogen och lekparken för att utmana barn i rörelseaktiviteter i olika miljöer. Utifrån vår empiri tolkar vi att barnen utmanas ur ett sociokulturellt perspektiv där barn lär i samspel av och med varandra då rörelsepassen sker i olika åldrar, i olika former men även i olika miljöer. På så sätt kan barn ta hjälp och lärdom av en mer erfaren kamrat vilket Vygotskij nämner som proximal utvecklingszon (Säljö 2014).

Utifrån vår insamlade data kan vi konstatera att samtliga pedagoger anser det är av stor vikt att låta barn få möjlighet till utövande av fysisk aktivitet. Det har även framkommit hur samtliga pedagoger menar att medvetna, engagerade och tillåtande pedagoger är en förutsättning för att barn ska utmanas till rörelse och fysisk aktivitet. Någon pedagog lyfter vikten av att alla barn får känna en glädje i att röra på sig och påminner om att vi är viktiga förebilder för barn. Detta knyter vi samman med Jagtøien Langlo et al. (2002), Copeland et al. (2011) och Sollerhed (2017) som menar att pedagogers inställning och förhållningssätt har stor betydelse för hur barn erbjuds och utmanas i rörelseaktiviteter.

Under intervjuerna har det även framkommit hur flera pedagoger ser vikten av närvarande vuxna som styr upp olika rörelselekar både inomhus och utomhus, där de är inspiratörer och deltar i leken tillsammans med barnen. På så sätt får barn möjlighet att lära sig genom interaktion tillsammans med andra och med sin omgivning. Här tolkar vi att pedagoger utmanar barn utifrån ett sociokulturellt perspektiv. Någon pedagog berättar om kollegor som är mindre tillåtande till rörelse inomhus och menar att då barn blir högljudda och stimmiga är det utevistelse som gäller istället för att styra upp en inomhusaktivitet såsom ”just dance”. Vidare framkom att utevistelse behöver ske på ett positivt sätt så utevistelse eller rörelseaktivitet inte blir negativ för barn. Detta är något som även Friedl, et al. (2011) lyfter och menar att barn ska känna rörelseglädje. Ingen av pedagogerna nämner planering utifrån styrdokumentet gällande fysisk aktivitet.

7. Diskussion

Alla pedagoger är medvetna om att fysisk aktivitet är viktigt för barns inläring och utveckling men samtidigt menar samtliga pedagoger att de borde bli bättre på att skapa fler möjligheter till rörelseaktiviteter för barn. Sollerhed (2017) förklarar begreppet fysisk aktivitet och menar att fysisk aktivitet handlar om all rörelse som sker med kroppen. Utifrån vårt insamlade material kan vi se att samtliga pedagoger definierar begreppet fysisk aktivitet på liknande sätt. Det framgår att rörelse och fysisk aktivitet kan se olika ut på förskolorna vilket vi tolkar handlar om pedagogers förhållningssätt och förskolornas förutsättningar. Vi ser att de förskolor som har tillgång till en gymnastikhall nyttjar den regelbundet men utan planerad undervisning. Vårt examensarbete visar att i pedagogers spontana planering lyssnar pedagoger in barns tankar och intressen, detta tolkar vi som

att pedagoger omedvetet lutar sig mot förskolans läroplan (Skolverket 2018) där barns delaktighet och inflytande tas tillvara.

Vår tolkning är att samtliga pedagoger ser en svårighet att erbjuda barn fysisk aktivitet inne på förskolan då lokaler upplevs som små och trånga. Flera pedagoger menar att skogen, lekparken, förskolegården och även gymnastikhallen, i det fall de förekommer, skapar möjligheter och är gynnsamma för barns motorik och sociala utveckling. Copeland et al. (2011) lyfter att utomhusaktiviteter tillåter mer frihet och kreativitet men även social interaktion. Faskunger (2008) anser det viktigt att barn ges möjlighet till mycket tid för lek och rörelse av många olika slag. Både Faskunger (2008) och Pagels och Raustorp (2013) menar att en stimulerande förskolemiljö samt tillgång till grönområden och lekparken möjliggör till en ökad fysisk aktivitet hos barn.

Deltagarna i vårt examensarbete lyfter att de anser det vara viktigt att sprida en positivitet runt utevistelse och i aktiviteter över lag, detta för att positiviteten ska sprida sig till barnen. Även Sollerhed (2017) uppmanar till positivitet och menar att attityder utvecklas i tidiga barnår där en positiv eller negativ känsla för exempelvis fysisk aktivitet etableras. Någon av pedagogerna lyfter att just i deras arbetslag finns en liten negativ inställning till regnoväder då de gärna stannar inomhus med barngruppen, trots barns glädje över utevistelse. Här tänker vi studenter att pedagoger skulle kunna nyttja och ta tillvara på situationen med exempelvis vattenpölar till att arbeta ämnesintegrerat. Copeland et al. (2011) menar att pedagogers inställning till utevistelse kan vara ett hinder för att barn ska få fysisk aktivitet. Friedl, et al. (2011) anser att det är viktigt att barn ska känna glädje, vilja samt motivation att utföra fysisk aktivitet även på fritiden. Samtliga pedagoger resonerar runt värdet av närvarande och engagerade pedagoger och ser ett samband där barn utmanas i det sociala samspelet. Vygotskij menar att de aktiviteter som leder till en utveckling och ett lärande hos barn ses som sociala, medierade och situerade (Strandberg 2006). Alla pedagoger nämner hinderbanor i olika former som en bra fysisk aktivitet, där barn i olika åldrar utmanas i motorikträning och socialt samspel. Vår tolkning utifrån detta är att barn utmanas, lär och erfar tillsammans med andra utifrån ett socialt samspel. Samtidigt ser vi att barn även utmanas i bl.a. kommunikation, turtagning och imitation. Jagtøien Langlo et al. (2002) uppmanar till rörelse och förklarar motorik som resultatet av kroppens samspel mellan de olika kroppsdelarna.

I intervjuerna framkommer att de flesta pedagoger anser att de utmanar barn för lite i fysiska aktiviteter, trots att pedagoger är medvetna om vikten av att barn ska ges möjlighet att utmanas i fysiska aktiviteter. Hur kommer det sig? Tolkningen av vårt insamlade material visar att samtliga pedagoger utmanar barn i många olika fysiska aktiviteter såsom spontana rörelseaktiviteter i den fria leken, ”just dance”, hinderbanor, lekparken, skogen, cykla, rörelselekar och bandy. Varför använder inte pedagoger fysisk aktivitet i sin planering? Kanske kan de använda sig av fysisk aktivitet som ämnesöverskridande? World Health Organization (2019) menar att de barn som under sina första fem år av livet ges möjlighet till rekommenderad daglig rörelseaktivitet, får en god potential att utveckla sina kognitiva och motoriska färdigheter.

Det förvånar oss studenter att ingen av de intervjuade pedagogerna nämner planering utifrån styrdokumentet gällande fysisk aktivitet. Faskunger (2008) presenterar forskning som visar att vi blir mer och mer stillasittande i aktiviteter. Samtidigt lyfter förskolans läroplan (skolverket 2018) att alla barn ska ges förutsättningar att utmanas i motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning samt förståelse för vikten av att ta hand om sin hälsa och välbefinnande. Ekblom-Bak et al. (2010) lyfter att det totala tv-tittandet ökar. Kan vi nyttja vår digitaliserade värld för att utöva fysisk aktivitet? Vi ser, i vårt insamlade material, att pedagoger använder digitala verktyg för att utmana barn i fysisk aktivitet genom användandet av t.ex. ”just dance”.

7.1. Metoddiskussion

Vi vill uppmärksamma att i våra missivbrev har vi formuleringar angående prioritering av fysisk aktivitet i förskolan. Då vi skickade ut dessa brev i ett tidigt skede har vi under tidens gång ändrat i frågeställningen och inte använt oss av begreppet prioritering. Därav kan frågeställningen i missivbreven upplevas som missvisande.

För att undersöka hur pedagoger i förskolan uppfattar fysisk aktivitet samt vilka förutsättningar barn ges till fysisk aktivitet valde vi att använda oss av en kvalitativ metod, i form av ljudupptagna semistrukturerade personintervjuer av förskolepedagoger. Fördelen med intervjuer är att deltagarna ges möjlighet att informera om sina upplevelser och erfarenheter samtidigt som vi studenter får möjlighet att ställa följdfrågor. Om vi valt att använda enkäter istället för semistrukturerade intervjuer hade vi gått miste om möjligheten till följdfrågor. Denscombe (2016) upplyser om att vid semistrukturerade

personintervjuer ges de intervjuade möjlighet att utveckla sina svar. Nackdelen med intervjuer är att de inte alltid stämmer överens med verkligheten då intervjuer grundas i vad den intervjuade berättar för oss snarare än vad de gör. Tillförlitligheten vid semistrukturerade personintervjuer kan påverkas av det specifika sammanhanget och av de specifika deltagarna. I vårt examensarbete kunde eventuellt observationer varit ett alternativ för oss till att samla in data men observationer skulle kräva betydligt mer tid av oss som studenter. Då vi är tidsbegränsade i detta examensarbete valde vi istället det mindre tidskrävande alternativet, semistrukturerade intervjuer.

I ett tidigt skede mailade vi fem olika rektorer där vi enbart fick svar från en rektor som meddelade att hen skulle återkomma men där återkopplingen uteblev. Då svar uteblev ifrån rektorerna valde vi att ringa till tio slumpmässigt valda förskolor och sökte förskollärare att intervjua. Det visade sig att på flera av förskolorna var förskollärare en bristvara och de hade svårt att avsätta tid för intervjuer. Därav valde vi att ändra vårt urval till pedagoger istället och beslutade oss att söka i det skolområde som vi själva arbetar i. Ganska omgående fick vi kontakt med fyra pedagoger som hade möjligheten att hjälpa oss med vårt arbete. Utifrån tidspress för både oss som studenter men även för de pedagoger vi skulle intervjua så blev urvalet litet. Pedagoger är hårt pressade i sin arbetssituation vilket gjorde det svårt att boka in möten. Vi hade kanske behövt ett större underlag av respondenter för att resultatet skulle kunna visa sig vara representativt samt visa hur verkligheten ser ut. Med fyra pedagoger kan vi i ringa omfattning ändå utläsa hur de här pedagogerna upplever begreppet fysisk aktivitet och hur de erbjuder barn fysisk aktivitet i förskolan. Hade resultatet av vårt examensarbete blivit annorlunda om vi hade fått mer respondenter? Hade resultatet visat sig annorlunda om samtliga respondenter varit förskollärare? Hade resultatet sett annorlunda ut om vi hade skickat ut frågorna tidigare till respondenterna och därmed gett respondenterna tid för förberedelse?

En vidare utveckling av examensarbetet skulle kunna vara att observera förskolans verksamhet då vi som studenter upplever att pedagoger utmanar barn i fysisk aktivitet mer än vad de tror sig göra. Kanske behöver en del pedagoger fortbildning inom området för att få en ökad medvetenhet och en förståelse för betydelsen och innebörden av begreppet fysisk aktivitet.

Det finns en medvetenhet hos pedagoger om vikten att utöva fysisk aktivitet men vad behövs för att det ska bli en naturlig del i vardagen?

Referenser

Copeland, Kristen. Kendeigh, Cassandra. Saelens, Brian. Kalkwarf, Heidi. & Sherman, Susan. (2011). Physical activity in child-care centers: do teachers hold the key to the playground? *Health Education Research* [hämtad 2019-09-29]
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3258280/pdf/cyr038.pdf>

Denscombe, Martyn. (2016). *Forskningshandboken: För småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur

Eklom-Bak, Elin. Eklom, Björn. & Hellénus, Mai-Lis. (2010). Minskat stillasittande lika viktigt som ökad fysisk aktivitet. *Läkartidningen* 9 [hämtad 2019-04-18]
http://www.lakartidningen.se/OldWebArticlePdf/1/13864/LKT1009s587_588.pdf

Ericsson, Ingegerd. Grahn, Patrik & Skärbäck, Erik. (2009). Närmiljöns betydelse & hur den kan påverkas. *EDUCARE*, (1), ss. 80-101. [hämtad 2019-12-27]
<https://mugi.se/dokument/Fysisk%20planering09.pdf>

Faskunger, Johan. (2008). *Barns miljöer för fysisk aktivitet - samhällsplanering för ökad fysisk aktivitet och rörelsefrihet hos barn och unga*. Östersund: Statens Folkhälsoinstitut. [hämtad 2019-04-19]
http://www.norskfriluftsliv.no/wp-content/uploads/2016/03/R200833_barns_miljoer_for_fysisk_aktivitet_webb1.pdf

Folkhälsomyndigheten (2017). *Förskolans påverkan på barns hälsa* [hämtad 2019-12-21]
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/3addb7a81de44a8b8a8f4bfa29b8306c/forskolans-paverkan-barns-halsa-01086.pdf>

Friedl, Andrea. Wikland, Maria. & Jablonska, Beata. (2011). *Enkäter - en underskattad felkälla vid folkhälsointerventioner?* Stockholm: Karolinska Institutet

http://dok.slsso.sll.se/CES/FHG/Fysisk_aktivitet/Rapporter/enkater-en-underskattad-felkalla.2011_18.pdf [hämtad 2019-04-18]

Jagtøien Langlo, Greta. Hansen, Kolbjørn. & Annerstedt, Claes. (2002). *Motorik, lek och lärande*. Göteborg: Multicare

Pagels, Peter. & Raustorp, Anders. (2013). Att studera förskolebarns fysiska aktivitet *Socialmedicinsk tidskrift*
<http://www.socialmedicinsktidskrift.se/smt/index.php/smt/article/view/1023> [hämtad 2019-05-12]

Skolverket (2018). *Läroplan för förskolan Lpfö 18*. Stockholm: Skolverket.

Sollerhed, Ann-Christin. (2017). *Fysisk aktivitet en universalmedicin: förutsatt att man tar den!* 5 upplagan. <http://hkr.diva-portal.org/smash/get/diva2:1105751/FULLTEXT01.pdf> [hämtad 2019-04-17]

Strandberg, Leif (2006). *Vygotskij i praktiken: bland plugghästar och fusklappar*. Stockholm: Norstedts

Säljö, Roger (2014). *Lärande i praktiken: ett sociokulturellt perspektiv*. 3. uppl. Lund: Studentlitteratur

Vetenskapsrådet (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet
https://www.gu.se/digitalAssets/1268/1268494_forskningsetiska_principer_2002.pdf
[hämtad 2019-04-18]

Vygotskij, Lev (1995). *Fantasi och kreativitet i barndomen*. Göteborg: Daidalos

World Health Organization (2019). *För att växa upp sunt måste barn sitta mindre och leka mer* [hämtad 2019-12-25] <https://www.who.int/news-room/detail/24-04-2019-to-grow-up-healthy-children-need-to-sit-less-and-play-more>

Bilaga

Brev till förskolechef

Hej!

Vi heter Susanne och Eva, vi är förskollärostudenter och läser en uppdragsutbildning vid Högskolan i Kristianstad. Nu är det dags för examensarbete och vi har valt att undersöka hur förskollärare i förskolan prioriterar och skapar möjligheter till att barn får röra på sig. I dagens moderna och teknologiska samhälle visar forskning att människan blir mer och mer stillasittande. Med vår undersökning vill vi även göra pedagogerna medvetna om vikten av rörelse och fysisk aktivitet i förskolan. Förskolans läroplan framhäver å ena sidan att förskolan ska arbeta med rörelse medan forskning å andra sidan visar att barn blir mer och mer stillasittande. Hur går detta ihop?

Vår datainsamling kommer att ske genom personliga intervjuer med förskollärare. Förskolläraren kommer att delta i en ljudinspelad intervju som beräknas ta ca 30 minuter. Under intervjun kommer även minnesanteckningar att föras. Allt insamlat material kommer att behandlas konfidentiellt dvs i enlighet med bestämmelser av vetenskapsrådets forskningsetiska principer. Alla personuppgifter och namn på förskolor samt orter kommer att vara fingerade. Insamlat material kommer att förstöras direkt efter examensarbetet blivit godkänt.

Vid intervjuerna har vi möjlighet att komma ut till berörd förskollärare på dennes förskola.

Vi önskar få er hjälp att komma i kontakt med förskollärare från ert område som kan tänkas kunna hjälpa oss att medverka i studien.

Med vänliga hälsningar

Eva Tollstoy och Susanne Rydell

eva.tollstoy0010@stud.hkr.se

susanne.rydell0001@stud.hkr.se

Tel. xxx xxx xx xx

Tel. xxx xxx xx xx

Handledare:

Ingmarie Bengtsson Ingmarie.bengtsson@hkr.se

Information

Hej!

Vi heter Eva Tollstoy och Susanne Rydell. Vi arbetar som barnskötare och studerar samtidigt till förskollärare på Högskolan Kristianstad. I utbildningen ingår ett examensarbete, en studie som kommer att presenteras på högskolan i form av en skriftlig rapport.

I dagens digitala samhälle visar forskning att barn blir mer och mer stillasittande. Syftet med vår studie är att undersöka vilka förutsättningar barn ges till fysisk aktivitet i förskolan samt hur pedagogerna prioriterar fysisk aktivitet.

Att delta i studien innebär att vi kommer ut till din förskola vid ett passande tillfälle, där du då deltar i en personlig ljudinspelad intervju tillsammans med oss. Intervjun beräknas ta omkring 30 minuter. Vi kommer även att föra minnesanteckningar vid intervjun och allt insamlat material kommer att behandlas konfidentiellt dvs i enlighet med bestämmelser av vetenskapsrådets forskningsetiska principer. Alla personuppgifter och namn på förskolor och orter kommer att vara fingerade. Insamlat material kommer att förstöras direkt efter att examensarbetet blivit godkänt.

Innan studien startar kommer du få möjlighet att ställa frågor runt studien samt få frågorna besvarade. Ditt deltagande i studien är helt frivilligt och du kan när som helst höra av dig till oss och avbryta ditt deltagande utan att behöva förklara varför.

Med vänliga hälsningar

Eva Tollstoy och Susanne Rydell

eva.tollstoy0010@stud.hkr.se

susanne.rydell0001@stud.hkr.se

Tel. xxx xxx xx xx

Tel. xxx xxx xx xx

Handledare:

Ingmarie Bengtsson

Ingmarie.bengtsson@hkr.se

Samtyckesformulär

Nedan ger du ditt samtycke till att delta i studien med frågeställningen - Är fysisk aktivitet en prioriterad aktivitet på förskolan.

Läs igenom detta och ge ditt medgivande till deltagande genom att skriva under med din namnteckning längst ned.

Jag har tagit del av information om syftet och deltagandet kring projektet med frågeställningen Är fysisk aktivitet en prioriterad aktivitet på förskolan.

Jag har fått möjlighet att ställa frågor angående studien och jag har fått mina frågor besvarade. Jag vet vem jag ska vända mig till om jag har ytterligare frågor.

Jag har informerats om att inspelningen av intervjun samt alla personuppgifter och namn på förskolor och orter kommer att behandlas konfidentiellt.

Mitt deltagande i studien frivilligt och jag är medveten om att jag när som helst har möjlighet att avbryta mitt deltagande utan att jag behöver förklara varför.

Ort / Datum

Namnteckning

.....

.....

Namnförtydligande

.....

Intervjufrågor

1. Vad tänker du när du hör begreppet fysisk aktivitet?
2. Hur viktigt tycker du att det är med fysisk aktivitet på förskolan?
3. Hur upplever du att du och dina kollegor prioriterar fysisk aktivitet?
4. Hur mycket tid i veckan läggs till planerad fysisk aktivitet?
5. Hur arbetar du för att barnen ska få en positiv syn till fysisk aktivitet?
6. Erbjuder du grovmotoriska aktiviteter inomhus? I så fall vilka? Vid nej...se fråga 8
7. Hur skulle du kunna arbeta med grovmotoriska aktiviteter inomhus?
8. Berätta för oss hur du arbetar med fysiska aktiviteter med barnen på din avdelning.
9. Hur viktigt tycker du det är med daglig utevistelse på förskolan?