

EXAMENSARBETE

Hösten 2007

Lärarytbildningen

Aktiva eller stillasittande elever?

– En studie av pedagogers syn på grovmotorisk träning genom rörelse i teoretisk undervisning

Författare

Jenny Andersson

Marie Johansson

Handledare

Tony Kajrup

Aktiva eller stillasittande elever?

– En studie av pedagogers syn på grovmotorisk träning genom rörelse i teoretisk undervisning

Läraryrket, Högskolan Kristianstad
Författare: Jenny Andersson och Marie Johansson

Abstract

Barn blir allt mer stillasittande och folkhälsan befaras att inom kort försämrats avsevärt. Skolan är den plats där vi når samtliga barn och kan skapa förändring. Skolan måste ta sitt ansvar i barns utveckling av en hälsosam livsstil. Motorisk träning har betydelse för hur rustade barnen är för det vardagliga livet samt har stor inverkan på barnens inlärningsförmåga. Med anledning av detta fann vi det högst relevant att undersöka hur stort tidsutrymme pedagoger ägnar åt grovmotorisk träning.

En kvalitativ studie med observationer av klassrumsverksamheter samt intervjuer har genomförts. Resultatet visar att samtliga respondenter har god inblick i ämnet motorik och bedömer det som mycket viktigt i samband med barnens inlärningsprocess. De känner även till Skolverkets riktlinje att elever skall erbjudas fysisk aktivitet dagligen och regelbundet. Trots det är den lärarledda grovmotoriska träningen samt den fysiska aktiviteten i undervisningen så gott som obefintlig. Samtliga strävar dock efter att få in mer rörelse, men menar att främsta orsaken till att detta inte sker är tidsbrist, vilket även kan bero på bristande motivation. För vidare studier vore det intressant att undersöka skolmiljöns betydelse för barns motoriska utveckling.

Ämnesord:

Motorik, fysisk aktivitet, rörelse, inläring/grovmotorisk utveckling

Innehållsförteckning

1. INLEDNING	6
1.1. Bakgrund.....	6
1.2. Syfte.....	6
1.3. Frågeställning	6
1.4. Begreppsbeskrivning	7
2. FORSKNINGSBAKGRUND	8
2.1. Motorik och motoriska begrepp	8
2.2. Grov- och finmotorik	9
2.3. Motorisk utveckling samt automatisering av rörelser.....	9
2.4. Nya perspektiv på barns motoriska utveckling	10
2.5. Motoriska brister	11
2.6. Betydelse av daglig fysisk aktivitet.....	13
2.7. Bunkefloprojektet	15
2.8. Pedagogens roll för barns motorikutveckling	15
3. PROBLEMPRECISERING	17
4. TEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER	17
5. METODBESKRIVNING	18
5.1. Metodval	18
5.2. Urval.....	19
5.3. Genomförande och bearbetning	19
5.4. Etiska överväganden.....	20
6. RESULTAT	21
6.1. Observationsredovisning	21
6.1.1. Klassrum 1:	21
6.1.2. Klassrum 2:	21

6.1.3. Klassrum 3:	21
6.1.4. Klassrum 4:	22
6.2. Intervjuredovisning	22
6.2.1. Tema 1, Rörelse och motorik	22
6.2.2. Tema 2, Motorik och inläring	23
6.2.3. Tema 3, Finns tid för daglig fysisk aktivitet?	23
6.2.4. Tema 4, Variation av fysisk aktivitet och koncentrationsförmåga	24
6.3. Resultatanalys	25
7. DISKUSSION OCH SLUTSATS	26
7.1. Metoddiskussion	30
8. SAMMANFATTNING	32
REFERENSER	33
BILAGOR	

1. Inledning

1.1. Bakgrund

Dagens skolbarn blir allt mer stillasittande (Myndigheten för skolutveckling 2005). Enligt Myndigheten för skolutveckling kommer idag allt fler rapporter om att barns hälsotillstånd kraftigt försämrats, barnfetman ökar och eleverna rör sig allt mindre. Datorn och tv:n konkurrerar med rörelse och aktivitet utomhus. Dessutom hörs även varningssignaler dagligen via media om att barnfetman ökar. Med anledning av detta samt att eleverna tillbringar större delen av sin dag i skolan, tvingas därför skolan nu ta ett allt större ansvar för elevers dagliga fysiska aktivitet (Finansdepartementet 2003). Enligt skolverkets riktlinjer ska alla barn ha rätt till 30 minuters ledd fysisk aktivitet dagligen (Myndigheten för skolutveckling 2005; Finansdepartementet 2003). Då utvecklandet av vår motorik har en stor betydelse för hur vi klarar vårt dagliga liv, är det väsentligt att skolan erbjuder en medveten motorisk undervisning (Ericsson 2005a). Men räcker undervisningstiden till? Har vi en stillasittande eller en aktiv skola med elever som spritter av rörelseglädje? Hur mycket möjlighet får eleverna till rörelseaktiviteter? Med ovanstående bakgrund anser vi det vara högst relevant att undersöka ett antal pedagogers syn på rörelse med motorisk träning. Vad känner pedagogerna till kring ämnet och hur mycket tidsutrymme läggs på motorik i deras undervisning?

1.2. Syfte

Syftet med undersökningen var att studera hur stort tidsutrymme som läggs på grovmotorisk träning genom rörelse i teoretisk undervisning.

1.3. Frågeställning

- Vad känner pedagogerna till kring ämnet grovmotorisk träning samt vikten av rörelse för en förbättrad inlärning?
- Hur stort tidsutrymme enligt observation, lägger pedagoger på grovmotorisk träning i teoretisk undervisning?
- Hur stort tidsutrymme uppfattar lärarna att de lägger på grovmotorisk träning?

1.4. Begreppsbeskrivning

Det finns mycket forskning inom områdena fysisk aktivitet och kroppsrörelsers betydelse. Det är ett brett område och forskningen har också en stor variation på vilken inriktning den väljer att ta. Vissa forskare inriktar sig på den emotionella utvecklingen, andra på den neurologiska. Det finns även forskare som vill studera den kognitiva utvecklingen medan andra söker samband mellan grov-, finmotorik och rörelseträning (Sandborg-Holmdahl & Stening 1993). Begreppen kan vara svåra att skilja från varandra och med anledning av det, följer här en allmän definition kring vad som menas med motorik.

Motorik definierades på 1970-talet av Peter Röhig han menade att motorik är kroppens rörelsemönster och innefattas av en rad olika funktioner i hjärnan på olika nivåer som tillsammans utgör vår totala rörelsekapacitet (Ericsson 2005a).

Fysisk aktivitet definieras som all typ av rörelse där du är aktiv i så pass lång tid att din puls och andning ökar och du blir varm. Regelbunden fysisk aktivitet är rörelse som utförs dagligen i minst 30 minuters tid. Exempelvis när du går en rask promenad eller dansar till en låt med musik (Askebro, Beyer, Stamblewski & Jansson 2008). Man kan också definiera det som att alla aktiviteter i skelett och muskler som leder till ökad energiförbrukning hos en person (Caspersen, Powell & Christenson 1985).

2. Forskningsbakgrund

Forskningsbakgrunden kommer att behandla vad motorik innebär samt olika motoriska begrepp. Därefter följer en beskrivning av grov- och finmotorik, samt vad motorisk utveckling innebär. Nya perspektiv att se på barns motoriska utveckling kommer därefter, sedan belyses problem i den motoriska utvecklingen i form av motoriska brister. Efter det följer vikt av fysisk aktivitet dagligen samt kommer pedagogernas roll för barns motorikutveckling att behandlas. Ett exempel utifrån en studie enligt Bunkeflomodellen kommer presenteras därefter.

2.1. Motorik och motoriska begrepp

Motorik är ett spännande område. Vi rör oss praktiskt taget från det att vi vaknar till vi lägger oss. Det är många gånger inget vi tänker på: vi stiger upp, tvättar oss, bäddar, lagar frukost, klär på oss, bläddrar i tidningen, går, cyklar, kör bil osv. Men det finns också tillfällen då vi medvetet gör mer komplicerade rörelser, t.ex. när vi idrottar. Vår motoriska utveckling är en livslång process som börjar i fosterstadiet och pågår livet ut. Motorikens betydelse för välbefinnande, inlärning, koncentration och social utveckling kommer allt mer i fokus (Ericsson 2005a, s.19).

Motorik började betraktas som ett forskningsområde vid slutet av 1900-talet, men har iakttagits vetenskapligt ända sedan tidigt 1800-tal (Molander 2007). Under de senaste årtiondena har forskningen gjort stora framsteg, men är fortfarande högst aktuell. Det dröjer länge innan vi ser slutet på detta forskningsområde (Beverly m.fl. 2005). Inom pedagogisk forskning inkluderar motorik allt som har med rörelse att göra. I samband med studier kring motorik behandlar man även ämnen som kroppskännet, inlärning samt personlig utveckling inom social kompetens (Ericsson 2005a). Även Langlo-Jagtøien m.fl. (2002) beskriver motorik som allt det som har med kroppens rörelser att göra. Men det handlar också om samspelet i kroppen för att kunna utföra en rörelse. Motorik behöver dock inte bara ha att göra med fysisk aktivitet, utan det innefattar även hur vi talar, skriver, läser, ritar etc. Detta behandlar även Folkhälsoinstitutet (1997), där de vidare betonar vikten av en väl utvecklad motorik för att kunna utveckla ett välfungerande förhållande till sin omvärld.

2.2. Grov- och finmotorik

Motoriska förmågor brukar delas in i grov- och finmotoriska färdigheter. Grovmotorik, som utvecklas först, brukar innefatta de rörelser som är kopplade till de större av kroppens muskelrörelser. Dessa används när vi kryper, springer, hoppar, går, rullar och reser oss etc. (Ellneby 2005). Finmotoriken involverar främst rörelser som används vid mimik, griprörelser och precisionsrörelser med händer och fötter (Langlo-Jagtøien m.fl. 2002). Hur denna uppdelning sker är enligt Sigmundsson och Pedersen (2004), dock inte alltid en självklarhet. Detta då de ifrågasätter hur vi t.ex. bedömer en rörelse där stora muskelgrupper involveras, men som samtidigt kräver en hög precision exempelvis pistolskytte. Inom grovmotoriken brukar man säga att det finns tolv grundformer vad gäller den grovmotoriska utvecklingen. Det är mycket relevant i studier av en väl utvecklad grovmotorik att ha god kännedom om vilka färdigheter som brukar inräknas. Sandborg-Holmdahl & Stening (1993) och Langlo-Jagtøien m.fl. (2002) behandlar de tolv grovmotoriska grundformerna, enligt nedan.

De tolv grovmotoriska grundformerna

- Klättra
- Hänga
- Stödja
- Gå
- Springa
- Hoppa
- Kasta
- Fånga
- Balansera
- Krypa
- Rulla
- Åla

2.3. Motorisk utveckling samt automatisering av rörelser

Motorisk utveckling är en livslång process som startar under fostertiden och pågår livet ut. Den motoriska utvecklingen sker i en följd och brukar ske enligt vissa, ofta åldersbundna, stadier. Det kan vara komplicerat att se övergångarna i ett helhetsperspektiv eftersom utvecklingen sker successivt och därmed går stadierna in i varandra. Den motoriska utvecklingen sker på så vis att vi i vårt åldrande utvecklar mer komplicerade rörelser till en maximal gräns. Här sker då en vändning och den motoriska utvecklingen går tillbaka, vi rör

oss inte längre lika smidigt som tidigare (Langlo-Jagtøien m.fl. 2002; Ericsson 2005a; Ellneby 2005). Enligt Folkhälsoinstitutet (1997) är det nödvändigt att vi går igenom samtliga stadier i den motoriska utvecklingen, se modell för grovmotoriska grundformer ovan. Det är nödvändigt att barn med problem i sin utveckling tränas i att behärska alla stadier, inget av ovan nämna stadier går att utesluta då samtliga har en betydande roll för nästkommande nivå.

För att vi skall kunna föra oss avslappnat krävs att vår motorik blivit automatiserad, och för detta krävs en utveckling där små steg tas för att till slut uppnå en välutvecklad motorisk förmåga (Parlensvi 1984; Ericsson 2005a; Langlo-Jagtøien m.fl. 2002; Folkhälsoinstitutet 1997). Automatiseringen sker då vi utfört rörelsen vid ett flertal tillfällen (Ellneby 2005). Ericsson (2005a) hävdar att det är först när en rörelse blivit automatiserad som vi kan lära oss nya mer komplexa rörelser och kan koncentrera oss på ting som kräver mer uppmärksamhet. Ericsson (2005a) samt Folkhälsoinstitutet (1997), behandlar ett exempel kring det lilla barnet som stannar upp när det vill konversera med sin omgivning. Barnet kan ännu inte koncentrera sig på att både gå, lyssna och/eller samtala i kombination. Detta beror på att varje gång barnet skall lära sig en ny rörelse stängs övriga funktioner av, när väl rörelsen är automatiserad kan nya intryck tas hänsyn till och det sker inte längre en konkurrens mellan språket och rörelsen (Sandborgh-Holmdahl & Steining 1993). Även Ladberg (2001) behandlar detta och hon beskriver att när en rörelse lärs in är den medvetna delen av hjärnan inkopplad. När rörelsen sedan är automatiserad styrs den istället av hjärnans omedvetna del och den medvetna delen kan då riktas åt nya uppgifter. Enligt Folkhälsoinstitutet (1997) sker en automatisering av de grovmotoriska färdigheterna konstant. Skulle det i denna pågående process ske brister kan de ställa till förödande konsekvenser för barnet i utvecklingen av finmotorik, men även vid inläring av teoretiska tekniker såsom läsning, skrivning och räkning.

2.4. Nya perspektiv på barns motoriska utveckling

Det som behandlats ovan tillhör det traditionella perspektivet att se på motorik. Här nedan presenteras ett nytt sätt att se på motorisk utveckling. Enligt detta perspektiv ses inte motorisk utveckling som något som skulle finnas förutbestämt i hjärnan och på så sätt utvecklas av sig själv. Huruvida utvecklingen sker beror istället på hur motiverat barnet i fråga är samt hur mycket träning som ges till det (Sigmundsson & Pedersen 2004). Sigmundsson och Pedersen (2004) presenterar ett exempel med det några månader gamla barnet som skall lära sig gå. De

menar att detta är en komplicerad process som kräver mycket övning för att till slut utmynnas i att de första stegen tas. Författarna påpekar att samtliga som varit närvarande vid en sådan process borde kunna intyga att detta inte är något som sker utan envishet och flitig träning. Hur pass bra du behärskar en rörelse beror på träning snarare än mognad. Vidare menas att din rörelse påverkas av din omgivning. Skriver du exempelvis din namnteckning ett flertal gånger, ser den med all säkerhet inte likadan ut sista gången som vid första försöket. Rörelsen är beroende av underlaget du skriver på, vad du har för form av penna, samt hur pass trötta dina muskler är vid skrivtillfället. Motorisk utveckling ses här som detsamma som motorisk lärande, vilket är beroende av motivation och stimulans (Sigmundsson & Pedersen 2004).

Thelen och Smith (1994) har utvecklat en teori kring hur motorisk utveckling kan ske. De har gjort studier på både djur och människors utveckling. Genom bl.a. en studie kring barnets gångreflex har slutsatsen kunnat dras att anledningen till att den motoriska utvecklingen sker så likartat mellan olika individer styrs av våra tidiga reflexer. Hon upptäckte att reflexerna försvann när barnet var några månader gammal, hon placerade då barnet i vatten. I vattnet kom rörelsen tillbaka vilket gjorde att slutsatsen drogs att det hela var beroende av omgivande faktorer, bl.a. barnets vikt på land (Thelen & Smith 1994). Anledningen till att utveckling sker beror på motivation, en vilja att lösa ett problem. Att barnet kryper förklarar dem genom att en utveckling har skett där barnen numera behärskar hand-knä koordinationen, en början till att gå, men eftersom de inte har en tillräcklig balans och kroppsstyrka ännu till att gå är detta en början för att kunna ta sig genom rummet. Motivationen till problemet att kunna förflytta sig från punkt a till b. När väl kroppen uppnått den styrka som krävs för att kunna gå upprätt, gör man detta istället för att krypa (Thelen & Smith 2003).

2.5. Motoriska brister

Brister i den motoriska utvecklingen kan således ge stora begränsningar för barnet. Exempelvis kan det hindra barnet i dess sociala kompetens då man av motoriska skäl inte kan delta i kamraternas rörelselekar (Ericsson 2003b, 2005b). Detta kan, befarar Ericsson (2003b, 2005b) leda till en ond cirkel, då barnet blir allt mer stillasittande utan möjlighet att stimulera och träna upp sin motoriska förmåga. Folkhälsoinstitutet (1997) diskuterar även problemet. De påpekar vidare att i skolan skulle ett stort antal elevers inlärningssvårigheter kraftigt kunna minskas. Detta genom medveten användning av motorisk träning för att därmed som ger barnet en allsidig stimulans.

Alla människor oavsett period i livet kan förbättra sin motorik och koordination såväl som sin inlärningsförmåga (Berg & Cramér 2003). Det handlar bara om att få rätt träning och möjlighet till detta. Berg och Cramér (2003) behandlar vikten av att det lilla barnet får chans att upptäcka och röra sig fritt. På detta vis sker deras utveckling automatiskt och de får möjlighet att förbättra sin motoriska förmåga fullständigt. Barn som av någon anledning fått brister i sin motorik avstår i många fall ifrån fysisk aktivitet p.g.a. att de känner sig begränsade och har en bristande självkänsla (Annerstedt 2000; Ericsson 2003b, 2005b).

Att ha en positiv självbild innebär bland annat att se sin kropp som något positivt, helt enkelt att vara nöjd med sig själv. Det kan innebära att en elev inte skall sättas där hans eller hennes kropp känns som ett hinder eller påhäng, en kropp som sänder signaler om att det här tycker jag inte om, det går inte, jag orkar inte, vilket kan förekomma inom idrottsutövningen (Annerstedt 2000, s.15).

Det som beskrivs ovan kan vara känslor en elev med motoriska brister känner. Som tidigare behandlats kan alla människor ständigt förbättra sina brister gällande motorik, förutsatt att de blir upptäckta i ett tidigt skede. Det handlar om att kunna ge eleven den fysiska stimulansen den behöver. Ericsson (2003b, 2005a, 2005b) anser liksom Annerstedt (2000) att barn med, så kallad, klumpig motorik ofta befrias ifrån att delta under idrottslektioner. Ericsson (2005b) menar att detta beror på att man vill skydda dem ifrån kränkande behandling. Hon påpekar vidare att man istället skulle ge dem mer stimulans och träning än vad man ger övriga. Om detta skall kunna uppnås hävdar även hon att man måste upptäcka dessa barn tidigt, vilket skulle kunna ske med förhållandevis enkla metoder. Hon förespråkar motoriska tester som skulle kunnas utföras vid sexårskontrollen inom skolhälsovården på skolan (Ericsson 2005b). Brister vid skolstarten har visat sig att det senare kan ge problem vid läs- och skrivinlärning (Ericsson 2003) Ett sådant test är observationsschemat MUGI, motorisk utveckling genom inlärning, som ligger till grund för motorikanalyser av elever. Genom användning av detta kan man upptäcka och kartlägga brister i elevernas motorik. MUGI består av olika övningar som mäter koordination samt balans hos elever i åldern sex till sju år (Ericsson 2002, 2003b, 2007).

2.6. Betydelse av daglig fysisk aktivitet

Idrottsundervisningen har under många år minskats i utrymme. Under 1990-talet gjordes nedskärningar till 30-80 minuters idrottsundervisning i veckan (Ericsson 2004). Ändå har varningssignaler ifrån läkare ända sedan 1800-talet varit samma som idag, vi går mot ett allt mer stillasittande samhälle (Annerstedt 2000). Det finns forskning som påvisar att det idag finns stor variation i hur mycket vi rör oss. De tidigare inaktiva barnen blir allt mindre aktiva (Ericsson 2004; Sollerhed 2006). Som vi tidigare beskrev i vår bakgrund har det nu kommit riktlinjer ifrån Skolverket att samtliga elever skall erbjudas daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen, under 30 minuters tid dagligen (Finansdepartementet 2003). I Sverige brukar vi använda oss av den brittiska rekommendationen att barn upp till och med tonåren bör för maximalt välbefinnande vara fysiskt aktiva i minst en timmes tid per dag (Myndigheten för skolutveckling 2005). Sollerhed (2006) behandlar den nya riktlinjen och hon påpekar vidare att vuxna och ungdomar bör röra sig minst en timmes tid per dag (Sollerhed 2006). Vad gäller Skolverkets direktiv finns den att ta del av i en slutrapport från Myndigheten för skolutveckling (2005), de har tagit ett utdrag ifrån läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet, Lpo94, där den kursiverade texten är det som tillagts:

”Skapande arbete och lek är väsentliga delar i det aktiva lärandet. Skolan skall sträva efter att erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen... I skolarbetet skall det intellektuella såväl som det praktiska, sinnliga och estetiska aspekterna uppmärksammas. Även hälsa och livsstilsfrågor skall uppmärksammas” (Myndigheten för skolutveckling 2005, s. 3).

Idag kommer nya rön nästan dagligen om att barnhälsan försämras (Myndigheten för skolutveckling 2005). Enligt Myndigheten för skolutveckling hävdar man att förklaringen till detta till stor del ligger i brist på idrottstimmar. Man menar att om eleverna har mer idrott i skolan kommer hälsan att förbättras. Samtidigt påpekas att det idag inte finns någon forskning som styrker att just detta vore vändningen på problemet. Sollerhed (2006) anser att det inte är tillräckligt med endast en timmes undervisning i Idrott och hälsa per vecka för att långsiktigt öka aktivitetsgraden. Sollerhed (2006) genomförde en studie på hur barn och ungdomars fysiska status påverkades genom fler idrottstimmar i veckan. Interventionsskolan som stod i

centrum för studien utökade undervisningen i Idrott och hälsa till fyra 40-minuterslektioner i veckan samt även en timmes tid med fysisk aktivitet utomhus. Resultaten visade att ökningen av idrottstimmar hade en positiv effekt på barnens fysiska status. De fick en förbättrad motorisk förmåga samt kondition. Vad gäller barnens BMI ökade det både i interventionsskolan och skolan för jämförelse, dock ökade barnens BMI kraftigare i jämförelseskolan. Mer fysisk aktivitet hade alltså en bromsande effekt på barnens viktuppgång, men var ännu inte fullt tillräcklig för att kompensera en allt för stillasittande livsstil med ett högt sockerintag (Sollerhed 2006). Mer idrottstimmar i skolan behövs så det är trots allt en början med Skolverkets rekommendation, men den är ännu inte fullt tillräcklig. Idrottsundervisningen når heller inte de barn som har mest behov av den. Den gynnar endast de redan aktiva eleverna, vilka redan har en hälsosam livsstil. De mindre aktiva eleverna väljer att avstå från idrotten, då det enligt utvärderingen av Idrott och hälsa 2003 (Myndigheten för skolutveckling 2005) ifrån Skolverket inte tillfredställer dem. Myndigheten för skolutveckling (2005) ställer sig då den adekvata frågan kring hur en idrottsundervisning som skall främja ännu inte aktiva elever skulle kunna utformas.

I ett radioprogram beskriver Montessoriskolan Skrattnåsen i Växjö hur de arbetar med riktlinjen kring daglig fysisk aktivitet. De förespråkar att man i undervisningen går promenader med barnen (Sveriges Radio P1, 20050111). Myndigheten för skolutveckling (2005) menar att skolans organiserade lärpromenader tycks vara den aktivitet där samliga elever oavsett motoriksvårigheter deltar. Vidare menar de att det är i den vardagliga fysiska aktiviteten vi kan nå samtliga av våra elever. Det är den oplanerade fysiska aktiviteten som upptar största delen av vår energiförbrukning per dag och det är även här som en stor möjlighet till att förbättra folkhälsan finns. Nilsson (2008) har gjort en studie om hur mycket barn och ungdomar rör sig i vardagen. Han menar att barn får den största delen av sin dagliga psykiska aktivitet via utomhusleken och det är därför viktigt att de får tid att leka fritt utomhus. Detta bör man ta hänsyn till i skolverksamheten.

Den största utmaningen för att främja folkhälsan på lång sikt är att lära eleverna hur vi kan vara fysiskt aktiva i vardagen. I samband med detta förespråkar Myndigheten för skolutveckling (2005) vikten av att man erbjuder en undervisning som delvis är lagd utomhus. Genom utomhuspedagogiken kan vi skapa lärotillfällen som gynnar samliga elever.

2.7. Bunkefloprojektet

Bunkefloprojektet är en undersökning som är utförd på två skolor i Bunkeflostrand i Skåne. På dessa skolor har eleverna numera Idrott och hälsa som kärnämne. Det vill säga att de elever som går i årskurserna ett till tre har schemalagd undervisning dagligen i Idrott och hälsa (Ellneby 2005; Bunkefloprojektet 2003, Ericsson 2006). Genom ökad fysisk aktivitet är strävan att eleverna skall utveckla en bättre motorisk förmåga. Vid skolstarten genomförs varje år en grundlig motorikobservation av nyinkomna elever för att upptäcka eventuella brister i barnens motorik. Påträffas brister får de elever det gäller extra medveten motorisk träning. Efter projektet kunde konstateras att de elever som deltog i projektet, fick en förbättrad kondition, ett starkare skelett och en tätare benmassa. Eleverna var inte bara aktiva under idrottslektionerna utan de rörde sig med sprudlande aktivitet även under raster samt övrig tid på schemat. Detta har medfört att eleverna blivit lugnare på skoltid och att betygen i Idrott och hälsa är högre än tidigare (Thors 2007).

2.8. Pedagogens roll för barns motorikutveckling

Lpo94 behandlar vikten av att elever får en allsidig undervisning med varierad utformning såsom drama, rörelse, rytm, bild och skapande. Skolan ska erbjuda samtliga elever daglig fysisk aktivitet och undervisningen skall ta utgångspunkt i skapande och lek för att stimulera det aktiva lärandet (Werner 2006). Tillsammans med hemmet har skolan ett betydande ansvar för elevernas utveckling. Skolan ska bemöta samtliga elever utefter deras förmåga samt behov. De elever, vilka av olika anledningar, inte uppnår de utsatta målen har skolan en stor skyldighet att hjälpa till vidare utveckling samt stimulering (Werner 2006).

I kursplanen för Idrott och hälsa finns de mål, som läraren har ansvar för att eleverna uppnår i slutet av år fem. Kursplanen behandlar vikten av att elever får erfarenhet av rörelse till musik och rytm för att utveckla sin motorik. I slutet av det femte skolåret, skall eleven inom grovmotorik väl behärska fri rörelse med enklare dans till musik samt kunna ha en välutvecklad balans och kroppskontroll (Werner 2006).

Ericsson (2003a) menar att det inte direkt i läroplanen går att utläsa att pedagoger skulle ha någon betydande skyldighet att stimulera barns motoriska utveckling, förutom i kursplan för Idrott och hälsa. Hon betonar vidare att det i den gamla läroplanen stod mer utförligt om lärarens uppdrag vad gäller motorik:

Vår kropp är byggd för rörelse. Dess vävnader och olika funktioner anpassar sig till de krav som ställs på dem. För det växande barnet är det därför viktigt att dess hemmiljö, skol- och fritidsmiljö ger möjlighet till motorisk och fysisk aktivitet och träning. (...) Ämnet har ett särskilt ansvar för de elever som har brister i sin fysiska eller motoriska förmåga eller andra svårigheter i samband med kroppsövelser och friluftsliv (Ericsson 2003a, s.15).

Sigmundsson & Pedersen (2004) betonar vikten av att samtliga som arbetar inom skolverksamheten har en god kunskap om motorik. Detta för att kunna ge samtliga barn utmaningar motsvarande deras färdigheter. För att undvika brister (Ericsson 2003a) i den motoriska utvecklingen krävs att den stimuleras för att uppnå en godtagbar nivå. Elever med koncentrationssvårigheter har i många fall även problem med sin motoriska förmåga.

Barn med omoget eller avvikande grovmotoriskt rörelsemönster har ofta även andra svårigheter, så som tal-, koncentrations- och inlärningsvårigheter (Ericsson 2003a, s. 11).

Enligt Lpo94 har pedagoger ansvar för att samtliga elever uppnår skolverkets kriterier och för att detta ska ske krävs goda läromiljöer:

Skolans uppdrag är att främja lärande där individen stimuleras att inhämta kunskaper. (...) Den ska med utgångspunkt i elevernas bakgrund, tidigare erfarenheter, språk och kunskaper främja elevernas fortsatta lärande och kunskapsutveckling (Werner 2006, s. 62f).

För att uppnå en god inläring krävs vidare att hjärnan både får näring, vatten och syre. På grund av våra elektriska apparater, framför allt tv:n och datorn, har ofta dagens inomhusmiljöer mycket torr luft. I samband med att barn idag har ett högt sockerintag kräver kroppen mycket vatten för att kunna bryta ner det. Även syre krävs för att hjärnan skall kunna koncentreras på inläring. För att på bästa vis åstadkomma detta förespråkas mycket rörelse, samt att barnen får lov att vid inläring vistas utomhus (Ladberg 2001). Även vid träning av vår grovmotoriska förmåga kan det vara av stor fördel att vistas utomhus. Utomhusmiljön ger stora möjligheter samt utrymme för aktiviteter där barnen får springa, hoppa och klättra etc. (Sandborg-Holmdahl & Stening 1993).

Lpo94 benämner alltså inte direkt vikten av motorisk stimulering när det gäller lärarens uppdrag. Eftersom elevers motoriska färdighet har en så betydande roll för deras möjlighet till

övrig teoretisk inläring bör stimulering av barnens grovmotoriska förmåga ändå ligga i pedagogens intresse. Inom kort kan det bli ändringar vad gäller lärarens uppdrag då dagens forskning skapat debatt i riksdagen kring mer fysisk aktivitet i skolan samt en medveten grovmotorisk träning (Smitt 2007). Ericsson (2003b) behandlar att läroplanens mål är uttryckta som att motorik och rörelseförmåga är något som utvecklas automatiskt hos barnen. De mål som är uppnåendemål är enbart kognitiva mål. Skolan och föräldrarna ska ge förutsättningar för att barnen på bästa sätt ska utveckla sina grovmotoriska rörelser. Detta uppnås inte genom att eleverna ser andra röra sig eller genom de teoretiska ämnena i skolan. Idrott och hälsa är så gott som det enda ämnet där eleverna utvecklar sin motorik. I det långa loppet är det ämnet Idrott och hälsa som ger de bästa förutsättningarna för att nå alla elever och förbättra deras fysiska aktivitet och motoriska färdigheter samt deras välbefinnande i vardagslivet (Sollerhed & Ejlertsson 2007). Om barnens fysiska aktivitetsbehov skulle läggas på skolans arbete skulle det konkurrera med de teoretiska ämnena. Idrotten får mindre tid i skolan och det satsas mer på de teoretiska ämnena (Armstrong & Åstrand 1997)

3. Problemprecisering

Då ovanstående bakgrund pekar på ett behov av daglig motorisk träning samt en läroplan som inte betonar vikten av motoriska färdigheter, behövs vidare forskning inom detta område. Med anledning av det finner vi det högst relevant att studera hur stort tidsutrymme som läggs på grovmotorisk träning genom rörelse i teoretisk undervisning.

- Vad känner pedagogerna till kring ämnet grovmotorisk träning samt vikten av rörelse för en förbättrad inläring?
- Hur stort tidsutrymme lägger pedagoger på grovmotorisk träning i teoretisk undervisning?
- Hur stort tidsutrymme uppfattar lärarna att de lägger på grovmotorisk träning?

4. Teoretiska utgångspunkter

Undersökningen bygger på ett holistiskt förhållningssätt där delarna utgör helheten och hur du uppfattar helheten är i sin tur beroende på delarna (Kvale 1997, Patel & Davidsson 2003). I hälsosammanhang används det kognitiva synsättet speciellt inriktad mot KASAM, vilket

betyder känsla av sammanhang. Det hela bygger på tre komponenter; meningsfullhet, begriplighet och hanterbarhet. Dessa tre delar påverkar det psykiska och fysiska välbefinnandet och delarna påverkar helheten (Antonovsky 2005). Vi ser motoriken som ett sätt att påverka barnens KASAM i positiv riktning under utvecklingen. Sollerhed (2006) skriver att det finns en relation mellan KASAM och attityder till Idrott och hälsa. Detta innebär att elevernas tidigare erfarenheter av fysisk aktivitet och Idrott och hälsa kan bidra till utvecklingen av KASAM. Olika nivåer av KASAM kan påverka attityderna till Idrott och hälsa och kan vara viktiga för fysisk aktivitet i vardagslivet (Sollerhed, 2006)

En annan teoretisk utgångspunkt för undersökningen är det sociokulturella synsättet där dina färdigheter utvecklas genom kollektiv kommunikation. Vilket vi ser som att du utvecklar din grovmotorik genom bl.a. lekar där du kommunicerar med din omgivning. Barn som av motoriska skäl inte kan delta i de sociala lekarna hindras lätt i sin vidare utveckling (Säljö 2005).

5. Metodbeskrivning

Vår metodbeskrivning kommer att redogöra för de tillvägagångssätt som använts för att få svar på undersökningens syfte. Därefter finns beskrivet vilket urval som nyttjats samt hur vi valt att bearbeta vårt material. Även våra etiska överväganden kommer att synliggöras.

5.1. Metodval

Med hänsyn till att vi vill belysa uppfattningar och tankar om motorisk träning har vi genomfört en kvalitativ studie. Detta eftersom det, enligt vår mening, var den mest optimala metod för att finna svar på vårt syfte. En kvalitativ studie kännetecknas av att man kan få djupgående svar från ett mindre antal informanter (Kvale 1997). Kvale (1997) beskriver intervjutekniken som en hantverkarskicklighet. Hur intervjun fortgår är högst beroende av intervjuarens känsla för empati och dennes sociala kompetens. För att bli skicklig på att intervjua krävs mycket träning. Det är även komplicerat att formulera bra intervjufrågor. Med anledning av detta valde vi att genomföra en pilotundersökning innan vi genomförde våra övriga observationer och intervjuer. Pilotundersökningen med en aktiv lärare undervisande barn i åldern sju år enligt samma vis som övriga, se nedan under rubrik 5.3 genomförande och bearbetning. Pilotundersökningen resulterade i att vissa frågor formulerades om något, för att undvika missuppfattningar, men inga större förändringar utfördes i övrigt. Resultatet av

pilotundersökningen användes inte i studien. I undersökningen har vi använt oss av deltagande observationer och semistrukturerade intervjuer. Det material vi använt oss av är respondenter, fältanteckningar samt intervjubandspelare.

5.2. Urval

Urvalet till undersökningen har skett på valda skolor utifrån en för oss tidigare tillgänglig grupp lärare. Denna grupp har vi under vår utbildning på olika vis skapat oss personliga kontakter med. Fyra lärare med var sitt klassrum, verksamma på olika skolor har besökts. Samtliga informanter är kvinnor som undervisar barn i åldern sju år. Vår strävan i urvalet har varit att på följande sätt finna en bredd. Respondenterna har varit verksamma olika länge dvs. allt mellan 10 och 20 år, samt på olika skolor. Anledningen till att det endast är kvinnliga informanter är att någon manlig informant inte varit tillgänglig för vår undersökning. Samtliga tillfrågade informanter tackade ja till vår förfrågan om deras deltagande.

5.3. Genomförande och bearbetning

Fem deltagande observationer samt fem semistrukturerade intervjuer har genomförts varav en pilotundersökning. Pilotundersökningens resultat har inte använts i studien.

Den första kontakten med informanterna har skett via mail och/eller telefon samt i ett fall via personlig kontakt. Där har de tillfrågats om de kan tänka sig att ställa upp i vår undersökning, sedan har datum för observation och intervju avtalats genom telefonkontakt. Respondenterna har fått en beskrivning av vad vårt syfte med undersökningen varit, men då vi ville undvika ett missvisande resultat har vi inte gått in i detalj på vad vårt mål med vår observation varit. Med föregående menas att de blivit informerade om vad vårt ämne att skriva kring varit, barns grovmotoriska utveckling koppat till fysisk aktivitet, men inte direkt att vi skulle studera hur mycket rörelse som fanns i deras undervisning, detta då det kunnat ge ett missvisande resultat.

Ett antal klassrumsituationer har under en skoldag observerats för att sedan avslutas genom en intervju med den undervisande läraren i fråga. Detta för att bl.a. finna svar på dennes synpunkter kring dagen. Under observationstillfället cirkulerade vi omkring i klassrummet under tiden observationen utfördes. I dokumenterandet av observationerna användes observationsscheman. Dessa var utformade så att händelse, datum samt klockslag kunde beskrivas

med gott utrymme. Det fanns även plats för nedtecknandet av övrig information samt antal elever i klassen. Vid aktiviteten försökte vi beskriva den så utförligt som möjligt för att uppvisa ett rättvisande resultat. Observationer och intervjuer har genomförts på informanternas arbetsplatser. Intervjuerna skedde i ett klassrum eller grupprum där 30 minuter fanns avsatt i tid för varje intervju.

Intervjuerna dokumenterades genom fältanteckningar samt i de fall det godkänkts av respondenten även genom bandupptagning. Två av intervjuerna fick tillåtelse att bandas. Dessa intervjuer har sedan överförts till skriftspråk genom en så ordagrann överföring som möjligt, för att sedan kunna sammanställas och analyseras. Det kan vara problematiskt att föra ner talspråk till skriftspråk. Detta då vi oftast inte talar i fullständiga meningar, vilket kan leda till att man vid utskriften måste ändra något i utformningen. Vilket kan få till följd att vi inte får en ordagrann intervju utskrivnen. Det blir även så att du får lägga till skiljetecken vilka inte finns i talet (Denscombe 2000).

Vid analysen av våra intervjuer har vi enligt Kvaales (1997) beskrivning, först läst igenom intervjuerna för att få ett övergripande perspektiv på dessa. Därefter har vi läst dem igen för att kunna finna likheter och skillnader samt genom dem skapa olika teman för att kunna presentera vad som framkommit i intervjuerna. Dessa har sedan analyserats och diskuterats.

5.4. Etiska överväganden

I denna studie har det tagits hänsyn till en forskares etiska principer (Vetenskapsrådet 2006). Respondenterna har blivit informerade om vårt syfte med undersökningen. De har även blivit väl underrättade om, att deras medverkan kommer behandlas konfidentiellt. De har blivit tillfrågade ifall de kunde tänka sig att delta samt uppmärksammade på att de när de vill kan välja att gå ur undersökningen. Då respondenterna behandlats konfidentiellt har vi valt att inte nämna i vilken kommun de undersökta skolorna ligger. Personerna i vår undersökning blev informerade att de när som helst kunde avbryta observationen eller intervjun. Innan undersökningen gjordes fick vi tillåtelse skriftligt att eleverna fick medverka i vår undersökning. De fick också reda på att det vi observerade skulle endast användas i uppsatsen, och inga namn på personer eller skola skulle nämnas.

6. Resultat

För att på ett tydligt vis redovisa undersökningens resultat kommer nedan först observationerna att redovisas i en sammanställning. Intervjuerna kommer att redovisas genom fyra olika teman, vilka är utvalda som rubriker till vår presentation. Teman har valts utifrån vad som framkom som gemensamma nämnare i våra intervjuer. I observationen har vi utgått ifrån att all rörelse kopplas till motorik.

6.1. Observationsredovisning

6.1.1. Klassrum 1:

Dagen påbörjades med en kortare samling där dagens program presenterades. I samlingen utfördes rörelsesånger till musik i tio minuter. Aktiviteten innehöll övningar där barnen fick gå på stället, hoppa, kasta, dansa etc. På eftermiddagen sjöng eleverna sånger om en bokstav i alfabetet och gjorde rörelser med händerna till. Aktiviteten varade i fem minuter. I detta klassrum var alltså den sammanlagda tiden för rörelse 15 minuter exkluderat den naturliga rörelsen i klassrummet. Med naturlig rörelse menas, gå och hämta saker i lådan, gå på toaletten, dvs. den vardagliga rörelsen.

6.1.2. Klassrum 2:

Under observationsdagen förekom det ingen planerad fysisk aktivitet. Den rörelse som fanns var endast den naturliga i klassrummet, se beskrivning ovan samt elevernas aktiviteter på rasten.

6.1.3. Klassrum 3:

Dagen började med en lektion i svenska, där eleverna arbetade med stavelser. Eleverna fick klappa sina namn och andra ord i sin närhet, övningen pågick i ca 15 minuters tid. Vidare var vi i skogen under ca 60 minuter. Där fick barnen leka fritt, springa, hoppa och klättra. Efter lunch påbörjades en ca 30 minuters massagestund, vilket sedan avslutades med ett lektionspass i Engelska. På lektionen i Engelska arbetade eleverna med olika positioner där

barnen skulle placera sig på olika ställen för att öva Engelska begrepp. De arbetade också med sånglekar där barnen fick stampa, klappa och knäppa, denna övning pågick i 30 minuters tid. Sammanlagda rörelsen blev 2 timmar och 15 minuter.

6.1.4. Klassrum 4:

Läraren hade inte någon planerad fysisk aktivitet med eleverna. Den rörelse eleverna fick var den naturliga rörelsen under skoldagen när de exempelvis hämtade saker i klassrummet och gick i trappor upp och ner från lektionerna.

6.2. Intervjuredovisning

Temat för resultatredovisning

Tema 1, Rörelse och motorik

Tema 2, Motorik och inläring

Tema 3, Finns tid för daglig fysisk aktivitet?

Tema 4, Variation av fysisk aktivitet och koncentrationsförmåga

6.2.1. Tema 1, Rörelse och motorik

Ett begrepp som uppkom med hänsyn till vår frågeställning under intervjuerna var motorik. Detta begrepp delades av respondenterna in i grov- och finmotorik, vilket kopplades till stora respektive små kroppsrörelser. ”Motorik för mig är rörelse, kroppens rörelseschema, det är både grovmotoriken och finmotoriken” (lärare 2). Även några av de grovmotoriska grundformerna belystes såsom: åla, krypa, springa, hoppa, klättra, rulla, fånga en boll och balansera. Här ett exempel från en intervju: ”de grovmotoriska grundformerna är: åla, krypa, springa, hoppa, klättra och rulla. Jag tror att det är dessa. Att fånga en boll är också motorik” (lärare 1). Dessa grundformer menade de intervjuade hade med barnens grovmotorik att göra. Motorik uttrycktes i intervjuerna som alla kroppens rörelser. Både den vardagliga rörelsen där

vi springer eller går i trappor samt den mindre då vi ritar eller skriver uppkom under intervjuerna.

6.2.2. Tema 2, Motorik och inläring

Något som också tydligt kom fram under intervjuerna var kopplingen mellan motorik och inläring. Två av respondenterna såg klara kopplingar mellan brister i barnens grovmotorik samt inläringssvårigheter vid läs- och skrivprocessen. ”Många barn med problem i läs- och skrivinläringen har också svårigheter med sin grovmotorik, det är viktigt att barnen har en utvecklad grovmotorik för att kunna bli bra på att läsa och skriva”(lärare 1). Respondenterna talade även om vikten av att man ser barnen som en helhet där den grovmotoriska stimulansen påverkar inläringen positivt. Det gäller att använda samtliga sinnen vid inläring då hela barnet går i skolan och inte bara huvudet. En respondent använde sig av korsrörelser för att väcka hjärnan vid inläring. ”Det handlar om att man skall kunna klara av att korsa höger och vänster sida och att hitta mittlinjen på sig själv och att kunna korsa sin kropp, bli medveten om var man har sin kropp att veta var man har sina armar och ben, sina kroppsdelar” (lärare 2). Hon sammankopplar den grovmotoriska utvecklingen med vikten av att våra hjärnhalvor kan kommunicera.

6.2.3. Tema 3, Finns tid för daglig fysisk aktivitet?

Att samtliga barn skall erbjudas daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen var känt bland de fyra respondenterna. Hur detta uppfylls var däremot skiftande. Ingen sa sig nå upp till daglig lärarledd fysisk aktivitet helt, men samtliga strävar mot det och säger sig göra så gott de kan enligt de förutsättningar som finns i respektive klass. ”Vi har Röris varje dag och är i skogen 90 minuter i veckan” (lärare 1). En gemensam nämnare vad gäller anledningen till att målsättningen inte genomförs förklarar de främst utifrån brist på tid. Intresse för att det skall genomföras finns nämligen hos samtliga. ”I övriga ämnen finns det garanterad tid som eleverna ska ha i varje ämne t.ex. matte, svenska och idrott m.m. Därför är det svårt att få in 30 minuters aktivitet, då skulle barnen få gå extra tid i skolan” (lärare 1). ”Mycket skall hinnas med i undervisningen och hade barnen gått i skolan mellan åtta och två så hade vi hunnit få in mer av det som är en lärares uppdrag” (lärare 3).

Två av respondenterna menar även att många barn idag går på fritids och där får de röra sig mycket, då de både går till skogen och är ute på andra utflykter. Dessa barn får då sin del av den dagliga fysiska aktiviteten där.

6.2.4. Tema 4, Variation av fysisk aktivitet och koncentrationsförmåga

De aktiviteter som samtliga lärare har ett flertal gånger i veckan är olika rörelselekar till musik där i många fall korsrörelser kopplas in. Andra aktiviteter såsom skogspromenader och även fri lek i skogen sker planerat under veckorna. ”Vi går till skogen en dag i veckan. Vi har också något som kallas smörgåsbord och där har vi ibland olika typer av rörelse som t.ex. dans” (lärare 4). Massage påpekas även finnas i ett par av klassrummen. Vilket kan kopplas till beröring samt kroppsuppfattning som även har med din grovmotoriska förmåga att göra. Även den spontana rörelsen i klassrummet kopplar de till motorisk träning. De belyser att den förändrade klassrumsmiljön stimulerar till ökad rörelse då barnens egna bänkar försvunnit och ersatts med lådor på olika ställen i klassrummet. Lärare 3 berättar att; ”jag brukar i vissa långa skrivsituationer bryta undervisningen och sätta samman bord till pingisbord, sedan spelar barnen pingis med händerna, då övar vi öga-hand koordinationen”. De arbetar även i den övriga undervisningen med aktiviteter såsom klapplekar och andra rörelseprogram exempelvis Röris. Vidare sker vid tillfällena då barnen är okoncentrerade också spontana rörelseaktiviteter. ”Jag planerar inte in så mycket fysisk aktivitet utan när jag känner att eleverna har suttit stilla länge, så gör vi någon rörelselek eller så får de springa på skolgården” (lärare 4).

Några respondenter ser klara förändringar när det gäller barnens koncentrationsförmåga efter en stund med fysisk aktivitet. De upplever att det blir lugnare i klassrummet och mer effektivt arbete. Två av respondenterna uttalar även en oro att ta till rörelselekar då barngruppen blir allt för stummig och får svårt att gå ner i varv efter ett avbrott ifrån den teoretiska undervisningen. ”Problemet är dock att man beroende på vad man har för grupper så vill man ibland få in mer motoriska aktiviteter i undervisningen, men tvingas att lägga band på sig beroende på barngruppen. Man vill gärna få in mer motorikträning i inläringen med bokstäver och så, men man tvingar att lägga band på sig för att gruppen hindrar en. Det blir för stummigt i gruppen, annars skulle jag vilja säga ha mycket, mycket mer rörelseträning” (lärare 3). Huruvida man tar till rörelse är alltså enligt några respondenter beroende på vilken barngrupp man har.

6.3. Resultatanalys

Gemensam nämnare i våra intervjuer är en samstämmig uppfattning kring motorik. Samtliga informanter har en god kännedom om motorik som begrepp då de är medvetna om att det har med all rörelse att göra samt att den kan delas in i grov- och finmotorik. I intervjuerna framkom även medvetet om några av de grovmotoriska grundformerna, vilka inte är så vanligt att man känner till, enligt vår uppfattning. Samtidigt belyser de sambandet mellan en bristande grovmotorisk utveckling i relation till inlärningssvårigheter vid läs- och skrivprocessen, vilket även detta kan tyda på att de har en god inblick i ämnet motorik.

Tillägget i Lpo94 är inte okänt för någon av pedagogerna men det efterföljs inte på ett avsett vis. Ingen av de fyra använder sig av daglig fysisk aktivitet eller grovmotorisk träning, vilket de förklarar med att det inte finns någon tid till det då det är så mycket annat som skall hinnas med. I två av intervjuerna framkom det vidare att om skoldagen förlängdes skulle de hinna med mer. Vidare förklarar de att många av barnen går på fritids och att de där får den rörelse de behöver. Samtliga pedagoger använder sig av någon fysisk aktivitet under veckorna, men det sker inte regelbundet, enligt skolverkets riktlinje. Våra observationer påvisade att två av respondenterna hade medveten motorisk träning under observationstillfället varav en av dem var omedveten om detta. Observationen är mycket intressant då respondenten, enligt intervjun, strävar efter att få in mycket rörelse i undervisningen samt har god inblick kring motorik. Att man går i skogen är mycket positivt för barnens grovmotoriska utveckling, att gå på ojämnt underlag utvecklar bl.a. barnens balans positivt vilket även spelar in i deras förmåga till inlärning. En av respondenterna talar om vikten av att man numera är ute mer i skog och mark än vad skolklasser var förr i undervisningen vilket är positivt.

7. Diskussion och slutsats

Skolan skall sträva efter att erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen. Med detta som bakomliggande anledning var syftet att undersöka hur stort tidsutrymme som läggs på grovmotorisk träning genom rörelse i teoretisk undervisning. Vad känner pedagogerna till kring ämnet motorik och hur ser den grovmotoriska träningen ut i undervisningen?

I resultatet framkom att samtliga lärare har en god inblick i vad motorik är för något. Motorik sammankopplar respondenterna med kroppens rörelser oavsett vad för rörelse som menas. Samtliga lärare delade även in motorik i grov- och finmotorik och de visste vilka rörelser som hörde ihop med grovmotorisk- respektive finmotorisk förmåga. De räknade även upp några av de grovmotoriska grundformerna. Grundformerna såsom springa, hoppa, gå, rulla, klättra etc. Vilka enligt vår mening ofta förknippas med grovmotorik. Vad som förvånade oss något var att även balansera samt fånga en boll benämndes. Dessa hade vi tänkt oss mer skulle tillhöra ovanligheten att lärare utan specialisering i Idrott och hälsa skulle känna till. Anledningen till att samtliga pedagoger hade så pass god kunskap inom detta, anser vi kan bero på att det just är så betydande för den här åldersgruppen och att den stora betydelsen även idag är så vida känd. De talar även om att grovmotoriken har stor betydelse för inläringen, vilket även Ericsson (2005a) betonar. Två av informanterna talar om vikten av att använda sig av rörelsen för att förbereda kroppen för inläring. Detta stöds även av Ladberg (2001), hon beskriver att korsrörelser gör att hjärnans båda delar sammankopplas vid inläring. Det är även viktigt att barnen får röra sig så mycket att rörelsen blir automatiserad så att de kan fokusera på nya saker i sin inläring (Ladberg 2001). Respondenterna arbetar med olika korsrörelser, rörelselekar till musik, promenader och rörelseprogram såsom Röris i utvecklandet av barnens grovmotorik. Röris är ett enkelt rörelseprogram som utförs till musik och är utvecklat av Friskis och Svettis. Röris är relativt nytt och det startades av Nina Forsberg 2003. Själva grundtanken är att alla barn skall känna att de kan och att de är roligt att röra på sig, allt för att uppnå en livslång rörelseglädje (Friskis & Svettis 2007).

Meningsfullhet är en av de viktigaste delarna i KASAM. Om man har hög KASAM är du som person motiverad att förstå olika situationer och hur man hanterar dessa. Denna vilja att klara olika situationer blir inte hög om inte meningsfullheten finns. Det är därför viktigt att eleverna

känner att saker är meningsfulla , och att de känner att de kan hantera de situationer som de ställs inför. Eftersom motoriken är så viktig i allt vi gör så är det av stor betydelse att detta tränas för att eleverna ska känna att saker är meningsfulla och att de kan klara av olika situationer som de ställs inför. Den största möjligheten att påverka en persons KASAM finns under den tid då personen är barn och ungdom. Att elever lär i samspel med andra är en viktig del i den sociokulturella teorin. Detta kan vi se när barn leker med varandra och härmar varandra i olika lekar (Antonovsky 2005).

Förutom rörelselekar i klassrummet går respondenterna även ut med eleverna i skogen minst ett pass i veckan. Myndigheten för skolutveckling (2005); Ladberg (2001) samt Sandborg-Holmdahl & Stening (1993); Szczepanski (2006) betonar vikten av att barnen får röra sig ute i skog och mark inte bara på grund av att det är mycket positivt för utvecklandet av barnens grovmotoriska färdighet, utan även för att hjärnan skall kopplas på för inläring. Detta på grund av att våra inomhusmiljöer idag har en låg luftfuktighet. Att vistas utomhus är idag något som många skolor gör, vilket är positivt för barnen, men också är mycket trendigt just nu. En av våra respondenter menar att man numera är mer ute i skog och mark än i början av hennes lärarkarriär och detta väcker en fundering kring av vilken anledning respondenterna använder sig så mycket av utomhusundervisning? Väljer de detta beroende på att de tagit del av den forskning som finns kring fördelarna med detta eller handlar det bara om en tillfällig fluga? Att det är så att många gör det nu och jag vill inte vara sämre själv? Personligen kan vi ju fundera kring hur mycket forskning de tagit del av kring dessa positiva effekter som påvisats, att tilläggas här är att det nu på olika ställen i media påtalats hälsovinster med att vistas utomhus. Det kan alltså räcka att bara slå på nyheterna för att förstå att det är positivt att vistas utomhus. Szczepanski (2006) behandlar vikten av att barnen får vistas utomhus, han skriver att rätta platsen för ett barn att utvecklas är förutom i sandlådan också på det stora gröna fältet där det får möjlighet att förbättra sin motoriska förmåga, reflektera och utvecklas. Vi önskar med anledning av de positiva konsekvenser som vi kan se idag att man ändå förlägger mer undervisningstid utomhus. Detta speciellt då barnens hemförhållande, liksom framkom i våra intervjuer har förändrats under senare år. Barn är inte ute lika mycket som de var förr och de sitter mer stilla (Finansdepartementet 2003). Finansdepartementet (2003) förespråkar mer utomhuspedagogik i skolverksamheten med flera aktiviteter. Massage är liksom skogspromenader, mycket populärt för tillfället, vilket två av respondenterna säger sig tillämpa. Nilsson (2008) påvisar att utomhusleken är mycket positivt för barnens hälsa, det är där de får utlopp för den mesta av sin dagliga fysiska aktivitet.

Trots att respondenterna har en så pass god inblick i betydelsen av att barn idag bör röra sig så mycket som möjligt, samt att de är väl medvetna om Skolverkets riktlinjer, lägger de ändå ingen större prioritet på medveten grovmotorisk träning i undervisningen. Men barnen får ändå genom den dagliga rörelsen möjlighet till utvecklandet av sin motorik. Dagens klassrumsmiljö främjar till mer rörelse än den gamla då eleverna hade allt sitt material i bänkar framför sig, nu får barnen röra på sig när de hämtar saker och det är också mer vanligt att man använder sig av någon rörelselek i undervisningen. Värt att betona är att dessa rörelselekar inte är något planerat som sker, utan istället något som respondenterna tar till då det behövs ett avbrott i barnens arbetsprocess. Barnen får alltså förutom idrottslektionerna sin mesta grovmotoriska stimulering genom spontana eller omedvetna aktiviteter, vilket vi anser inte är att förakta. Samtidigt menar samtliga respondenter att de skulle vilja få in mer lärarydd rörelse, men måste av tidsbrist lägga högre prioritet på annat. Anledningen till att detta uteblir har säkerligen till viss mån med tidsbrist att göra men troligare är väl att det har med pedagogens bristande intresse att göra. Det finns nog ingen som skulle neka vikten av fysisk aktivitet för folkhälsans skull, men ändå har vi ett stillasittande samhälle. Det vi verkligen brinner för, det brukar det inte vara så svårt att prioritera in, om än kalendern skulle vara fulltecknad. Om nu tiden skulle ha en så avgörande faktor skulle då verkligen Skolverket utan verklighetsförankring besluta att skolan skall sträva efter att erbjuda, något som det inte finns tidsutrymme till? Enligt vår mening mest troligt inte, om vi nu skulle nappa på tidsargumentet och utöka skoldagen för att få in mer fysisk aktivitet skulle säkerligen detta argument ändå kvarstå. Troligen handlar det mer på brist på effektiv planering än brist på tid.

Vad som mer är att uppmärksamma är att respondenterna förutom tidsargumenten samtidigt uttrycker till sitt försvar att nästan alla barn är på fritids och där får de röra sig mycket. Det första vi reagerar på här är att enligt vår personliga uppfattning är det inte många lärare som har insikt i vad som händer i fritidsverksamheten. Visst är det väl så att de barn som går där får röra sig mycket i både fria och styrda aktiviteter. Men långt ifrån alla barn går på fritids och så vitt vi vet ligger det lika mycket i skolans ansvar att stimulera även dem till rörelse. Detta argument anser inte vi riktigt håller utan låter även det som en bortförklaring kring att läraren i fråga inte uppfyller sitt läraruppdrag fullt ut.

Enligt Myndigheten för skolutveckling (2005) kommer dagligen nya rön om att barnhälsan försämras och att detta skall lösas genom fler idrottstimmar eftersom en timmes Idrott och hälsa i veckan inte räcker till för att hälsan långsiktigt skall förbättras (Myndigheten för

skolutveckling 2005, Sollerhed 2006). Samtidigt får undervisningen i Idrott och hälsa kritik för att den endast främjar de redan aktiva eleverna och faran anser vi är att man tappar de elever som inte är på fritids eller är aktiva på sin egen fritid. Då fler och fler saker blir lärarens ansvar och man inser att tiden inte räcker till utan man måste prioritera kan vi då koppla detta samman till att samtliga respondenter indirekt önskar mer tid i skolan. En av respondenterna uttrycker att om vi hade en skola från åtta till två skulle vi hinna med att få in mer av skolans uppdrag. Samtidigt känns det som att även om skoldagen utökas kommer det alltid att finnas saker som måste göras och vi kommer ändå att få prioritera för att få med allt. En viktig strävan i riktning mot en förbättrad hälsa handlar ändå om vad samhället har för attityd samt även vad pedagogen i fråga bedömer som betydelsefullt. Det handlar om att vara tydlig och visa vad som är viktigt. Som det är nu är tillägget i Lpo94 enligt vår mening alldeles för vagt formulerat. Ifall du som pedagog har ett bristande intresse för utomhusaktiviteter och fysisk aktivitet kan du lätt tolka läroplanen och tillägget, så att den passar dig och din verksamhet och därmed undvika att uppfylla de diffusa riktlinjerna.

Avslutningsvis kan vi då, för att knyta samman vårt syfte med vårt resultat, dra slutsatsen att det inte är mycket utrymme utöver undervisningen i Idrott och hälsa som ägnas åt lärarledd grovmotorisk träning. Därmed inte sagt att den motoriska träningen är obefintlig. Den grovmotoriska stimulans som finns består till stor del av spontana rörelselekar eller vistelser i skog och mark där barnen ofta rör sig fritt. Det föregående kan vid första anblicken ifrågasättas hur detta då kopplas till motorik och inläring. Genom rörelsen får barnen nämligen chans att utveckla sin motorik. Detta leder till att deras rörelser är automatiserade och de har lättare att kunna koncentrera sig på att lära sig nya saker i skolundervisningen, allt leder alltså vidare. Enligt Ericsson (2005a) Utvecklas vår motoriska förmåga av mer rörelse och motorisk träning. Delarna ger helheten, vilken är motorikens betydelse för inläring. Vidare är samtliga respondenter medvetna om skolverkets riktlinje, men får av tidsbrist prioritera bort den. Vad som ändå är en positiv aspekt för ämnet i fråga är att barnens utomhusmiljöer på många ställen blivit bättre och numera inbjuder till mer rörelse samt grovmotorisk stimulans. Så med anledning av det går vi förhoppningsvis mot en allt mer aktiv skola sprudlade av rörelseglädje och energi. I vilken barnen får den rörelsemöjlighet de behöver för att kunna utvecklas till starka och välmående individer. Till vidare forskning vore intressant att studera skolmiljöns betydelse för barns motoriska utveckling.

7.1. Metoddiskussion

En kvalitativ undersökningsmetod användes för att finna svar på vårt syfte. Fördelen med kvalitativa intervjuer var främst deras öppenhet, då det inte finns någon klar mall för hur intervjuerna skall gå till. Vad som finns är ett antal grundfrågor i planeringen som forskaren måste ta hänsyn till, exempelvis hur intervjuerna skall dokumenteras och analysers etc. (Kvale 1997). Fördelen med intervjuer anser vi var att vi kunde få en djupgående information ifrån ett mindre antal respondenter och då vårt syfte var att undersöka vad ett antal pedagoger hade för synpunkter kring ämnet ansåg vi den kvalitativa metoden väl komma till pass (Denscombe 2000). Detta hade blivit svårt att utföra genom exempelvis enkäter.

Fördelen med användandet av bandupptagning var att vi kunde gå tillbaka till intervjuerna och lyssna på dem upprepade gånger, vi kunde då upptäcka nya tonfall och information som vi inte noterat tidigare. Det är av egen erfarenhet så att man lägger märke till olika saker beroende på hur många gånger samtalet kan återupplevas. Det kan även ofta ske en mer naturlig konversation då du som intervjuare inte behöver fokusera på att anteckna lika utförligt som utan bandupptagning, fokus minskas då på att det som respondenten säger dokumenteras. Istället kan vi hålla ögonkontakt med respondenten och visa ett större intresse än om vi hade behövt föra anteckningar samtidigt. Nackdelen med bandupptagning var att det tog lång tid att skriva ut en intervju ifrån band, åtskilliga timmar fick läggas på att bara skriva ut en kort intervju. Samt även problem vid utskriften av att få en ordagrann utskrift uppstod. Detta har efter stor möda ändå i vårt fall resulterat i att vi fått intervjuerna utskrivna utan att något väsentligt har fallit bort.

Många kan även känna sig obekväma i situationen att bli inspelade, ofta brukar de av egen erfarenhet bli mer avslappnade efter en stund, men det märks ändå i många fall en klar skillnad kring hur samtalet blir med bandspelaren på respektive av. I de fall då bandspelare inte användes hade vi endast minnet samt fältanteckningar att återgå till vilket kan ha inneburit att viss information fallit bort, samtidigt som i dessa fallen möjligen fått respondenterna att samtala mer fritt och obesvärat. Det fanns alltså både fördelar och nackdelar med användandet av bandupptagning, ändå valde vi att göra det i de fall tillåtelse gavs.

Både observationer och intervjuer har skett i klassrumsmiljö. Vi har åkt ut till respondenternas arbetsplatser för att samla in information. Att informationen samlades in ute på skolorna kan ha haft både positiva och negativa konsekvenser för resultatet. Vissa kan känna sig mer bekväma i att bli observerade samt intervjuade i en känd miljö, medan andra

kan störas mycket och bli mer reserverade och inte lika frispråkiga när de befinner sig i en miljö där de kan bli igenkända. Vi har i största möjliga mån genomfört intervjuerna i ett avskilt rum där vi kunnat sitta ostört.

Att känna till klassrumsmiljön och respondenter i fråga sedan tidigare kan ha fått både positiva och negativa konsekvenser för resultatet. Detta då forskaren i dessa fall redan haft en förförståelse av klassrumsmiljön i fråga och kunnat visa på en mer sannolik bild. Denna byggdes då inte på att endast ha sett miljön under ett kortare tillfälle. Med detta kan resultatet även ha blivit att forskaren inte längre varit lika objektiv i sin beskrivning av miljön, vilket kan försvåra läsandet för utomstående. Respondenten kan i intervjuerna istället ha öppnat sig mer fritt då det redan tidigare funnits en relation mellan parterna.

Vi har gjort en liten undersökning och kan inte på något sätt dra stora slutsatser av vårt resultat. Vid observationstillfällena kan det ha varit en viss stämning i klassrummet och på det viset blir inte resultatet detsamma om någon annan utomstående person hade gjort om denna undersökning vid ett annat tillfälle, eftersom stämningen då hade varit annorlunda. Miljön kan också ha påverkat resultaten. Det har betydelse hur miljön är där undersökningen ägde rum. Det kanske inte finns plats för alla typer av fysisk aktivitet i klassrummen och därför kan resultatet bli annorlunda på ett annat ställe, om vi hade observerat utomhus hade det blivit ett annat resultat.

8. Sammanfattning

Uppsatsens syfte var att undersöka hur stort tidsutrymme som läggs på grovmotorisk träning genom rörelse i teoretisk undervisning.

Anledningen till vårt val av studie berodde på den ökade diskussionen kring att barn idag blir allt mer stillasittande. Folkhälsan försämras och barn som verkligen behöver röra på sig sitter allt mer stilla. Samtidigt vet vi att beroende på hur välutvecklad din grovmotorik är, har du olika förutsättningar för hur du klarar ditt skolarbete, men även hur du fungerar rörelsemässigt i vardagen.

Forskningsbakgrunden behandlar begreppet motorik, vad som kännetecknar det. Den behandlar även vikten av daglig fysisk aktivitet samt pedagogernas roll i barns grovmotoriska utveckling.

I metodbeskrivningen beskrivs den metod vi använt oss av, i detta fall har en kvalitativ studie genomförts i form av observationer och intervjuer. Urvalet som använts är fyra, på olika skolor, verksamma pedagoger, alla undervisande barn omkring åldern sju år.

Resultatet från undersökningen visar att pedagogerna har en god uppfattning kring motorik samt betydelsen av daglig fysisk aktivitet. De har även god kännedom om motorikens betydelse för inläring. De får dock p.g.a. tidsbrist prioritera bort den dagliga lärarledda fysiska aktiviteten. De menar att om en längre skoldag infördes skulle man hinna med mer av skolans uppdrag.

Slutsatsen av undersökningen blir att medveten lärarledd motorisk träning förekommer i mycket liten mån, samtliga pedagoger strävar dock efter att få in mer rörelse i undervisningen, men allt handlar om prioritering.

Referenser

Annerstedt, C. (2000), [Elektronisk] *Det måste va sånt som får en att fundera mera*. Myndigheten för skolutveckling 20040105. Tillgänglig på: www.skolutveckling.se/publdb-portlet/fileDownload?publ_id=53&file=publication. Senast hämtad: 20071221

Antonovsky, A. (2005), *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och Kultur

Armstrong, N. Åstrand, PO. (1997), *Physical Education and the promotion of health and well-being in Europe*.(Editorial).Euro J Phys Educ 1997; 2:157-9.

Askebro,H. Beyer, H. Stamblewski, A. Jansson, A. (2008), [Elektronisk] Folkhälsoinstitutet, fysisk aktivitet. Tillgänglig på: http://www.fhi.se/templates/Page_194.aspx. Senast hämtad: 20080221

Berg, L- E. Cramér, A. (2003), *Hjärnvägen till inläring*. Jönköping: Brain books Ab

Bergholm, C. (2006), [Elektronisk] *Nationellt center för främjandet av god hälsa hos barn och ungdom, NCFE*. Tillgänglig på: http://www.oru.se/templates/oruExtNormal_21919.aspx. Senast hämtad: 20080316

Beverly, D. Ulrich. Gilmour Reeve, T. (2005). [Elektronisk] *Studies in Motor Behavior: 75 Years of Resarch in Motor Development, Learning, and Control*. Research Quarterly for Exercise and sport. Nr 2, Ps-62 Juni 2005-06-01 Tillgänglig på: http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/Home.portal?_nfpb=true&ERICExtSearch_SearchValue_0=Beverly+D%2C+Gilmour+Reeve&ERICExtSearch_SearchType_0=kw&_pageLabel=ERICSearchResult&newSearch=true&rnd=1198226696930&searchtype=keyword: Senast hämtad: 20071221

Bunkefloprojektet - En hälsofrämjande livsstil. (2003). [Elektronisk] Tillgänglig på: www.bunkeflomodellen.com, Senast hämtad: 20071219

Caspersen CJ, Powell KE, Christenson GM. (1985) *Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinction for health- related research. Public Health Rep.*100(2): 126-31 Tillgänglig på: [http:// www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez) Senast hämtad 20080213

Denscombe, M. (2000), *Forskningshandboken - för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur

Ellneby, Y. (2005), *Barns rätt att utvecklas*. Stockholm: Utbildningsradion

Ericsson, I. (2002), *Forskningsprojektet Motoriken i skolan*. Tidskrift i gymnastik och idrott nr: 2002:2, s. 20-24

Ericsson, I. (2003a), *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer*. (Doktorsavhandling) Malmö: Lärarutbildningen

Ericsson, I. (2003b), [Elektronisk] *Mer medveten motorisk träning behövs*. <http://www.idrottsforum.org/articles/ericsson/ericsson.html> Publicerad: 20031125, Senast hämtad: 20080316

Ericsson, I. (2004), *Finns det tid och rum för barn*. Tidskrift för gymnastik och idrott nr: 2004:4, s. 30 – 33

Ericsson, I. (2005a), *Rör dig- lär dig. Motorik och inläring*. Malmö: Sisu idrottsböcker

Ericsson, I. (2005b), *Klumpiga barn behöver träning*. Skolledaren nr: 2005:11 s. 14-17

Ericsson, I. (2006), *Olika perspektiv på koncentrationsförmåga: exempel från bunkefloprojektet*. Locus: tidskrift för barn och ungdomsvetenskap nr: 2006:3 s. 4-20

Ericsson, I. (2007), *MUGI: vi leker och tränar grovmotorik*. Malmö högskola

Finansdepartementet. (2003), [Elektronisk] *Budgetproposition för 2004*. Tillgänglig på: <http://www.regeringen.se/sb/d/373/a/2988>, Senast hämtad: 20071211

Folkhälsoinstitutet. (1997), *Vårt behov av rörelse- en idétidskrift om fysisk aktivitet och folkhälsa*. Stockholm: Förlagshuset Gothia Ab

Friskis & Svettis. (2007), [Elektronisk]. Tillgänglig på:
http://web.friskissvettis.se/id_224.aspx, Senast hämtad: 20071212

Kvale, S. (1997), *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur

Ladberg, G. (2001), *Vatten, korsgång och liggande åttor – rörelse som främjar inläring i hem, förskola och skola*. Stockholm: Författarens bokmagasin

Langlo-Jagtøien, G. Hansen, K. Annerstedt, C. (2002), *Motorik lek och lärande*. Göteborg: Gyllendal undervisning

Molander, B. (2007), [Elektronisk] Nationalencyklopedin. Tillgänglig på:
http://www.ne.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=259519&i_word=motorik, Senast hämtad: 20071031

Myndigheten för skolutveckling. (2005), [Elektronisk] *Särskilt uppdrag att stödja och följa skolornas arbete med att genomföra ändringar som gjorts i Lpo 94 samt Lpf 94, i syfte att stärka skolornas ansvar att erbjuda daglig och regelbunden fysisk aktivitet, slutrapport 20050901*. Tillgänglig på:
http://www.skolutveckling.se/sok/?q=idrott+och+h%C3%A4lsa+slutrapport+2005&num=10&entqr=0&ud=1&sort=date%3AD%3AL%3Ad1&output=xml_no_dtd&ie=UTF-8&oe=UTF-8&client=default_frontend&proxystylesheet=securesearch, Senast hämtad: 20071218

Nilsson, A. (2008), [Elektronisk] *Physical activity assessed by accelerometry in children*. (Doktorsavhandling), Örebro universitet. Tillgänglig på: <http://www.diva-portal.org/oru/theses/current.xsql?lang=sv> Senast hämtad: 20080316

Parlenvi, P. (1984), *Lär med kroppen det fastnar i huvudet*. Stockholm: Sveriges utbildningsradio

Patel, R. Davidsson, B. (2003), *Forskningsmetodikens grunder – att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur

Sandborg-Holmdahl, G. Stening, B. (1993), *Inläring genom rörelse*. Stockholm: Liber utbildning AB

SAOL13. (2007), *Svenska akademins ordlista över svenska språket*. Stockholm: Nordstedts Akademiska Förlag

Sigmundsson, H. Vorland Pedersen, A. (2004), *Motorisk utveckling - nyare perspektiv på barns motorik*. Lund: Studentlitteratur

Smitt, H. (2007), *Avhandling ledde till motion i riksdagen*. [Elektronisk] Malmö högskola, Tillgänglig på: http://www.mah.se/templates/ExternalNews_63828.aspx, Senast hämtad: 20071205

Sollerhed, A-C. Ejlertsson, G. (2007), *Physical benefits of expanded physical education in primary school: Findings from a three – year intervention study in Sweden*. *Scand J Med Sci Sports*

Sollerhed, A-C. (2006), *Young today- adult tomorrow*. (Doktorsavhandling) Lund: Faculty of medicine

Svenska skrivregler. (2000), *Svenska språknämnden*. Stockholm: Liber Ab

Sveriges Radio P1 Kropp&själ, [Elektronisk] 11 januari 2005, Tillgänglig på: <http://www.ur.se/MediaPlayer/Templates/MediaPlayerPopup.aspx?id=23676&SeriesProductID=137375&ProgramProductID=140103&Media=radio>, Senast hämtad: 071205

Szczepanski, A. (2006), [Elektronisk] *Outdoor Education - Authentic Learning in the Context of Landscape Literary and sensory experience. Perspective of Where, What, Why, How and When of learning environments. Interdisciplinary context and the outdoor and indoor dilemma*. Tillgänglig på: <http://www.liu.se/esi/cmu/forskning.html>, Senast hämtad: 080316

Säljö, R. (2005), *Lärande och kulturella redskap- om läroprocesser och det kollektiva minnet*. Stockholm: Nordstedts Akademiska Förlag

Thelen, E. Smith, LB. (1994), *A Dynamic Systems Approach to the Development of Cognition and Action*. Cambridge: The MIT Press

Thelen, E. Smith, LB. (2003), *Development as a dynamic system*. Trends in Cognitive Sciences Vol 7. No 8. Augusti 2003.

Thors, C. (2007), *Det rör sig om inläring: lär sig eleverna bättre om de får mer fysisk aktivitet i skolan?* Pedagogiska magasinen nr: 2007:2, s. 36 – 39

Werner, L. (Sammanställd). (2006), *Grundskolans regelbok 2006/2007 – bestämmelser om grundskola, förskoleklass och fritidshem*. Stockholm: Nordstedts juridik ab.

Vetenskapsrådet. (2006), *Forskningsetiska principer inom humanistisk- samhällsvetenskaplig forskning*. [Elektronisk] Tillgänglig på: <http://vr.siteseeker.se/?charset=UTF-8&q=etiska+principer>, Senast hämtad: 20071218

Bilagor

Bilaga A

Observationsschema

Datum:

Observation nr:

Klass:

Antal elever:

Antal lärare:

Övrig information:

Tidpunkt	Händelse

Intervjufrågor

1. Vad är motorik, definiera vad är motorik för dig, vad tänker du på?
2. Vad skulle du vilja säga är syftet med grovmotorisk träning?
3. Hur mycket av din undervisningstid uppskattar du läggs på utvecklandet/
stimulerandet av barnens grovmotorik?
4. Enligt Ipo94 skall barnen ”erbjudas fysisk aktivitet dagligen inom ramen för hela skoldagen”, är detta något som du känner till?
5. Skulle du vilja berätta för mig på vilket sätt enligt din mening du arbetar för att uppnå detta? Både saker du gör regelbundet och vid särskilda tillfällen.
6. Vilka effekter märker du av på barnen efter en stund med fysisk aktivitet, märker du av några effekter?
7. Med då tankarna inriktade mot rörelse och grovmotorik, skulle du då vilja berätta vad vi har fått se idag?