

EXAMENSARBETE

Våren 2006

Läroarbilden

Klättra i träd

– en studie om barns rörelse

Författare

Jenny Andersson

Hillevi Sthen

Handledare

Lena Löfgren

Klättra i träd

- en studie om barns rörelse

Abstract

I detta arbete får ni ta del av en undersökning som är utförd på två skolor. Den inriktar sig på barns rörelse i form av bland annat trädklättring. Dessa skolor är belägna nära skog och natur. Enligt litteraturen som ni får ta del av i arbetet är rörelse viktig för barn då motoriken förbättras, koncentrationsförmågan ökar och det sociala samspelet gynnas. Skolgårdens utformning är viktig då barnen tillbringar stor del av sin utevistelse där under skol- och fritidstidshemtid. Det är viktigt att vi pedagoger är aktiva i barnens lek. Det är då vi har möjlighet att inspirera och aktivera barnen till mångsidig rörelse. Undersökningen visar att pedagogerna är positiva till att barnen klättrar i träd och de kan även se många fördelar (till exempel att motoriken förbättras) med klättringen. Eleverna på de båda skolorna är positiva till att klättra i träd men uppfattningen om huruvida de får klättra i träd eller inte varierar från den ena skolan till den andra. Vi diskuterar om detta möjligen kan vara en miss i kommunikationen eller om det är så att pedagogerna sänder ut dubbla budskap.

Ämnesord: rörelse, utevistelse, skolgård, skola och fritidshem

Förord

Vi anser att vår undersökning varit väldigt intressant och lärorik, då det är något som vi kommer att ha i bakhuvudet genom hela vår yrkesverksamma tid.

Vi vill tacka de vuxna och barn som hjälpt oss genom att svara på vår enkät och på våra frågor.

En stor eloge till vår handledare Lena Löfgren för hennes tålamod och stöd under arbetets gång.

Kristianstad, 2006.

Jenny Andersson & Hillevi Sthen.

INNEHÅLL

1. Inledning	7
1.1 Bakgrund	7
1.2 Syfte	7
2. Litteraturgenomgång	8
2.1 Läroplaner	8
2.2 Barns motoriska utveckling och fysisk aktivitet.....	8
2.3 Inlärnin g och rörelse.....	11
2.4 Skolgårdens betydelse och pedagogers inställning	12
3. Frågeställning	14
4. Metod	15
4.1 Val av undersökningsmetod	15
4.2 Genomförande	15
5. Resultat	17
5.1 Skolornas ja- och nejsvar.....	17
5.2 Almskolans lärare	18
5.3 Björkskolans lärare.....	19
5.4 Almskolans barn	21
5.5 Björkskolans barn:	21
5.6 Sammanfattning av resultat	22
6. Diskussion	23
7. Sammanfattning	27
Referenser	29
Bilagor	30

1. Inledning

1.1 Bakgrund

Valet att vi skulle skriva om naturen var en självklarhet, då det är ett av våra gemensamma intressen. Vi läser till lärare med inriktning för de små barnen respektive lärare med inriktning på fritid och skola. Det var svårare att komma fram till exakt vad det var vi ville fördjupa oss i/forska om och det var svårt att inte göra det för stort. Under en av våra verksamhetsförlagda utbildningar (VFU) var vi placerade på samma skola. Skolan låg i ett naturskönt område som hade många träd på skolgården. Under praktiken hölls en föreläsning av Björn Norhäll. Han pratade bland annat om att det idag är fler barn som är överviktiga och att barn rör sig mindre. Detta fick oss att inse att det var barns rörelse arbetet skulle baseras på.

1.2 Syfte

Syftet med vår undersökning är att ta reda på hur pedagoger och barn använder skolgården och naturen i närheten av skolan för rörelse och utevistelse. Vi vill få en inblick i hur miljön ser ut på skolor med naturen som granne och hur de utnyttjar denna möjlighet.

2. Litteraturgenomgång

Detta avsnitt kommer att ta upp aktuell forskning kring barns rörelse.

2.1 Läroplaner

Vi har valt att utgå ifrån läroplanen för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet (Lpo94) och läroplanen för förskolan (Lpfö98) för att se vilket uppdrag vi pedagoger har gällande barns rörelse.

Lpo 94 menar att eleven ska ha kunskap gällande den egna livsstilen och dess inverkan på hälsan och miljön, samt vad som kännetecknar god hälsa (Utbildningsdepartementet 1998).

Lpfö 98 menar att vi som pedagoger ska erbjuda barnen en trygg miljö som inspirerar barnen till att vara nyfikna. De ska möta vuxna som ser till individen och dess förutsättningar och behov. Pedagoger ska genom lek utveckla barnets fantasi, kommunikation, inlevelse och förmågan att fungera i grupp (Utbildningsdepartementet 1998).

Vi som pedagoger fann det intressant att det i Lpfö98 står att under den tid barnen är ute ska de ges möjlighet till lek/aktiviteter både i planerad miljö och i naturmiljö. I övrigt är inte vikten av rörelse i natur nämnd (Utbildningsdepartementet 1998).

2.2 Barns motoriska utveckling och fysisk aktivitet

Sigmundson och Vorland Pedersen (2004) anser att motoriskt beteende är den typ av beteende som handlar om att gå, springa, hoppa, kasta och gripa. Motoriskt beteende delas ofta in i fyra undergrupper, motorisk utveckling, motoriskt lärande, motorisk kontroll och motoriska problem. Dessa kan studeras ur olika perspektiv som bland annat biologiska och psykologiska. När man idag undersöker vad som tillsammans påverkar beteendet försöker man se det ur alla dessa perspektiv. Författaren menar vidare att motorisk utveckling är en förändring i beteendet över tid. Motoriskt lärande är när en förändring genom övning eller erfarenhet blir relativt permanenta. Motorisk kontroll avser när barnet har kontroll över sina motoriska färdigheter. Motoriska problem omfattar allt från att inte kunna röra sig till rörelser som uppfattas som klumpiga.

Enligt Ericsson (2005) följer barns motoriska utveckling ett visst mönster med bestämda faser där tidigare inlärd färdigheter står till grund för nya. Den motoriska utvecklingen är livslång och börjar redan i fosterstadiet. När barn leker och rör sig stärks deras benstomme, muskler, uthållighet, balans samtidigt som koordinationsförmågan förbättras. Genom detta får de en ökad kunskap om världen runt sig och vad de själva förmår och hur de reagerar i olika situationer. Barnens rörelseutveckling påverkas av de förutsättningar de har till rörelse såväl inne som ute.

Dessen (1990) påtalar betydelsen av att lära sig en ny rörelse genom att upprepa rörelsen gång på gång, detta leder till att kroppen lär sig vilka muskelgrupper som ska aktiveras. Kroppen lär sig också i vilken ordning musklerna ska aktiveras och hur många muskelfibrer i varje muskelgrupp som ska arbeta. Denna koordination av rörelser fungerar lätt när man är ung. Som äldre kan det vara svårare att lära in nya och ändra på felaktigt koordinerade rörelser. När ett barn tränar en ny rörelse, måste det koncentrera sig enbart på just den rörelsen. Dock ger övning färdighet och till slut utförs rörelsen automatiskt. Målet med alla rörelser är att de ska utföras omedvetet och att barnet ska kunna tänka på något annat samtidigt som rörelsen utförs.

Detta belyser även Grindberg (2000) i följande citat.

”Rörelsens kvalitet utvecklas genom allsidig rörelseerfarenhet och stimulering av sinnen. Ett målinriktat rörelsemönster är resultatet av en utveckling av sinnen, de fysiska egenskaperna och motoriken. Denna utveckling påverkas bl.a. av den rörelseerfarenhet som den enskilda människan får möjlighet till. Barn och unga befinner sig i ständig utveckling. Hela tiden sker förändringar i kroppen och kroppens rörelseförmåga. Det kroppsliga är väl synligt för alla, och därför blir det extra viktigt att anpassa förhållandena så att så många som möjligt får tillfälle till en kontinuerlig utveckling av sin rörelsepotential” (a.a. sidan 21)

Vidare skriver Ericsson (2005) att den motoriska utvecklingen påverkar och påverkas av våra sinnesorgan. Perceptionen är nödvändig för hur man uppfattar och ser omvärlden, vilket gör att vi håller oss informerad om vår omgivning. De motoriska handlingarna anpassas till omgivningens egenskaper. Sinnesinformationen är avgörande för ändamålsenlig motorik och inläring av färdigheter som till exempel spela fotboll, cykla och spela ett musikinstrument. De olika perceptionsområdena vi har är synen, hörseln, känseln, det kinestetiska (röra,

känsl), lukten, smaken och det vestibulära systemet (hålla balansen och tolka vad man har sett och hört). Perceptionen och motoriken påverkar olika förmågor hos oss såsom kroppsuppfattning, riktninguppfattning, rumsuppfattning, formuppfattning, tidsbegrepp och balansförmågan. Har man problem med den kinestetiska perceptionen har man svårt att avgöra var i rummet man har sina kroppsdelar, muskler och leder. Detta kan leda till att man har svårt att bedöma avstånd till föremål, andra människor samt bedöma tyngd och veta hur mycket muskelkraft som ska användas vid olika tillfällen.

Sigmundsson och Vorland Pedersen (2004) tar upp begreppen grov- och finmotorik. De hävdar att det inte finns en tydlig skillnad mellan dessa begrepp. Vanligen brukar man definiera grovmotorik med de färdigheter som man får med stora muskler eller muskelgrupper och som inte kräver så stor precision. Finmotoriska färdigheter involverar små muskler eller muskelgrupper vilka kräver hög grad av precision.

När vi läste Ellnebys (2003) bok ”Titta vad jag kan” såg vi detta citat som understryker det vi vill säga.

”Rörelseutveckling ger barnet muskler, vilket ger styrka i den kropp som ska tjäna barnet resten av livet.” (a.a. sidan 38)

Holmsäter (1996) menar att barn har ett naturligt behov av att röra sig. Ges barnen möjlighet till det, tränar de sina muskler och leder själva. Detta genom att klättra, krypa, hoppa, gunga, smyga och allt annat de tycker är kul. Därför är det viktigt att erbjuda en så mångsidig miljö som möjligt. Att barn sitter stilla för mycket kan av många skäl vara farligt. Deras skelett är mjukare än vuxnas, det är därför som barn kan trilla på de mest otroliga vis utan att det leder till benbrott. Skelettet fungerar som stötdämpare vilket innebär att barn inte får hjärnskakning så lätt. Nackdelen med det mjuka skelettet är att det vid för mycket stillasittande kan leda till att skelettet utvecklar felställningar. Då benvävnaden är elastisk, kommer kroppen att anpassa sig efter de krav som ställs på den. Hur stark respektive svag den blir beror på hur den används och belastas. Skelettet är en viktig del av kroppen, det är uppbyggt av ca 200 delar och ger stöd till kroppens mjukare delar. Skelettet tillsammans med musklerna är stommen i vår kropp.

Grindberg (2000) anser att ett barn med god kännedom om sin kropp klarar vardagen mycket bättre eftersom det kan vara med i lekar och aktiviteter. Många lekar kräver kontroll över

kroppen vilket kan betyda att ett barn med sämre motorik har svårt att delta i lekar och får därav ett sämre förhållande till sin kropp. Detta kan leda till att ett barn med positiv förhållande till sin kropp har en bättre möjlighet att samspela med sin omgivning. Ett aktivt barn som får utforska sin omgivning utvecklar en bättre förståelse om sig själv och sitt förhållande till omgivningen. Därför är det av betydelse att kunna ge barnen positiva upplevelser genom fysiska aktiviteter, så att de blir trygga i sin kropp.

Jansson och Danielsson (2003) skriver att våra levnadsvanor har förändrats både när det gäller kost och rörelse. Förr i tiden fanns det inte plats för barnen att leka inne, utan de fick gå ut för att leka. Nu med ökad trafik och rädsla för ”fula gubbar” har barnen fått anpassa sig till stillsamma lekar inomhus. Författarna menar vidare att man har konstruerat tv-spel, videofilmer och andra stillsamma aktiviteter som passar till en lugn lekmiljö. Barnen förr gick till skolan vilket är annorlunda idag då det finns skolskjutsar. Det har inte gjorts några mätningar på hur mycket barn rörde sig förr. Så man har inga siffror att jämföra med aktuella undersökningar, vilket innebär att man inte konkret kan bevisa någon minskning. Forskning från 1980-talet visar att åttaåringar både pojkar och flickor samt flickor i trettonårsåldern får färre kalorier idag än vad de fick förr, trots detta ökar de i vikt idag. Jansson och Danielsson drar slutsatsen att detta visar att den fysiska aktiviteten har minskat. De menar att en vanlig missuppfattning är att barnen blivit feta därför att de har en störd ämnesomsättning. Men istället är det så att alla feta barn har en störd ämnesomsättning, just därför att de är feta. Fetma beror alltid på en kombination av ärftliga faktorer och omgivningen.

Ericsson (2005) menar att fysisk aktivitet kan ligga till grund för barns koncentrationsförmåga och deras förmåga att lära sig nya saker. De barn som har ett omoget eller avvikande grovmotoriskt rörelsemönster har ofta problem med tal, koncentration och inläring.

2.3 Inläring och rörelse

Grindberg (2000) påtalar att samordningen av våra rörelser sker i hjärnan. Från hjärnan startar de impulser som via nervbanorna går ut och aktiverar de muskler som krävs för den önskade rörelsen. Om ett barn inte kan sina rörelser tillräckligt bra, kan det inte koncentrera sig på att inhämta kunskap. Tänk själv hur det skulle vara att lära sig stava om man samtidigt måste tänka på att forma fingrarna, för att få pennan att sitta som den ska. Detta innebär att man inte kan påverka inläringen direkt men det finns olika faktorer som leder till bättre inläring. Beröring, samtal och lek ger en stabil grund för inläring det vill säga mer rörelse för att öka

koncentrationen, hjälpa hjärnan att tolka sinnesintryck, omvandla information till kunskap och vidga omvärldsförståelsen.

Ellneby (2003) menar att balanssinnet påverkar hela hjärnan. Genom att röra på sig, ökar vakenheten i hjärnan vilket leder till att den bättre kan organisera och tolka sinnesintryck och information kan omvandlas till kunskap. Man måste kunna organisera och samordna sina sinnen för att senare kunna tänka abstrakt och logiskt. Hon kallar hjärnan under de första sju åren för ”bearbetningsapparat” och menar att barn behöver rikligt med aktiviteter som stimulerar både muskelsinnet och balanssinnet för att ge dem chansen att samordna intryck från dessa sinnen.

2.4 Skolgårdens betydelse och pedagogers inställning

Vi vill starta detta avsnitt med ett citat som är plockat ur Ellnebys (2003) bok ”Titta vad jag kan”.

”Barn behöver röra på sig då de är små, för att kunna sitta stilla då de är stora nog att gå i skolan” (a.a. sidan 38)

Vidare anser Ellneby (2003) att naturen ofta själv kan stå för bra motorisk träning genom buskar, träd och kuperad terräng som barnen leker i. Denna träning är lustfylld och kreativ för barnen då det är deras egen fantasi som styr leken. För skolgårdar som har nära till en sådan här miljö behövs det inga dyra lekredskap. Eleverna vill inte att omvärlden ska vara för enkel då de hela tiden vill utforska den. Miljöer som intresserar oss gör att vi kan tränga bort störande moment som till exempel fläktljud. I naturen finns det mycket som intresserar oss vilket gör att hjärnan kopplar av och vi får ny energi som kan leda till att vi associerar friare och kan få nya infallsvinklar.

Grindberg (2000) menar att skolgården ska vara varierande miljömässigt eftersom den ska ge tillfälle till en allsidig användning av kroppen, för alla åldrar och utvecklingsstadier. När barnen är i skolan och på förskolan har vi pedagoger bland annat som mål att tillgodose barnens behov av rörelse. Detta kan vi göra genom att ha kunskap om barns fysiska och motoriska utveckling, sinnenas betydelse och sambandet mellan motorik och inläring. Detta gör man genom att se till att barn får positiva upplevelser av att vara fysiskt aktiv varje dag.

Vidare anser Ericsson (2005) att barn tycker det är viktigt att vuxna deltar i de aktiviteter och lekar som pågår. Hon menar att fritidspedagogen har stor möjlighet att genom kunskap och intresse för barns motoriska utveckling, variera och föreslå lekar och aktiviteter som utvecklar barnen.

3. Frågeställning

Utifrån vårt syfte och de erfarenheter vi fått från litteraturen har vi formulerat följande frågeställningar:

Hur uppfattar pedagogerna elevernas möjlighet till fysisk rörelse på skolgården?

Hur ser pedagoger och elever på trädklättring under skol-/fritidstid?

4. Metod

4.1 Val av undersökningsmetod

Utifrån de frågeställningar vi presenterat ovan och de övriga förutsättningar som fanns för arbetet har vi valt att använda oss av enkäter för att samla in vårt empiriska material. Enligt Denscombe (2000) är en enkät till för att samla information som har med undersökningen att göra direkt från källan. Detta använde vi oss av då vi gav ut enkäterna till pedagogerna. Han menar att det är lämpligt att använda en enkätundersökning när det frågas efter relativt kortfattad information och att frågorna ska vara tydliga. Denscombe skriver att man får in två typer av svar. Det ena är ren fakta, då det rör sig om kön, ålder och så vidare. Den andra delen är de svarandes åsikter. Vår enkät är utformad så att vi får in fakta i form av yrke och hur länge pedagogerna jobbat på stället. Deras åsikter ligger under de övriga frågorna. Denscombe skriver att när en enkät ska bli till måste det läggas mycket tid vid förberedandet. De svarande vill troligtvis bara svara på enkäten en gång och då bör enkäten vara i den utformning att man får in den informationen som önskas. Vi ägnade en hel del tid på detta för att få frågorna att vara så bra som möjligt. Helst skulle personerna förstå våra frågor och besvara dem så att de var möjliga att analysera utifrån våra forskningsfrågor. Dock hade vi inte trott att det skulle vara så svårt att utforma frågorna. Vi visste vad vi ville fråga men inte hur de skulle formuleras så att pedagogerna förstod vad som var intressant för oss. Vidare skriver han att den som genomför själva enkäten måste vara införstådd med de kostnader och den tid som krävs. Tiden sprang ifrån oss vilket gjorde att det ”slarvades” lite med frågorna för att pedagogerna skulle ha tid till att svara. Vidare menar Denscombe att enkätens längd och utseende handlar om ens eget omdöme. Det finns inga direkta regler om detta. När man lämnar ut enkäten ska det finnas ett försättsblad med information om vem som lämnar ut den, syftet, frivillighet och ett tack.

4.2 Genomförande

Enkäterna lämnades ut till två olika skolor. Vi har fått tillstånd av de inblandade personerna att använda deras svar i denna uppsats. Det följde med ett brev till dem där vi berättar om vilka vi är och vad enkäten handlar om och vad den ska användas till (bilaga 1). Skolorna har vi kommit i kontakt med under vår verksamhetsförlagda utbildning och de är relativt jämbördiga då det gäller skolgårdens miljö och dess närhet till naturen. De är båda ”små” lantskolor. På skolgårdarna finns möjlighet till att vara i skogen. De har också gångavstånd till

mer skog (typ bokskog) och vattendrag. Det gemensamma intrycket sa oss att eleverna under skol- och fritidstid på den ena skolan får klättra i träd men inte på den andra. Utifrån dessa intryck har vi utformat frågorna i enkäten (bilaga 2). Båda skolgårdarna har natur och skog på sina skolgårdar. De har en bra variation av lekmöjligheter så som klätterställning, fotbollsplaner och naturliga lekplatser.

Vi valde att döpa de två skolorna till Almskolan och Björkskolan. På Almskolan lämnade vi ut femton enkäter och fick tillbaka sju. På Björkskolan lämnade vi ut nio enkäter och fick tillbaka fyra. De som svarade på enkäten har olika utbildningar såsom förskolelärare, fritidspedagog och klasslärare. De har arbetat på skolorna allt från några månader till trettio år. Skälet till att vi inte fick in så många svar tror vi beror på att vi gick ut med enkäterna strax innan juledigheten. Antagligen var det många pedagoger som kände att de inte hade tid att svara på enkäterna i all julstress (med all respekt). När vi lämnade ut enkäterna på Almskolan glömde vi att skriva datum på själva enkäterna då vi skulle komma och hämta dem, vi talade bara om det muntligt.

Vi ville även höra barnens uppfattning om trädklättring. Vi gick ut och frågade trettio barn från Almskolan och tretton barn från Björkskolan. Barnen går i förskoleklass upp till trean. Vi gick ut i klasserna och hade handuppräknning, vilket gör att vi tror det kan finnas en liten felmarginal då barnen kan ha tittat på varandra. Vi kände att barnen inte skulle orka med för många frågor så vi valde de som vi ansåg de hade lättast att svara på och som i vårt arbete skulle ge intressantast resultat. Dessa svar ville vi även jämföra med de vuxnas uppfattning. Då vi frågade barnen detta vid ett undervisningstillfälle och då de svarade kollektivt, valde vi att inte gå ut och få något tillstånd från föräldrarna. Vi ansåg att barnens anonymitet är stor och att ingen elev har svarat enskilt. De frågor vi ställde till barnen var

- 1, Tycker du om att klättra i träd?
- 2, Brukar du klättra i träd?
- 3, Får du klättra i träd på skolan/fritids?
- 4, Brukar du vara ute på rasten?

5. Resultat

Vi började med att läsa igenom enkätsvaren. Då vi inte fick in så många enkätsvar som väntat, (sju från Almskolan och fyra från Björkskolan) valde vi att sammanställa de frågor pedagogerna svarade ja respektive nej på, i en tabell. Vi redovisar de berättande frågorna utifrån var person, då vi tror det är intressantare och roligare att läsa. Det innebär att vi inte fört över resultatet ordagrant. Vi har även valt att redovisa var skola för sig, då vi är intresserade av att hitta likheter och olikheter mellan dessa två skolor.

5.1 Skolornas ja- och nejsvar

Eftersom en del av frågorna i enkäten var utformade som ja och nej valde vi att redovisa dessa i tabellen som följer.

	Almskolan 7 stycken				Björkskolan 4 stycken		
Fråga	Ja	Nej	Vet ej		Ja	Nej	Vet ej
3, Får alla barn klättra i träd?	5	1	1		4	0	0
4, Är det ett gemensamt beslut?	6	0	1		4	0	0
6, Har det hänt någon allvarligare olycka?	0	7	0		0	4	0
14, Har du kunnat påverka vilka redskap som finns på skolgården?	1	6	0		2	2	0
15, Finns det behov av att förbättra skolgården?	5	1	0		2	2	0

I tabellen framkommer inte de kommentarer som följt med frågan. På fråga 6 nämner tre pedagoger att det skett någon mindre halk-/fallolycka (vi valde att inte redovisa dessa som ja-svar då de själva inte ansåg att det var av allvarligare form).

5.2 Almskolans lärare

Anna:

Anna anser att fördelarna med att barnen får klättra i träd är att de tränar balans och smidighet mm. Nackdelen är att det är riskfyllt och därför bör ske under uppsikt. Eleverna är fysiskt aktiva på skolgården genom att leka och spela. Anna tycker att skolgården är bra för rörelse och barnen verkar trivas ute. Samtidigt anser hon att det är för mycket asfalt på skolgården och att en äventyrsbana och fler ”hemliga” platser är något som skulle vara spännande att ha.

Annika:

Annika påtalar att fördelarna med att barnen får klättra i träd är att det är en rörelselek som kan vara lagom utmanande, men poängterar att de inte ska få klättra för högt. Nackdelen som hon såg var att de kunde ramla ner. Annika anser att de har en skolgård med goda möjligheter för rörelse och att eleverna håller sig i rörelse genom olika sporter till exempel landhockey och pingis, men att de också leker i skogen och klättrar i klätterställningar med mera. Hon skulle vilja ha fler klätterställningar för de yngre barnen.

Astrid:

Astrid svarar att klättring är bra för barnens motoriska utveckling. Hon kan se nackdelar men tror att med tydliga regler, genom att bestämma hur högt och i vilka träd man får klättra, så försvinner riskerna. Astrid anser att skolgården har goda förutsättningar för rörelse i och med skogen som granne. Alla elever är aktiva på rasterna genom olika sporter och andra aktiviteter såsom att hoppa hopprep och leka i skogen. Hon är således nöjd med redskapen på skolgården och tycker att skogen har naturliga klätterställningar.

Agneta:

Agneta anser att barnen ska få klättra i träd men att man ska markera ut vilka träd som är säkra att klättra i och att barnen måste inse risken med att klättra i träd. Hon tycker att barnen har möjlighet att röra sig på rasten men att många är lata. Agneta nämner olika aktiviteter som barnen är aktiva på bland annat så finns det ett nerfallet träd som barnen balanserar på och kojor som de brukar leka i, men de barn som är lata är svåra att få igång. Hon tycker att skogen är deras största tillgång. Agneta menar även att det är viktigt att de vuxna är med och lär ut olika lekar till barnen till exempel har de en hage ritad på asfalten som barnen inte visste hur man skulle använda förrän hon visade och nu lär barnen varandra.

Anneli:

Anneli påtalar att klättring är bra då att motoriken förbättras det är spännande. Hon ser en fara i att barnen kan falla ner och fastna med jackan i en gren. Hon tycker att de har en härlig natur runt skolgården och att barnen brukar sporta och gunga på rasterna, men skriver att vissa barn inte vill göra något fysiskt ansträngande. Anneli tycker att det behövs lite fler och modernare redskap på skolgården. Hon tycker att de skulle behöva fler lekredskap, en hinderbana och en labyrinth men även en naturrunda vore kul då möjligheterna finns.

Ann-Kristin:

Ann-Kristin menar att barnen ska få klättra i träd, för att det är roligt! Barnen lär sig en viss teknikbalans och att bedöma om det går att klättra. Hon nämner att barnen brukar sporta på rasten, promenerar och gå på styltor med mera. Ann-Kristin tycker att skolgården är idealisk för rörelse med skogen, fotbollsplan, gungor och klätterställningar, och att de flesta brukar utnyttja det. Hon är nöjd med redskapen som finns men tycker att det skulle vara roligt med en linbana. Om hon fick förändra skolgården skulle hon vilja göra ett bra klätterträd och en klätterställning med broar, rutschkana och något att balansera på i olika höjder.

Anette:

Anette tycker att det är bra för barnen att klättra i träd, som är avsedda för barnen och i lämplig höjd. Ett eget klätterträd kan med fördel träna motoriken. Nackdelen med att barnen klättrar är att de bli övermodiga och klättrar i tid och otid och i mindre lämpliga träd. Barnen är aktiva på rasterna genom att springa, klättra, krypa, leka i kojor och sporta. Hon tycker att barnen utnyttjar rörelse möjligheterna. Anette hade önskat en mer avancerad klätterställning med möjlighet för att krypa, åka kana och klättra.

5.3 Björkskolans lärare

Berith:

Berith anser att barn i alla tider har klättrat i träd och att det gynnar muskelträning, kroppskontroll, självbevarelsedriften och koordination på ett positivt sätt. Nackdelen är att de kan trilla och skada sig. Berith tycker att barnen är aktiva på rasterna genom att de spelar fotboll och andra sporter, leker en tagen lek som kallas bäcken och hoppar rep. Hon tycker även att skolan har bra förutsättningar för rörelse, då den har en skogsbacke, en gräsyta (där det även finns en nerlagd stock som barnen kan leka på) samt en fotbollsplan. Hon tycker att

eleverna utnyttjar möjligheterna, men att det alltid finns barn som man måste motiveras lite extra för att de ska röra på sig. Det finns saker att klättra på men de används inte mycket, för barnen använder sig av de naturliga klätterställena som finns på skolgården och Berith tror inte att de hade klättrat mer på ställningar bara för att de fått nya sådana. En hinderbana är något som hon skulle vilja komplettera skolgården med.

Britta:

Britta skriver att hon och kollegorna har gett barnen frihet under ansvar och har tillsammans med barnen utformat vissa regler. Barnen får till exempel inte klättra utan uppsikt av vuxen. Hon menar dock att barn är barn och måste få leka, testa och utforska. Hon anser att barnen är aktiva på alla sätt. Britta tycker att möjligheter till rörelse finns, fast att man ibland får hjälpa barnen lite på traven. Hon tycker att styrkan med småskolan är närheten till naturen. Rasterna är fyllda av aktiviteter som fotboll, tafatt, trädklättring och fantasilekar. Även på skol- och fritidstid använder de rörelse och naturen mycket. Britta skriver att barnen oftast är aktiva men att det ofta finns "latmaskar" bland barnen och att fantasin ibland tryter och det blir svårt för dem att komma på nya lekar och aktiviteter. Hon tycker att skolgården är lite torftig och att den underhålls dåligt, till exempel så gnisslar gungorna. Hon skulle gärna se att skolan skulle underhållas bättre och att man lyssnade på vad barnen vill ha, men att det inte finns resurser från kommunen.

Birgit:

Birgit påtalar att barn ska få klättra i träd och tycker att skolgården har goda möjligheter till rörelse. Barnen är aktiva på rasterna genom att leka många olika lekar bland annat leker de i en ekbacke. Hon är nöjd med skolgården som den är och skriver att barnen varit med och röstat fram de lekredskap som finns på stället.

Beata:

Beata nämner att experter anser att trädklättring utvecklar barnen positivt och hon har själv klättrat i träd som liten. Beata skriver att de har gjort olika regler i och med trädklättring till exempel att barnen inte ska ha bord till hjälp för att komma upp i trädet, då det kan vara farligt att ha stående under trädet om barnen skulle ramla ner. Ett tag var det även halkrisk i träden och då infördes klätterförbud, eleverna gillade det inte men lydde ändå. Hon anser även att klätterställningar kan vara farliga. På rasten aktiverar sig barnen genom olika sporter men även genom att leka i koja och andra aktiviteter. Beata tycker att skolgården har goda

förutsättningar till rörelse och anser absolut att barnen rör sig hela tiden. Hon är nöjd med redskapen som finns och anser inte att det behövs fler då de har många ytor och naturliga aktiviteter.

5.4 Almskolans barn

Tjugosex av barnen tycker det är roligt att klättra i träd medan fyra inte anser det är kul. Vidare brukar arton klättra i träd och tolv inte. På frågan om de får klättra i träd på skolan svarade ett barn att de får medan tjugofem ansåg att de inte får, de övriga fyra var tveksamma och sa ibland och till en viss höjd. Alla barnen svarade att de brukar vara ute på rasterna.

5.5 Björkskolans barn:

Tio av barnen tycker det är kul att klättra i träd medan tre inte tycker det. Vidare brukar nio klättra i träd och fyra inte. På frågan om de får klättra i träd på skolan svarade elva barn att de får medan två barn var tveksamma. Alla barn svarade att de brukar vara ute på rasterna.

	Almskolans barn 30 stycken			Björkskolans barn 13 stycken		
	Ja	Nej	Vet ej	Ja	Nej	Vet ej
Roligt att klättra i träd?	26	4	0	10	3	0
Brukar du klättra i träd?	18	12	0	9	4	0
Får ni klättra i träd på skolan?	1	25	4	11	0	2
Brukar du vara ute på rasten?	30	0	0	13	0	0

5.6 Sammanfattning av resultat

Alla pedagoger är positiva till att barnen klättrar i träd, men de flesta anser att det ska finnas regler kring klättrandet såsom att klättra till en viss höjd och i utvalda träd. Några nämner att klättringen ska ske under uppsikt. De anser att klättra i träd gynnar motoriken, balansen och smidigheten samtidigt som det är en lagom utmanande rörelselek som utvecklar teknik, kroppskontroll och muskelträning. Det är få som ser nackdelar med trädklättring. De nackdelarna som kommit in handlar om att barnet kan trilla ner och skada sig. Ingen av pedagogerna har under sin yrkesverksamma tid varit med om någon allvarigare olycka när det gäller barn som klättrat i träd. Merparten av barnen från båda skolorna tycker om att klättra i träd och ungefär hälften av barnen brukar klättra. På Almskolan säger de flesta barnen att de inte får klättra i träd på skolan och några är tveksamma. Majoriteten av barnen på Björkskolan anser att de får klättra i träd, något barn är tveksamt. De flesta pedagoger är nöjda med skolgårdens rörelsemöjligheter och tycker att barnen är aktiva på rasterna, några nämner att det finns barn som är omotiverade till rörelse. Pedagogerna anser att barnen är aktiva genom olika sporter, lekar och olika aktiviteter i skog och natur. Barnen själva anser att de är ute på rasterna. Pedagogerna är nöjda med skolgården men majoriteten vill ändå ha nya redskap. De redskap de ville ha är äventyrsbana, mer utmanande klätterställning, hinderbana, labyrint, naturrunda och ett bra klätterträd. De anser i stort sett att de inte har haft någon möjlighet att påverka de redskap som köpts in, någon nämner att det inte finns resurser till nya redskap.

6. Diskussion

Under vår verksamhetsförlagda utbildning har vi kommit i kontakt med de två skolor vi har valt att göra vår undersökning på. Utifrån de erfarenheter vi fick på dessa skolor tyckte vi att vi skulle få igång en intressant diskussion om huruvida det är vi som pedagoger som hindrar barnen från en naturlig rörelse eller om skolorna har samma syn på rörelse som vi.

- Hur uppfattar pedagogerna elevernas möjlighet till fysisk rörelse på skolgården?

Under arbetets gång förstod vi att rörelse var viktigare än vad vi trott, bland annat för motoriken, skelettet och inläringen. Då barn spenderar mer tid i skolan måste det finnas skolgårdar som lockar till rörelse. Pedagogerna på skolorna skrev att skogen kunde fungera som naturliga klätterställningar och att det är bra rörelse för barnen. Pedagogerna svarade också att de aktiviteter barnen ägnar sig åt i på rasterna vid flera tillfällen har med naturen att göra till exempel att leka i kojor. Holmsäter (1996) menar att barnen har ett naturligt behov av rörelse och om de bara får möjlighet till det så tränar de sina muskler och leder. Författaren menar därför att de behöver en så mångsidig miljö som möjligt. Detta är något som även Ellneby (2003) är inne på, hon påtalar att naturen kan stå för en bra motorisk träning genom att erbjuda en kuperad terräng med buskar och träd. Vidare anses att om skolgården kan erbjuda en närliggande plats med den miljön behöver skolorna inte köpa dyra lekredskap. Även vi anser att det inte finns bättre möjlighet till rörelse än den naturen kan erbjuda. Vår förhoppning är att alla skolor ska ha möjlighet att ge barnen naturupplevelser. Det är lätt att använda sig av naturen i de flesta skolämnena. Med de erfarenheter vi har lockas barnen till spontan lek då de kommer till ett naturområde, det krävs inga planerade aktiviteter. Vi hoppas att de skolor med naturen som granne utnyttjar denna fantastiska möjlighet.

Grindberg (2000) menar att när barnen är i skolan och på förskolan har vi lärare bland annat som mål att tillgodose barnens behov av rörelse. Detta kan vi göra genom att ha kunskap om barns fysiska och motoriska utveckling, sinnenas betydelse och sambandet mellan motorik och inläring. Detta genom att se till att barn får positiva upplevelser av att vara fysiskt aktiv varje dag. Vidare menas att om ett barn inte kan sina rörelser tillräckligt bra, kan det inte koncentrera sig på att inhämta kunskap. Det innebär att man inte kan påverka inläringen direkt men man kan påverka faktorer som leder till bättre inläring, det vill säga mer rörelse

för att öka koncentrationen, hjälpa hjärnan att tolka sinnesintryck, omvandla information till kunskap och vidga omvärldsförståelsen. Ericsson (2005) anser att fysisk aktivitet kan ligga till grunden för barns koncentrationsförmåga och förmåga att lära sig nya saker. De barn som har ett omoget eller avvikande grovmotoriskt rörelsemönster har ofta problem med tal, koncentration, och inläring. Ellneby (2003) förklarar kopplingen mellan rörelse och inläring på följande vis. Genom att röra på sig ökar vakenheten i hjärnan vilket leder till att den bättre kan organisera och tolka sinnesintryck och information kan omvandlas till kunskap. Man måste kunna organisera och samordna sina sinnen för att senare kunna tänka abstrakt och logiskt. Detta är något vi hoppas att skolan kommer att uppmärksamma då vi har fått uppfattningen att idrottslektionerna idag blir färre och färre. Vi anser att det vore bra om diskussionen i samhället idag inriktade sig lika mycket på hur viktig rörelse är som på hur viktigt det är med nyttig mat och rätt vikt. De sistnämnda kan vi ständigt läsa om i dagstidningar och annan media.

De pedagoger som svarade på enkäten säger att alla elever är ute på rasterna och att de är aktiva. De ansåg att barnen har bra möjlighet till fysisk aktivitet på rasterna då skolgården erbjuder varierande miljö. De aktiviteter barnen ägnar sig åt verkar enligt pedagogernas svar vara mångsidiga vilket är bra för deras utveckling. Ericsson (2005) tar upp att barn genom lek och rörelse utvecklar muskler, stärker benstommen, uthållighet och förbättrar balans och koordinationsförmåga. Holmsäter (1996) skriver också om vikten av att barnen rör sig varierande då det med för mycket stillasittande kan bildas felställningar i skelettet. Då benvävnaden är elastisk, kommer de att anpassa sig efter de krav som ställs på den, hur stark respektive svag den blir beror på hur kroppen används och belastas.

Enligt Lpfö98 har vi som pedagoger i uppdrag att möta barn på deras nivå och att utveckla dem genom lek. Ericsson (2005) påtalar att barn anser det vara viktigt att vuxna deltar i de aktiviteter och lekar som pågår. Fritidspedagogen har stor möjlighet att genom kunskap och intresse för barns motoriska utveckling, variera och föreslå lekar och aktiviteter som utvecklar barnen. Dessa aktiviteter bidrar även till att barn utvecklas socialt. En pedagog sa att hon brukade vara med i barnens lek, och hur hon lärde barnen något som de sedan lärde vidare till andra barn. Några exempel på de lekar barnen gjorde på rasterna är fotboll, pingis, "bäcken" och vara i skogen och så vidare. Svaren på vad barnen gjorde på de olika skolorna skiljde sig inte så mycket. Vidare ansåg vissa pedagoger att det behövdes göras vissa förbättringar på skolgården så som nya klätterställningar. Då menar vi att dessa båda skolor har mycket bra

möjlighet att göra ”klätterställning” med hjälp av naturen de har runt omkring sig istället för att köpa in dyra redskap. Vi tycker att rastvakten har ett gyllene tillfälle att delta och inspirera barnen till olika rörelselekar.

- Hur ser pedagoger och elever på trädklättring under skol-/ fritidstid?

Som redan kommenterats fick vi intrycket av att dessa skolor skulle svara olika på frågan om barnen fick klättra i träd eller inte. I skrivande stund är vi fortfarande skeptiska till att barnen får klättra i träd på Almskolan. Detta för att en av pedagogerna skrev att innan hon började på skolan ska det ha tagits ett gemensamt beslut om att barnen inte får klättra i träd. Samtidigt som barnen säger att de inte får eller är väldigt tveksamma. Vi vill även poängtera att den pedagog som anser att barnen inte får klättra själv är positiv till att barn ska få klättra i träd. Det hade varit intressant om vi fått in alla enkäter från Almskolan, för att se vilket resultat det då blivit. Hade barnen fått klättra i träd eller inte och finns det verkligen något gemensamt beslut? Kan det vara ett bra exempel på dålig kommunikation mellan vuxna och barn eller kanske är det så att pedagogerna ger ett dubbelt budskap. På Björkskolan är budskapet tydligare, barnen får klättra i träd. De flesta barnen är också införstådda med detta även om det finns något barn som är tveksamt. Om detta beror på att de anser att de får klättra men att det finns regler eller om de inte vet, kan vi inte svara på nu.

De flesta pedagoger nämnde att trädklättring är bra för barnens motorik och vissa nämner även viktiga saker som balans och självbevaringsdrift. När pedagogerna kommenterade positiva saker som trädklättring (därav rörelse) förde med sig så framkom inte kopplingen med det sociala samspelet. Detta är något som vi inte heller har tänkt på. Grindberg (2000) menar att ett barn som har sämre motorik och kroppskontroll har svårare att delta i de flesta lekar. Ericsson (2005) tar upp problemet med den kinestetiska perceptionen, då man har dålig kroppsuppfattning som innebär att man har svårt att avgöra vart leder och lemmar befinner sig. Detta kan leda till att man har svårt att bedöma avstånd till föremål eller andra människor. Svårigheter att bedöma tyngd och veta hur mycket muskelkraft som ska användas vid olika tillfällen. Några pedagoger upplever att det finns ”latmaskar”. Frågan är om man kan tänka sig att dessa ”latmaskar” inte har en så god kroppsuppfattning och därför inte vill delta i de lekar de andra barnen aktiverar sig i. Då pedagogerna nämner att det är svårt att motivera dessa barn till rörelse, kanske vi ska börja med att leka lekar som inte kräver så mycket av

barnet. Då får de en knuff in i det sociala samspelet utan att vara medvetna om det. Här anser vi att förskolan, skolan och fritids har en viktig roll då vi ska jobba med barnens rörelse på ett varierande sätt. Vi tycker att man ska ta rörelse på största allvar eftersom det enligt vår åsikt kan leda till att barnen mobbas och mår dåligt.

Vidare hade det varit intressant att arbeta med frågor så som:

- Hur ser en bra skolgård ut för att utveckla barn motoriskt?
- Vad har vi som pedagoger för ansvar i olycksammanhang?

7. Sammanfattning

I vårt arbete har ni fått läsa om en undersökning som är genomförd på två skolor. Dessa skolor har naturen som granne och bra möjlighet till rörelse.

Enligt litteraturen behöver barn röra på sig för att motoriskt stärka benstommen samt utveckla muskler, balans, uthållighet, den kinestetiska perceptionen och för att utveckla koordinationsförmågan. Om ett barn sitter för mycket i samma position riskerar skelettet att bygga felställningar då det anpassar sig efter de krav som ställs på det. Det är viktigt att vi erbjuder våra elever en inbjudande skolgård med många lekmaterial och miljöer som ger allsidig användning av kroppen. Om ett barn inte är lika motoriskt utvecklat och inte har lika bra kroppskontroll som sina kamrater får de svårare att delta i de lekar och aktiviteter kompisarna gör. Detta kan leda till att barnet inte får ett bra socialt samspel och känner sig utanför. Även när det gäller inläring spelar motoriken stor roll då ett barn som behöver tänka på de rörelser det gör inte kan koncentrera sig lika bra som de barn som gör rörelsen av automatik (till exempel ett barn som behöver tänka på hur den ska hålla pennan har svårt att lyssna och skriva samtidigt). Litteraturen tar också upp vikten av att vi som pedagoger är med i lekar som barnen gör då vi kan inspirera barnen till att leka utvecklande lekar.

Vi gjorde en enkätundersökning på skolorna för att kartlägga pedagogernas åsikter i vissa frågor. Vi frågade om barnen får klättra i träd på skolan, där båda skolornas pedagoger svarade att barnen får klättra i träd. Här är vi en aning skeptiska då våra egna erfarenheter tillsammans med barnens från den ena skolan säger oss att de inte får klättra i träd på den ena skolan. I undersökningen framgick det att alla pedagoger såg naturen som en tillgång. De ansåg att klättringen främjar den motoriska utvecklingen och självbevarelse- driften. Alla påtalde att det var bra och utvecklande om barnen klättrar i träd och även barnen tycker det är kul att klättra i träd. Dock ville vissa pedagoger att det skulle finnas regler så som att barnen får klättra till en viss höjd och i vissa träd. Pedagogerna ansåg att barnen är aktiva på rasterna och att de har bra möjlighet till rörelse. Även barnen sa att de var ute på rasterna. Aktiviteter som barnen håller på med är bland annat olika sporter, lekar och kojbygge.

Vissa pedagoger ansåg att det skulle behövas nya saker till skolgården så som en hinderbana, labyrint och hemliga ställen. Vi som pedagoger måste ta det som vår skyldighet att hjälpa

barn till rörelse. Därför är det viktigt att skolgården kan erbjuda varierade lekmiljöer. Vi kommer känna stort ansvar för våra elever och deras rörelseintresse. Vi har som mål att försöka fånga barnen genom att själva delta i lek och rörelse.

Referenser

Danielsson Pernilla & Jansson Annika (2003). *Överviktiga barn – en handbok för föräldrar och proffs*. Köping: Media Print Uddevalla AB bokförlaget forum

Denscombe Martyn (2000). *Forskningshandboken – för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur

Dessen Gunilla (1990). *Barn och rörelse*. Stockholm: HLS förlag

Ellneby Ylva (2003). *Titta vad jag kan – vad föräldrar behöver veta om barns utveckling*. Stockholm: Natur och kultur.

Ericsson Ingegerd (2005). *Rör dig lär dig- motorik och inläring*. Malmö: Elanders Berlings AB

Grindberg Tora (2000). *Barn i rörelse*. Lund: Studentlitteratur

Holmsäter Johan & Lena (1996). *Rörelse – en energigivare!*. Ödeshög: Tyck AB Danagård Grafiska

Sigmundsson Hermundur och Vorland Pedersen Arve (2004). *Motorisk utveckling nyare perspektiv på barns motorik*. Lund: Studentlitteratur

Utbildningsdepartementet (1998). *Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet Lpo94*. Stockholm: Fritzes förlag

Utbildningsdepartementet (1998). *Läroplan för förskolan Lpfö 98*. Västerås: skolverket och CE Fritzes AB Tryck.

Bilagor

Bilaga 1

Hej personalen på skola.

Vi (Jenny och Hillevi) har nu påbörjat vårt examensarbete och skulle behöva er hjälp.

Arbetet kommer i stort att handla om att barn idag rör sig mindre än förr.

Vi tycker att det ska bli intressant att se om barnen på er skola får klättra i träd eller inte på skol-/fritidstid. Vi har därför gjort en enkät som vi gärna vill att ni ska fylla i. Vill ni skriva mer än platsen tillåter går detta givetvis bra, använd baksidan på formuläret eller ett nytt papper. Skriv gärna ert namn på enkäten så vi kan återkomma med uppföljningsfrågor/intervju ifall detta visar sig lämpligt. Vi vill poängtera att era namn och skolans namn **INTE** kommer att nämnas i uppsatsen.

Som tack för hjälpen kommer vi att skicka ut ett exemplar av vårt arbete till er skola.

Har ni några frågor kan ni kontakta oss på följande nummer.

Hillevi 0476-52009/52153 och 0703-455648

Jenny 0479-80034

Tack så mycket för er insats!

Mvh Hillevi och Jenny

Bilaga 2

Enkät

Namn (frivilligt).....

1, Vilket yrke har du?

.....

2, Hur länge har du arbetat på skolan?

.....

3, Får barnen på er skola klättra i träd?

.....

4, Är det ett gemensamt beslut?

.....

5, Varför har ni tagit detta beslut?

.....
.....
.....
.....
.....

6, Har det hänt några olyckor i samband med att barnen klättrat i träd?
I så fall vilken typ?

.....
.....
.....
.....
.....

7, Är föräldrarna informerade om detta beslut?

.....

8, Vad har de för åsikter i ämnet?

.....
.....
.....

.....
.....
.....

9, Tycker du att barn ska få klättra i träd? Motivera med för nackdelar

.....
.....
.....
.....
.....
.....

10, På vilket sätt är eleverna fysiskt aktiva på rasterna?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

11, Tycker du att eleverna har möjligheter att röra sig tillräckligt på rasterna?
Varför, varför inte?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

12, Utnyttjar eleverna de möjligheter till rörelse som finns?
Varför, varför inte?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

13, Är du nöjd med de redskap till exempel klätterställningar som finns på er skola?
Varför, varför inte?

.....
.....
.....
.....
.....

.....

14, Har du haft möjlighet att påverka vilka redskap som ska finnas på skolgården?
I så fall på vilket sätt?

.....

15, Finns det behov av att förbättra skolgården för att locka eleverna till rörelse?

.....

16, Hur skulle du i så fall vilja göra detta?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

17, Övriga synpunkter

.....
.....
.....
.....
.....
.....