

# EXAMENSARBETE

*HÖSTEN 2009*

*Lärarytbildningen*

## Rörelse i förskolan

- En studie om pedagogers förhållningssätt, syfte och arbete med den planerade samt oplanerade rörelsen i förskolan

**Författare**

Anna Nilsson  
Sophie Nilsson

**Handledare**

Håkan Sandgren

[www.hkr.se](http://www.hkr.se)



# Rörelse i förskolan

## - En studie om pedagogers förhållningsätt, syfte och arbete med den planerade samt oplanerade rörelsen i förskolan

Av: Anna Nilsson och Sophie Nilsson

### Abstract

Genom rörelse utvecklas vi som personer, vi utvecklas motoriskt, vi får en känsla av välbefinnande och vi har lättare för att koncentrera oss. Syftet med studien är att undersöka hur pedagogerna förhåller sig till den planerade samt till den spontana rörelsen i förskolan och hur de arbetar för att uppfylla läroplanens strävandemål om rörelse. Vilka svårigheter respektive möjligheter finns det med att få in rörelsen i vardagen på förskolan och hur övervinner pedagogen dessa? Undersökningen genomfördes i form av deltagande observationer samt personliga intervjuer. Genom observationer och intervjuer med sex olika pedagoger från tre olika förskolor har vi fått deras syn och perspektiv på dessa frågor. Resultatet visar att pedagogernas mål med rörelse är att barnen skall utvecklas motoriskt och samtliga pedagoger belyser pedagogens roll under rörelsen som viktig. Utomhusmiljön och utevistelsen är något som de flesta pedagogerna framhåller som särskilt viktigt gällande barnens rörelse och deras motoriska utveckling. Hur de arbetar med denna för att stimulera barnen, skiljer sig pedagogerna åt och det är deras personliga engagemang och målmedvetenhet som blir avgörande hur pass aktiva de själv är under utevistelsen. De möjliga hinder som pedagogerna ser med att få in rörelsen i vardagen är bland annat brist på utrymme, brist på kunskap och brist på resurser.



# Innehållsförteckning

1. Inledning och Bakgrund	5
1.1 Syfte	5
1.2 Problemprecisering	6
2. Forskningsbakgrund	7
2.1 Rörelsens betydelse för barnets totala utveckling	7
2.1.1 Sambandet mellan rörelseglädje och självkänsla	7
2.1.2 Sambandet mellan motorisk rörelse och inläring	8
2.2 En förskola i rörelse – ett sätt att arbeta med rörelse i förskolan	9
2.3 Kulturens påverkan på barnets motoriska utveckling och rörelseglädje	11
2.4 Lekens betydelse för rörelsen i den dagliga förskoleverksamheten	12
2.5 Utomhusmiljöns möjligheter och betydelse för barnets rörelseträning	13
2.6 Pedagogens arbete, grundsyn och påverkan på barnets rörelseglädje	15
2.7 Lpfö98's syn på rörelse i förskoleverksamheten	16
3. Metod och genomförande	<b>18</b>
3.1 Den personliga intervjun som metod	18
3.2 Den deltagande observationen som metod	19
3.3 Urval och genomförande	20
3.4 Bearbetning av insamlat material	21
3.5 Etiska överväganden	22
4. Resultatredovisning, intervjuer	<b>23</b>
4.1 Pedagogens roll i arbetet med rörelse	23
4.2 Rörelsens roll i barnets vardag på förskolan	23
4.3 Pedagogens möjlighet att påverka rörelseglädjen utomhus	24
4.4 Pedagogens syn på syftet med rörelse	25
4.5 Pedagogens metoder för att uppnå strävande målen i Lpfö98	25
4.6 Den planerade rörelsen	26
4.7 Pedagogens möjliga hinder med att införa rörelse i barnets vardag	26
5. Resultatredovisning, observationer	<b>28</b>
5.1 Förskola 1	28
5.1.1 Förskola 1's utformning av inomhus och utomhusmiljön	28

5.1.2 En dag på förskola 1	28
5.2 Förskola 2	29
5.2.1 Förskola 2´s utformning av inomhus och utomhusmiljön	30
5.2.2 En dag på förskola 2	30
5.3 Förskola 3	31
5.3.1 Förskola 3´s utformning av inomhus och utomhusmiljön	31
5.3.2 En dag på förskola 3	31
5.4 Observationsanalys	33
<b>6. Diskussion</b>	<b>35</b>
6.1 Slutsats	41
6.2 Metoddiskussion	42
<b>7. Sammanfattning</b>	<b>44</b>
Referenser	
Bilaga	

# 1. Inledning och bakgrund

Genom rörelse utvecklas vi som personer, vi utvecklas motoriskt, vi får en känsla av välbefinnande och vi har lättare för att koncentrera oss. Rörelse innefattar all kroppsrörelse under både lek, idrott och fritid som resulterar i en ökad energiförbrukning. I rörelsen är samspelet mellan nerver och muskler, det vill säga motoriken, i fokus (Statens folkhälsoinstitut 2009). Det finns även en stark koppling mellan rörelse och inläring (Raustorp 2000), samtidigt som Norlund, Rolander och Larsson (1989) påpekar att barnen i dagens samhälle bli allt mer stillasittande. Så hur ska vi då få alla dessa stillasittande barn att uppnå de fördelar som rörelsen har att erbjuda? Förskolan är en plats där barnen tillbringar en stor del av sin uppväxt och en plats där de utvecklar sin identitet i samspel med andra barn och pedagoger (Nordlund, Rolander och Larsson 1989). Det är enligt Läroplanen för förskolan, Lpfö98 (Skolverket 2006), pedagogens ansvar att verksamheten genomförs så att varje barn får stöd och stimulans i sin motoriska utveckling. Förskolan ska också sträva efter att varje barn utvecklar sin koordinationsförmåga och kroppsuppfattning, stärker sin självkänsla och utveckla en tillit till den egna förmågan. Dessutom ska arbetet vara lustfyllt och utgå från barnens behov och egenskaper. Men hur fungerar det i det verkliga livet ute på förskolorna? Hur arbetar pedagogen för att verkställa läroplanens mål där rörelsen ligger i fokus? Vilka metoder används? Vilka svårigheter respektive möjligheter finns det med att få in rörelsen i vardagen på förskolan och hur övervinner pedagogen dessa?

Rörelse i förskolan fyller också en viktig funktion då barnen har en viss tendens att bli mer och mer stillasittande. Tv och dator är fenomen som i allt större grad tar över barnens vardag enligt Ellneby (2007) och Nordlund m.fl. (1989). I förskolan har pedagogen möjlighet att påverka detta genom att erbjuda samtliga barn den rörelse som de behöver, dels för sitt eget välbefinnande och hälsa, men också för att nå den motoriska utveckling som varje individ behöver. Rörelsen på förskolan kan ske i många olika former, både under fri lek, genom dans, sånglekar, genom likväl planerade som oplanerade aktiviteter både inomhus och utomhus.

## 1.1 Syfte

Syftet med denna studie är att undersöka vilken målsättning pedagoger anser sig ha med den planerade samt oplanerade rörelsen i förskolan. Studien kommer även att belysa hur pedagoger förhåller sig till den planerade samt till den spontana rörelsen i förskolan och hur de arbetar för att uppfylla läroplanens strävandemål om rörelse.

## 1.2 Frågeställningar

- Vilket syfte har pedagogerna med att stimulera barns rörelse i förskolan?
- Vilka svårigheter respektive möjligheter finns det med att få in rörelsen i vardagen på förskolan och hur förhåller sig pedagogen till dessa faktorer?
- Hur arbetar pedagogerna med den planerade samt den spontana rörelsen och vilka metoder används för att uppfylla Läroplanen för förskolan Lpfö98s strävandemål om fysisk aktivitet?



## 2. Forskningsbakgrund

I detta avsnitt presenteras tidigare forskning som är relevant för att finna svar på studiens frågeställningar. Inledningsvis tar studien upp rörelsens betydelse för barnets totala utveckling för att sedan omnämna olika teorier kring hur man kan arbeta med rörelse för att främja barnets motoriska utveckling. Fortsättningsvis belyser studien forskning om kulturens, lekens och utomhusmiljöns påverkan på barnets rörelse. Avslutningsvis berörs pedagogens arbete och grundsyn samt Läroplanen för förskolan Lpfö 98:s (Skolverket 2006) syn på rörelse i förskoleverksamheten. Samtlig forskning är utvald för att på ett tydligt sätt skildra pedagogens roll i arbetet med rörelse i förskolan.

### 2.1 Rörelsens betydelse för barnets totala utveckling

Det är viktigt att se barnets utveckling som en helhet. Barnet utvecklas i symbios fysiskt, sensomotoriskt, emotionellt, socialt och kognitivt. Utvecklingen kan dock vid en viss tid domineras av ett av områdena, för att sedan avlösas av ett annat (Danielsson, Auoja, Sandberg och Jonsson 2001). I följande stycken behandlas bakomliggande orsaker till varför rörelse och motorik i förskolan är nödvändiga faktorer i barnens vardag, och vad de gör för barnens fortsatta inläring. På så sätt belyses även varför därmed pedagogerna ska använda sig utav rörelse i sin verksamhet.

#### 2.1.1 Sambandet mellan rörelseglädje och självkänsla

Självkänsla och rörelseglädje är två förutsättningar för att skapa en lyckad rörelseupplevelse. Verksamheten som involverar rörelse på förskolan bör bedrivas på ett lustfyllt sätt vilket både Lpfö98 (Skolverket 2006) och Raustorp (2000) poängterar som viktigt. Anledningen till detta är att genom att skapa en lustfylld situation där alla barn kan vara delaktiga så skapar man en positiv lärandesituation där barnen får känna att de lyckas. Detta i sin tur leder till bättre självkänsla, trygghet och en vilja att fortsätta utöva rörelse. Surgeon Generals Report (1996), är en rapport som visar flera decenniers forskning kring fysisk aktivitet och hälsa. Genom Surgeon Generals Report har man konstaterat att det finns ett tydligt samband mellan psykisk hälsa och rörelse. Genom att röra på sig frisätts en viss sorts hormon i kroppen som ökar känslan av välbefinnande. Rörelse har alltså en antidepressiv effekt som påverkar både barnens humör och självkänsla. Detta poängterar även British Heart Foundation (2000) som framhåller att genom rörelse blir barnen positiva, de har lättare för att uttrycka sig och kontrollera sitt eget beteende, men de får också lättare att koncentrera och lära sig i förskolan. Att det finns ett

samband mellan rörelse, ökat välbefinnande och en bättre självkänsla är alltså bevisat, och något som pedagogen bör ha i åtanke när hon planerar den dagliga verksamheten på förskolan. Langlo Jagtöien, Hansen och Annerstedt (2002) framhåller även de rörelsens positiva effekter men påpekar dock att rörelse och glädje inte alltid går hand i hand. Om utmaningen blir för svår för barnets nivå, kan barnet uppfatta att det misslyckas. När detta misslyckande upprepas utan att barnet någon gång lyckas kan detta leda till en uppgivenhet där barnet inte längre vill intressera sig för rörelse. För att undvika detta problem är det pedagogens uppgift att se till att aktiviteten hamnar på en nivå där det finns rätt blandning av säkerhet och utmaning. Det är också pedagogens uppgift att stötta varje barn under rörelsen genom till exempel positiv förstärkning. Detta kan stärka barnets tro på sig själv och ge känslan av att det man presterar duger, vilket också Lpfö98 (Skolverket 2006) lägger stor vikt vid.

### 2.1.2 Sambandet mellan motorisk rörelse och lärande

Enligt Raustorp (2000) finns det många samband mellan motorisk rörelse och inläring. God koncentration är en förutsättning för inläring och bildas då motorik, perception och psyke är i balans hos barnet. Barnets motoriska förmåga utvecklas i samspel med perceptionen och dessa är beroende av varandra. Tidsuppfattning, rumsuppfattning och kroppsuppfattning är alla uppfattningsområden som barnet behöver för att kunna förstå begrepp som till exempel senare, ovanför och bakom. Dessa begrepp har barnet sen användning för då det ska förstå antal eller lära sig att skriva bokstäver. Motoriken är på så sätt väsentlig för barnets fortsatta inläring. Även Danielsson m.fl. (2001) pekar på att barns grovmotoriska rörelser påverkar hjärnans utveckling. Ju mer hjärnan utsätts för sensomotoriska utmaningar, desto mer utvecklad blir den i vuxen ålder. Barnens motoriska utveckling blir därför av stor betydelse för deras inlärningsförmåga.

Ericsson (2005) reflekterar över att barn med omoget eller avvikande grovmotoriskt rörelsemönster ofta har problem med koncentration och inläringssvårigheter. Nordlund, Rolander och Larsson (1997) anser att i arbetet med barn är det viktigt att tänka på att det oftast är de friska barnen som rör sig mest och som tränar sin motoriska förmåga under den spontana leken. De barn som behöver mest stöd är de barn som är motoriskt osäkra eller mindre aktiva under rörelsen. De barn som ofta väljs sist i lag, misslyckas i lekar och värderas lågt bland de andra barnen är oftast de barnen som också ses som klumpiga, både av sig själv och av andra. Egentligen är dessa barn bara motoriskt osäkra, helt ovanligt är inte heller att de

lider av övervikt. Här blir pedagogens arbete viktigt, dels i form av att avdramatisera detta och lära barnen att förstå att alla är olika, men också genom att i sin planering välja aktiviteter eller lekar, där motoriken tränas och som uppfattas som lyckade för samtliga barn i gruppen. Detta för att öka och hålla uppe motivationen hos samtliga barn. Även Ericsson (2005) poängterar att det kan vara så att barn som lider av dålig självkänsla tillhör den grupp av barn som rör sig minst, vilket gör bristen av rörelse till en ond cirkel. Detta kan leda till att dessa barn aldrig kommer ifatt sina jämnåriga kompisar i den motoriska utvecklingen. När barnen inte fortsätter att vara aktiva under uppväxten minskar även deras chanser till en hälsosam och aktiv livsstil under hela sitt liv. Detta resonemang tyder på att det är av stor vikt att barnen redan i tidig ålder blir bekanta och framförallt bekväma med motorik och rörelse, och det är pedagogens uppgift att verkställa detta.

Ellneby (2000) menar att barn lär sig och utvecklas motoriskt när de är aktiva och rör på sig. Barn vill och lär sig ofta på egen hand. Ellneby ger vidare ett exempel på ett barn kallat Julia som är ivrig att lära sig att hoppa hopprep. Trots att hon misslyckas i sina försök gör hennes starka motivation att hon vill försöka om och om igen. Vi kallar att hoppa hopprep för att leka men samtidigt är det en uppgift som hon gett sig själv, hon ska klara av det. Hon arbetar hårt med den tills hon till slut bemästrar hopprepet. Barnen i förskolan ser oftast själv till att motoriken utvecklas som den ska och att rörelser automatiseras. För det krävs det iver och motivation. Motivationen kan komma från barnet själv men den kan också komma från pedagogen. Ett hinder för detta kan vara om förskolebarnet är alltför upptaget med till exempel datorn som innebär stillasittande och alltså inte gynnar barnets motoriska utveckling.

## 2.2 En förskola i rörelse – ett sätt att arbeta med rörelse i förskolan

”En förskola i rörelse” är en verksamhet framarbetad av Wenngren och Planander (1995). Denna ger tydliga exempel på hur pedagoger i förskolan kan arbeta för att stimulera barns rörelse. Den verksamheten bygger på tre principer. Den första är rörelseprincipen vilken innebär att barnen lär sig att både under vila och aktivitet kunna ha ett avspänt förhållningssätt. Den andra är balansprincipen där barnen lär sig att välja ut vad i omgivningen som är relevant för just deras behov. Den tredje och sista är helhetsprincipen där barnen lär sig att sortera bort sådan information som för henne inte är relevant samt får barnet att känna sammanhang och mening i det barnet gör och i det som händer runt barnet i dens omgivning. Wenngren och Planander poängterar att barnen måste få möjlighet att vara så

aktiva och delaktiga som möjligt. Detta grundas i en annan viktig aspekt, nämligen att många barn idag lider av koncentrationssvårigheter och har ett utåtagerande beteende, och även något så vanligt som osäkerhet kan leda till ett destruktivt beteende. Wenngren och Planander menar att dessa barn ofta benämns som barn med speciella behov, men att behoven istället lika gärna kan vara det naturliga behovet av rörelse. Genom att få sitt rörelsebehov tillfredställt känner barnen både rörelseglädje, inre tillfredsställelse och säkerhet. Att som barn få sina behov tillfredställa går också hand i hand med begreppet ”En skola för alla” (Brodin och Lindstrand 2004) som lägger stor vikt vid det faktum att skolan ska anpassas till samtliga elever. Varje barn ska få det stöd som den är i behov av och lika möjligheter menat utifrån var och ens förutsättningar. Enligt Barnkonventionen (FN 1989) är de grundläggande demokratiska principerna om respekten för varje människas autonomi, och varje individs unika värde, något som ska genomsyra barnens vardag, oavsett speciella behov eller inte. Att tillgodose dessa behov hos de olika individerna är något som pedagogen ständigt måste ha i åtanke.

Till pedagogernas arbete i förskolan tillhör även att arbeta fram en miljö som är stimulerande för de olika mål som pedagogen har med sin verksamhet. Denna miljö kan uppträda varierande, så den speglar det syfte varje enskild pedagog har med sitt arbete. Till exempel en pedagog som vill arbeta med att träna barnets grovmotoriska färdigheter kan arbeta fram en miljö som inbjuder barnen till just denna träning. Wenngren och Planander (1995) menar vidare att miljön är väldigt viktig för att barnen själv ska känna sig inspirerade till rörelse. Miljön måste vara lockande och utmanande för barnen så att rörelsen både blir lustfylld och givande för deras motoriska utveckling. De menar också att initiativet till rörelse ska komma från barnet själv. Detta skapar motivation och gör att barnet själv söker sig till utmaningar som det känner sig moget för. Detta medför också att pedagogernas kompetens synliggörs i improvisation. Detaljplanering som görs av pedagogen i förväg är något som inte används i ”En förskola i rörelse”, med argumenten att det endast uppfyller de vuxnas behov av trygghet och kontroll och ett sätt för pedagogerna att visa upp sina prestationer. Genom att ha en skriven detaljplanering, har pedagogerna något att visa upp för kollegor, föräldrar och skolläda. De kan visa upp att de i förväg hade ett tydligt mål och syfte med aktiviteten, vilket Wenngren och Planander menar skapar trygghet. De fortsätter vidare med att aktiviteten inte heller blir meningsfull i helheten utan en process framtvingad av pedagogernas prestationsångest. Nordlund m fl. (1989) håller inte med det resonemanget. De menar att det är pedagogernas uppgift att i sin planering och sitt arbete med rörelse, fläta samman sin

pedagogiska grundsyn med läroplan, kursplaner och samtidigt hålla sig uppdaterade om nya rön och forskning och sedan använda sig utan detta i sin planering och verksamhet.

### 2.3 Kulturens påverkan på barnets motoriska utveckling och rörelseglädje

Att barn i samma ålder på förskolan inte nödvändigtvis ligger på samma nivå i sin motoriska utveckling, är något som pedagogerna i förskolan är medvetna om. Faktorerna till varför det är skillnad i barnens motoriska utveckling kan variera. Förutom att det finns individuella skillnader barnen emellan kan det också finnas skillnader mellan de olika kulturer vi lever i framhåller Sigmundsson och Vorland Pedersen (2004). Enligt Nordlund m.fl. (1989) är kultur, uppväxt villkor, levnadsförhållanden, omgivande kultur miljö och den aktuella miljö vi lever i alla faktorer som är beroende av vad vi har för förhållande till rörelse och idrott. I förskolan är det pedagogens uppgift att skapa ett arbetssätt där man får in rörelse och skapa förutsättningar för barnen att röra sig, utvecklas motoriskt samt utveckla ett positivt förhållningssätt till rörelse och motion. Nordlund m fl. ger ett exempel på barns val mellan att leka och röra på sig eller att till exempel titta på tv. De framhåller att det inte är en fråga om vad de kan, om deras fysiska kapacitet, utan att det istället blir en fråga om deras sociala och kulturella uppväxtmiljö och vad de brukar göra. Barnen befinner sig i regel på förskolan under ganska stor tid av sin uppväxt, vilket gör pedagogens inflytande extra viktigt i denna fråga. Detta betonar även Raustorp (2000) som menar att det är viktigt för barnen att utöva aktiviteter som går över generationsgränserna och menar att då barnen ofta utövar de aktiviteter som föräldrarna gör, så måste förskolan etablera ett intresse som går över dessa gränser. Även Wenngren och Planander (1995) betonar samhällets och kulturens påverkan på barnen. Förskolan bör uppmuntra den naturliga rörelseglädjen och försöka bryta det mönster av bekvämlighet som ej är medfödd utan har växt fram av den samhällsbild barnen blivit erbjudna. Nordlund m.fl. (1989) menar att med en växande kultur och en forskning som går framåt har pedagogens uppdrag förändrats genom tiden. Från den akademiska modellen som riktade sig till elevernas intellekt, till en pedagogik som går ut på att vi lär oss med alla sinnen och vår kropp. I tidigare forskning har man menat att det finns två intelligenscentra; det lingvistiska, språket, och det logiskt matematiska. Gardner (1994) däremot har visat att barn är mottagliga för lärande på olika sätt. Han talar om de sju olika intelligenserna, bland annat det kinestetiska eller det kroppsliga centrata där rörelse, motion, motorik och idrott tillhör. Att det finns sju olika intelligenscentra som man måste ta hänsyn till gör att det blir svårt för pedagogerna att lägga upp sin undervisning och skapa lärandemiljöer för alla barns lärande.

Det är pedagogens uppgift att ta tillvara på alla barnens lärande och anpassa sin undervisning till varje enskilt barn. För att nå alla barnen bör man variera undervisningen och stimulera alla sju intelligenserna då alla barn är olika och behärskar dem olika mycket/lite. Då ges de möjlighet att träna och utveckla såväl sina starka som sina svaga sidor. Variationsteorin enligt Holmqvist (2006) stödjer också detta. Med variationsteorin menas att för att uppnå lärande måste lärandeobjektet ses ur mer än en synvinkel. Genom att få lärandeobjektet presenterat för sig på mer än ett sätt, har barnet större chans att uppnå lärande, och förståelsen blir större. Detta leder också till att fler barn har möjlighet att uppnå lärande, då alla barn är olika och inte lär på samma sätt. Gardners forskning pekar också på pedagogens skicklighet som avgörande när det handlar om att kunna variera undervisningen så att den tillgodoser samtliga barns behov. Gardner menar också att det som pedagog är viktigt att inte ställa sig frågan om ett barn är begåvad eller inte, utan istället ställa sig frågan på vilket sätt barnet är begåvat. På detta sätt kan pedagogen möta varje individ på dens nivå, och uppmuntra varje barns begåvning. Om pedagogen har klart för sig vilket syfte hon har med aktiviteten kan hon också anpassa den så att alla barnen uppfyller aktivitetens avsikt på sin egen nivå.

#### 2.4 Lekens betydelse för rörelsen i den dagliga förskoleverksamheten

Leken är en naturlig del i vardagen på förskolan. Att leka är för barnen ett sätt att bearbeta olika händelser på ett lustfyllt och roligt sätt. När vi tänker på lek tänker vi kanske främst på leksaker och att leka tillsammans. Leksaker i alla de former såsom bilar, barbiedockor, byggklossar med mera är alla redskap för att stimulera och utveckla barnens fantasi, både enskilt och i grupp. Relevant för den här studien blir den lek som stimulerar rörelsen och som pedagogen har möjlighet att påverka. Ellneby (2007) belyser pedagogerna i förskolan och att deras förhållningssätt till lek oftast skiljer sig åt och pekar på samhället som en orsak till lekens förändring. Vi lever numera i ett informationsteknologiskt samhälle där tekniken spelar en stor roll. Medier som datorer och tv-apparater kommer barnen i kontakt med dagligen och deras intresse förändras på grund av detta. Somliga pedagoger tycker att denna förändring är bra och anser att leken borde förändras med samhällets utveckling medan andra anser att de traditionella lekarna bör bevaras i förskolan. Medan en pedagog som hyser ett intresse för matematik hellre vill köpa in nya matematikleksaker och datorspel till verksamheten kanske en annan pedagog som hyser ett intresse för barnens motoriska utveckling hellre vill lägga pengarna på en stimulerande utemiljö och ny klätterställning. Frågan blir då vad som är bäst för barnen. Enligt Krister Svensson som är leksaksforskare så lär sig barnen att tycka om vad

vi ger dem, (Ellneby 2007). Ellneby menar dock att det är viktigt för förskolan att bevara de traditionella lekarna som inbjuder till rörelse och samspel mellan barnen. Det här är lekar som måste introduceras av pedagogen då barnen ofta inte känner till dem. Här ser vi tydligt pedagogens roll när det gäller att erbjuda aktiviteter som leder till rörelse. Ellneby fortsätter vidare med att påpeka att det är under förskoletiden detta måste ske. När barnen sedan kommer upp i skolåldern och motoriken i stort sett utvecklats färdigt, tenderar teknik såsom tv och datorer att ta över allt mer och mer.

Grindberg och Langlo Jagtöien (2000) menar att barn är aktiva av naturen, vilket är något som pedagogen bör ta vara på i verksamheten. Exempel på detta är att rörelsen hjälper barnen att utveckla en positiv bild av sig själv, få ökad kroppsuppfattning, kunna tänka abstrakt men också att kunna delta i olika former av lek. När barnet leker så leker det med hela sin kropp, och deltagandet är stort. Genom rörelse utvecklar barnen en tro på sig själva och tränar sina grundläggande motoriska färdigheter, vilket de sedan använder sig av i leken. Att ha en motoriskt säker kropp gör att barnen klarar av att delta i de olika lekarna och fungerar i samspel med andra. Barn som däremot är motoriskt osäkra blir ofta utestängda ifrån detta samspel och dessa lekar. Barn som är trygga i sig själv har också oftast lättare att känna tillit till andra, vilket är en förutsättning för samspel och lek. British Heart Foundation (2000) menar även de, att rörelse är en källa till lek och att genom leken får barnen möjlighet att samspela med andra barn. Niss och Söderström (2006) poängterar vidare att leken fyller en viktig uppgift i barnens träning av de olika sinnen och träning av de grundläggande motoriska färdigheterna. De menar även att allt som pedagogerna vill lära barnen, kan ske i lekens form.

## 2.5 Utomhusmiljöns möjligheter och betydelse för barnets rörelseträning

Miljön vi lever i har stor påverkan på hur barnets motorik kommer att utvecklas och är en möjlighet pedagogen har för att aktivt påverka barns motorik. Miljö blir de olika omgivningar som barnet kommer i kontakt med under uppväxten, i denna studies fall förskolan och förskolans närmiljö. Dessa omgivningar bidrar till att forma den motoriska utvecklingen (Ellneby 2007).

När man ska planera en givande lekmiljö för barn ger Ellneby (2007) tips om att själv tänka tillbaka på hur det var att vara barn och försöka minnas ett speciellt lekminne. Ofta tänker

man tillbaka på olika platser som har satt ett speciellt spår och man minns de farliga platser man varit på eller de stora kojorna man byggt. Utemiljö och natur är stimulerande för barns lek. De bygger, gräver, samlar och springer vilket också blir stimulerande för deras rörelse och motorik, vilket även Grindberg och Langlo Jagtöien (2000) understryker. Ellneby menar vidare att barnen vill bygga kojor, klättra i räd och leka i buskar. Men om inte denna miljö finns tillgänglig hur ska de då kunna upptäcka naturens möjligheter och då också rörelseglädjen? Även Niss och Söderström (2006) framhåller att barnen mår bra av att vara ute och röra på sig dagligen. De menar vidare att möjligheterna till rörelse utomhus är obegränsade. Ett problem som de ser är att gården på förskolan ofta underskattas och de belyser då pedagogen som den som begränsar respektive ger möjligheter. Det handlar om att pedagogen måste veta vad gården har att erbjuda och använda sig utav denna. Om förskolans utegård inte har någon utmanade miljö att erbjuda, menar Niss och Söderström att pedagogen istället bör ta med sig barngruppen ut i naturen, vilket även Grindberg och Langlo Jagtöien (2000) förespråkar. De menar vidare att inomhuslek dessvärre blir allt vanligare och leksaker och datorspel tar upp större och större del i barnens vardag. Uteleken har bytts ut mot inneleken. Men att barn som vistas mycket ute är friskare än andra barn har visats i Patrik Grahns doktorsavhandling som Granberg (2000) redogör för. Han visar där att de har starkare fysik, bättre motorik, är vigare samt har bättre koncentrationsförmåga än andra barn som spenderar mindre tid ute i den friska luften. Granberg belyser även den positiva effekten som utevistelsen har på barns hälsa och menar att små barn har stora möjligheter till fysiska övningar som främjar barnets välbefinnande när de befinner sig utomhus. Markens naturliga ojämnheter ger det lilla barnet goda förutsättningar att träna förmågan att styra sina kroppsrörelser och de ges möjligheter till att allsidigt använda sin kropp på ett naturligt sätt. Små barns lek är till stor del en motorisk övningslek där de tränar sig att kontrollera sin kropp och sina kroppsrörelser. Granberg menar vidare att när de rör sig mycket och utnyttjar sig av utemiljöns goda rörelsemöjligheter, använder de såväl stora som små rörelser vilket leder till att kroppens alla muskler aktiveras. Det gör att de gör sig av med överskottsenergi och kan sedan lättare koncentrera sig på till exempel samlingar. Promenader är en annan aktivitet Granberg belyser som väldigt utvecklande för barnens motorik och rörelse. Viktigt är, fortsätter Granberg, att barnen får möjlighet att gå själv. Barn har ett stort rörelse behov och just promenader är ett framgångsrikt sätt att utveckla barnens rörelseförmåga på.

Sigmundsson och Vorland Pederson (2004) påpekar att det inom förskolan finns ytterst få specifika målsättningar för vad barnen ska utveckla inom motorik och rörelse. För att dessa



målsättningar skall uppnås måste pedagogen ha kunskap i hur motoriska färdigheter förvärvas och i mindre grad beskrivningar på vad som är en normal utveckling hos barnet. Speciellt under utevistelsen har pedagogen en förmåga att ta förgivet att barnet tillgodoser sig själv tillräckligt med rörelse för att utvecklas motoriskt. Detta synsätt blir lite skevt då man inte tar hänsyn till de passiva barnen, som är i speciellt behov av att få hjälp med att lära sig de olika färdigheterna. Genom att pedagogen vid vissa tillfällen planerar och har ett visst syfte med utevistelsen hålls samtliga barn aktiva och pedagogen kan försäkra sig om att varje barn tränar det som den behöver, utifrån det barnets behov och förutsättningar, vilket även Lpfö98 (Skolverket 2006) styrker. Granberg (2000) framhåller att förskolans planerade aktiviteter vanligtvis, förekommer inne på förskolan. Granberg menar att man istället kan flytta ut de planerade aktiviteterna utomhus och på så sätt även ta del av den friska luftens fördelar. Granberg menar vidare att pedagogen måste ha i åtanke att även pedagogiken ska följa med ut och alltså inte lämnas inomhus. De aktiviteter som sker utomhus måste även de vara planerade och ha ett visst syfte.

## 2.6 Pedagogens arbete, grundsyn och påverkan på barnets rörelseglädje

Enligt Grindberg och Langlo Jagtöien (2000) kan pedagogens sätt att arbeta kopplas till hennes pedagogiska grundsyn. Den pedagogiska grundsynen varierar från person till person och har sitt fäste i hur pedagogen ser på uppfostran, utveckling som är knuten till barnets funktionsområden och samhället som system, vilken människo- och samhällssyn man har. När det kommer till själva arbetet med rörelse är det viktigt att pedagogen har goda förkunskaper om allmän grundträning, kunskaper om fysisk och motorisk utveckling samt kunskap om hur sinnen arbetar tillsammans. En egen kompetens om rörelse kan också vara att föredra. Man måste även vara medveten om att de förberedelser man gör och hur man sedan genomför rörelsen har stor påverkan på det slutgiltiga resultatet. Den svåraste uppgiften som en pedagog har kan tänkas vara att utmana varje barn på en lagom nivå och utifrån dens behov. Pedagogen måste också stödja barnet, i form av uppmuntran i aktiviteter med rörelse så att barnet utvecklar en positiv bild av sig själv, sin prestation, med också av själva rörelsen.

Att träning och stimulering påskyndar den motoriska utvecklingen kan vi inte komma ifrån. Sigmundsson och Vorland Pederson (2004) pekar på träningens centrala roll för barnets utveckling och menar att om inte barnet ges möjlighet till stimulans och träning kan den motoriska utvecklingen hämmas. De framhåller vikten av att man måste våga låta barnen ta

chanser och prova sig fram. De ger exempel på klätterställningar som många vuxna är rädda för och tar avstånd från, då de oftast är ganska så höga och rädslan att det kan hända olyckor är stor. De menar dock att de här olyckorna oftast inte innefattar allvarliga skador utan att det handlar om småsår, stukningar och blåmärken om barnen gör sig illa. De här småskadorna är en naturlig del av en aktiv barndom och om vuxna tar avstånd från till exempel klätterställningar där barnen utmanas motorisk kan också den motoriska utvecklingen hämmas. Frågan blir då vad vi vill ha, fysiskt aktiva och motoriskt starka barn med en och annan småskada eller skadefria passiva barn?

Att som pedagog ge barnen tillfälle att röra på sig dagligen är den bästa träningen för deras motorik enligt Ellneby (2007) som menar att ett barn som inte får röra på sig, inte heller klarar av att sitta still i till exempel samlingar. Stimulans av olika slag är något som det står skrivit mycket om i Lpfö98 (2006). Pedagogerna skall till exempel arbeta så att alla barnen får stimulans i sin motoriska utveckling. Ellneby (1999) tar upp stimulansens betydelse för barnets hälsa. Barn som under en längre tid inte har något att sysselsätta sig med blir oroliga och kan visa symptom på stress. Att det händer för lite kan leda till understimulering hos barnet. Understimulering i sin tur kan leda till att barnet tappar lusten för att leka, känner sig orolig samt att det slutar ta initiativ. I förskolan präglas barnens vardag av lek, kamrater och förmågan till att ta initiativ. Pedagogens vardag skall gå parallellt med barnens och det blir pedagogens uppgift att se till att varje barn stimuleras efter sitt behov.

## 2.7 Lpfö98's syn på rörelse i förskoleverksamheten

I de strävandemål som Lpfö98 (Skolverket 2006) har satt upp för förskolan så ska förskolan sträva efter att varje barn utvecklar sin motorik, kroppsuppfattning och koordinationsförmåga. Genom att utöva rörelse av olika slag tränas detta hos barnen och rörelsen blir då en väg att nå dessa strävandemål på. Förskolan ska också sträva efter att varje barn utvecklar en tilltro till sin egen förmåga och en tro på sig själv. Pedagogen kan uppnå att dessa strävandemål från Lpfö98 utvecklas hos barnen genom att arbeta med rörelse. Lpfö98 poängterar också vikten av att som pedagog utgå från barnens behov och stimulerar och utmanar varje barns utveckling. Som pedagog är det enligt detta sätt att resonera viktigt att se till varje enskild individ och möta denna på dens nivå, så att barnet utmanar sig själv, men utan att känna misslyckande, utan faktiskt lyckas och bilda en tro på sig själv och sin kompetens. Detta får konsekvenser för pedagogens praktiska arbete med att anpassa verksamheten till en nivå som

är passande för samtliga barn i barngruppen. Pedagogerna ska också ta hänsyn till barnens olika förutsättningar och behov och ge varje barn möjlighet att utvecklas efter dessa. Miljön som barnen vistas i ska vara trygg, men utmanande och locka barnen till lek och aktivitet, både inomhus och utomhus. Utomhus miljön ska dessutom ge barnen möjlighet till både fri lek och planerade aktiviteter i såväl planerad miljö, som i naturmiljö.

### 3. Metod och genomförande

I detta avsnitt redogörs det för vilka metoder som använts i studien och varför dessa använts. Avsnittet kommer att ta upp fördelar respektive nackdelar med de valda metoderna och detta kopplas till varför dessa använts i studien. För att få svar på studiens syfte och problemformuleringar valdes två olika metoder, intervju och observation. Genom att använda sig av två olika metoder stärks trovärdigheten och det ger ett så sanningsenligt resultat som möjligt (Denscombe 2000). Då studiens syfte är att undersöka vilken målsättning pedagogerna anser sig ha med den planerade samt oplanerade rörelsen i förskolan, vilka svårigheter respektive möjligheter det finns samt hur de förhåller sig till de strävandemål som Lpfö98 har satt upp, valdes både intervju och observation. Under intervjuerna får informanterna möjlighet att berätta och förklara sitt synsätt på rörelsen i förskolan, och hur de arbetar med rörelsen. Under observationerna däremot, synliggörs vad pedagogen gör och kan sedan jämföras med vad pedagogen säger under intervjun. Intervju är också ett bra sätt att samla in djupgående och detaljerad information på men under en observation är det forskarens ögon som har huvudrollen, och det är vad som verkligen händer och sker som noteras (Denscombe 2000). Under urval och tillvägagångssätt presenteras de sex olika informanterna och slutligen behandlas de etiska överväganden som studien har tagit i beaktande.

#### 3.1 Den personliga intervjun som metod

En personlig intervju, som används i studien, är enligt Denscombe (2000) ett arrangerat möte mellan en forskare och en informant, i detta fall en pedagog ute på fältet. Den personliga intervjun är också den vanligaste varianten då den är lättast att anordna eftersom det inte är så många personer inblandade. Den är också populär eftersom det som framkommer under intervjun kommer från en verklig källa, nämligen informanten. Under intervjun är det forskaren som bestämmer i vilken ordning intervjun ska ske och vilka frågor som ska besvaras. Det är viktigt att informanten är medveten om vad det är som ska undersökas och vad studien skall användas till. Viktigt att tänka på när man genomför en intervju är den så kallade "intervjuareffekten". Med detta menas vilken bild informanten får av den som intervjuar. Människor svarar olika beroende på hur de uppfattar den som intervjuar. Sådant som kön, ålder och etniska ursprung kan spela roll för hur ärlig och hur mycket information informanten lämnar ifrån sig. Som den som intervjuar ska man även tänka på hur man presenterar sig själv, att vara artig och tillmötesgående. Man ska ha en så neutral och passiv hållning som möjligt, lyssna och lära av informanten samt att förhålla sig neutralt och varsam

till det informanten säger. Intervjuaren måste även vara observant och lyhörd för informantens känslor. När man som intervjuare lyssnar och lever sig in i informantens emotioner är det lättare att få fram relevant information (Denscombe 2000).

Nackdelar med en intervju som metod kan vara att informationen man får fram grundas på vad informanten säger, inte vad den gör. Detta kan vara en nackdel då handling och ord inte alltid stämmer överens. Fördelar med att använda sig av intervju är att intervjuaren kan ställa följdfrågor och på så sätt få fram mer detaljerad information. Informanten får även chans att utveckla sina svar och idéer samt att förklara sina synpunkter. Det krävs inte heller någon avancerad utrustning, och intervjun är den mest flexibla metoden att samla in information på (Denscombe 2000). Med dessa fördelar fann vi denna metod lämplig till vår undersökning om hur pedagoger i förskolan arbetar med rörelse.

### 3.2 Den deltagande observationen som metod

Den andra metoden som valdes att arbeta med var observation. Observation är ett sätt att samla in material till forskning genom att i naturliga miljöer observera verkliga situationer. Som observant är det av stor vikt att man inte på förhand har föreskrivna antaganden om det som observeras, (Denscombe 2000).

I den deltagande observationen är den huvudsakliga faktorn att bibehålla den naturliga miljön, då det är viktigt för observatören att se saker på det sätt som de normalt framträder. Observatören kan välja hur han eller hon vill framställa sin roll på plats. Man kan som observatör välja att ha en dold roll där de som observeras inte har något samtycke till undersökningen. Ett annat sätt är att ha en dold roll för de flesta, men känd för vissa utvalda. I ett tredje sätt är forskarens roll öppet känd för alla inblandade parter. Det sättet vi arbetat med är det förstnämnda, alltså den observationsform där forskarens roll är helt okänd. Vi menar att det kan påverka den observerade pedagogens sätt att undervisa om hon känner till vad det är som observeras. För att få ett så sanningsenligt resultat som möjligt av observationen valdes denna observationsform, eftersom pedagogen då inte kan påverka vad som kommer att synas i verksamheten under den tid som observationen äger rum. Informanten ges istället möjlighet att förklara och beskriva sitt arbetssätt under intervjun.

Observationens nackdelar kan vara att tillförlitligheten ifrågasätts. En forskares individuella kompetens måste tas i beräkning när det gäller studiens tillförlitlighet. Engagemang, förmåga att observera samt kompetensen att minnas det man sett, måste alla räknas som viktiga delar i observationen. Detta beror på att studien inte kan upprepas, då man i en deltagande observation använder sig själv som forskningsredskap. Förmågan att observera kan vara beroende av forskarens tidigare erfarenheter. Detta kan visa sig genom att när observatören stöter på något otydligt har man en tendens att jämföra med tidigare erfarenheter. Tidigare erfarenheter kan även göra att observatören förminskar mindre önskvärda saker, och förstorar upp andra. Det gäller alltså att observatören är väldigt neutral i förhållande till vad han eller hon varit med om tidigare. Fördelar med denna metod kan vara att den här typen av observation gör det lättare att bibehålla den naturliga miljön i den situation som man observerar. Det är även observatören själv som agerar forskningsredskap, och några andra redskap behövs inte (Denscombe 2000).

### 3.3 Urval och tillvägagångssätt

För denna studie intervjuades sex pedagoger i Skåne på tre olika förskolor. Informanterna som valdes ut till studien informerades per telefon eller e-post i god tid i förväg. De informerades då om studiens ämne, detta för att informanterna skulle kunna förbereda sig, utan att i förväg veta vilka frågorna var. De blev informerade om hur uppgifterna de lämnade skulle behandlas, alltså att undersökningen skulle genomföras anonymt och att deras svar skulle behandlas konfidentiellt. De fick även veta i vilket syfte studien skulle ske. De som intervjuades var tre förskolelärare med lång erfarenhet, varav den ena är ansvarig för den planerade rörelsen. En nyutbildad förskolelärare och två barnskötare med lång erfarenhet samt med ansvar för rörelsen. Med den planerade rörelsen menas att dessa pedagoger ansvarar för den rörelse som återkommer på fasta tider och som innehåller på förhand planerade aktiviteter. Informant A är utbildad barnskötare och arbetar på en 1-3 årsavdelning. Hon är där ansvarig för den planerade rörelsen. Informant B, är utbildad förskolelärare och arbetar på en 1-3 årsavdelning. Informant C, är utbildad förskolelärare och arbetar på en 4-5 årsavdelning och är ansvarig för den planerade rörelsen. Informant D är utbildad barnskötare, arbetar på en 3-5 årsavdelning, och har ansvar för den planerade rörelsen. Informant E är nyutbildad förskolelärare och arbetar på en 3-5 årsavdelning. Informant F är utbildad förskolelärare och arbetar på en 3-5 årsavdelning.

Informant A	Barnskötare	Förskola 1	1-3 årsavdelning	Ansvarar för den planerade rörelsen
Informant B	Förskollärare	Förskola 1	1-3 årsavdelning	
Informant C	Förskollärare	Förskola 2	4-5 årsavdelning	Ansvarar för den planerade rörelsen
Informant D	Barnskötare	Förskola 3	3-5 årsavdelning	Ansvarar för den planerade rörelsen
Informant E	Nyutbildad förskollärare	Förskola 3	3-5 årsavdelning	
Informant F	Förskollärare	Förskola 3	3-5 årsavdelning	

Intervjuerna genomfördes på respektive pedagogs arbetsplats. Enligt Denscombe (2000) löper intervjuer som genomförs på fältet större risk att störas av någon utomstående faktor. Därför fick pedagogerna själv välja intervjuplats, så att intervjun kunde genomföras ostört. Varje intervju varade i cirka 30 minuter. Dessa informanter valdes då de arbetar i olika åldergrupper, på tre olika förskolor, de har olika utbildningar och olika lång erfarenhet inom förskoleverksamheten. Dessa skillnader pedagogerna emellan ger möjlighet till en bredare syn på studiens resultat. Och skillnaderna mellan pedagogerna ses därför som en tillgång för studien.

### 3.4 Bearbetning av insamlat material

De deltagande observationerna genomfördes på förskola 2 och förskola 3 under den verksamhetsförlagda delen av utbildningen som totalt pågick under fem veckor. Den deltagande observationen på förskola 1 genomfördes vid fem tillfällen under den avsatta tiden för studiens arbete.

Intervjuerna renskrevs först utifrån vad som sades. Därefter lästes de noggrant igenom och analyserades genom att likheter och skillnader lyftes fram. På så sätt skapades rubriker som ansågs relevanta för studiens syfte och frågeställningar. På samma sätt gjordes det med observationerna. Det valdes dock att först redovisa observationerna förskola för förskola då informanternas arbetsmiljöer såg väldigt olika och det speglar informanternas sätt och

möjligheter att arbeta. När observationerna renskrivits var för sig gjordes en analys och den redovisas i ett separat stycke som kallas observationsanalys.

### 3.5 Etiska överväganden

Enligt vetenskapsrådets (1999) forskningsetiska principer finns det fyra huvudkrav för den som forskar att förhålla sig till när han eller hon genomför sin studie. Ett krav är att forskaren är skyldig att informera de som är berörda av forskningen, i det här fallet informanterna, vad studiens syfte är. Samtyckeskravet är ett annat krav forskaren måste ta hänsyn till och innebär att informera informanterna att de har rätt att avbryta sin medverkan om de skulle vilja det och att deras deltagande är frivilligt. Forskarnas skyldighet till att informanternas personuppgifter och identitet skyddas, behandlas i konfidentialitetskravet. Nyttjandekravet, som är det fjärde och sista kravet, betyder att de uppgifter forskaren får av informanterna endast får nyttjas i forskningsändamålet.

En totalt deltagande observation, där observatörens roll hålls dold kan skapa etiska problem. Det går inte att få något samtycke från dem som observeras då de inte är medvetna om att observationen äger rum (Denscombe 2000). Detta övervägdes noggrant då observationerna i studien sammanställdes. Anledningen till att denna metod valdes var att pedagogerna inte skulle påverkas i sitt arbete. I samband med intervjuerna tillfrågades pedagogerna om materialet för observationerna fick användas. Samtliga pedagoger gav sitt tillstånd. Innan intervjuerna genomfördes blev samtliga pedagoger informerade om syftet med uppsatsen, hur den ska användas samt att de under hela studien förblir anonyma.



## 4. Resultatredovisning, intervjuer

I följande kapitel redovisas en sammanställning av de gjorda intervjuerna. Pedagogernas svar har analyserats och likheter samt skillnader har lyfts fram. För att nå syftet med studien intervjuades sex olika pedagoger på tre olika förskolor, om deras syn på rörelse. Vilket syfte ansåg de sig ha med rörelse i förskolan? Och hur förhåller de sig till den planerade samt spontana rörelsen? Intervjuerna har bearbetats och skrivits om i en löpande text så att läsaren lättare skall få en tydlig översikt. För att få en klar struktur och överblick kommer svaren på intervjuerna att behandlas under rubriker som alla är relevanta utifrån studiens syfte och problemformuleringar.

### 4.1 Pedagogens roll i arbetet med rörelse

Samtliga informanter menar att pedagogens roll under rörelsen är av stor vikt. Det är pedagogens uppgift att uppmuntra och locka barnen till rörelse och framför allt ge barnen möjlighet att röra sig. Informant A, B och D påpekar också att alla barn inte rör sig spontant, vilket pedagogen ständigt måste ha i åtanke. De trycker på att det är pedagogens roll att få igång de stillasittande barnen, och utgå från deras nivå. Samtliga pedagoger poängterar motivationen som avgörande när det gäller rörelsen.

Det är min uppgift att utföra rörelsen så att den blir lustfylld och något som barnen vill vara delaktiga i. När alla barnen är delaktiga skapas det samspel och den glädje över rörelsen som uppstår är det som jag som pedagog strävar efter att uppnå. (Informant C)

Informant D och A håller med om detta, men poängterar också vikten av att främst ha roligt tillsammans, men även på egen hand. Informant F finner det viktigt att som pedagog vara en positiv förebild, visa att det är roligt att röra på sig, samt vara initiativtagare – det är hon som har idéerna som sätter igång rörelsen. Både informant A och F tycker det är viktigt att som pedagog vara delaktig i lek och rörelse. Informant F menar vidare att det även är pedagogens uppgift att hålla sig uppdaterad om ny forskning och nya rön inom ämnet, och planera verksamheten därefter. E poängterar att hennes uppgift som pedagog också handlar om att lägga grunden till ett friskt liv hos barnen och att detta sker genom att vara medveten om barnens behov, tillgodose dessa, samt vara en positiv förebild.

### 4.2 Rörelsens roll i barnets vardag på förskolan

Informant B anser att rörelse är en naturlig del i barnens vardag, och något som genomsyrar allt barnen gör på förskolan. Informant A håller med om detta och påpekar att rörelse för de

små barnen till exempel kan vara en sådan sak som att själv klättra upp i sin barnstol vid måltiderna, eller att själv klättra upp till skötbordet. E däremot menar att det inte direkt finns något utrymme för rörelse i vardagen inomhus, utan att rörelse sker när man är utomhus. Informant C tycker att rörelse är något som barnen själv ska få möjlighet att utöva. Den lilla gården på hennes förskola blir då ett perfekt ställe för barnen att själv gå ut på under den fria leken när de vill röra på sig. På informant C:s avdelning hör även promenader till vardagen. De ger sig då ut i helgrupp och promenerar i olika terränger, barnen får då möjlighet att röra sig fritt och upptäcka den miljö som de passerar. Promenader i olika terränger tycker även informant D är ett bra sätt att röra sig på, då barnens motorik tränas när de rör sig på till exempel ojämn mark. D:s promenader är till skillnad från C:s ofta inplanerade och inte något som sker spontant i vardagen. Alla informanter, utom F, är överens om att i vardagen får rörelsen mest plats utomhus, där det finns fler möjligheter och rörelsen kommer naturligt. F menar däremot att rörelse finns överallt, och får inte mer eller mindre plats på något specifikt ställe, det är helt upp till pedagogen att utmana.

#### 4.3 Pedagogens möjlighet att påverka rörelseglädjen utomhus

Informanter A, B, C, D och E är överens om att den spontana rörelsen främst tar form utomhus. Där har barnen större möjlighet att röra sig fritt och själv utmana sin kropp. A, B och D menar dock att man inte kan ta för givet att barnen själv aktiverar sig utomhus. Pedagogerna måste ständigt vara delaktiga, även i barnens fria lek. Hennes uppgift blir då att fånga upp de barn som behöver hjälp med att aktivera sig. Detta kan dels ske genom en aktivitet avsedd för få barn, eller en aktivitet där hela barngruppen kan vara delaktiga.

Mitt bästa knep för att aktivera barnen utomhus är att jaga dem. De tycker att det är roligt när man springer bakom dem och försöker fånga dem. Då kan man få vilket barn som helst att springa för glatta livet. Deras favorit är när jag föreställer en mumie. (Informant B)

Informant D framhåller skogen som en utmärkt plats att utmana barnens motorik på. Vistelsen i skogen består aldrig av planerade aktiviteter, utan då inbjuder pedagogerna barnen till att själv leka och upptäcka. I skogen utmanas fantasin och barnen kan klättra i träd, bygga kojor, hoppa på stenar och barnen tränar dessutom sin motorik när de går på ojämn mark. Informant D berättar att hon själv är uppvuxen på landet och alltid har haft nära till skog och natur. Hon finner skogen som en enorm tillgång, och något som barnen ska få uppleva. Informant D menar vidare att hon har svårt att se sig själv arbeta i storstaden då skog och natur ofta finns

långt bort. Utan skog och natur menar hon att hon hade haft svårt att finna alternativ till att utmana barnen motoriskt, samt att stimulera deras naturliga rörelseglädje.

Informant A berättar om hur A och B har varit med och påverkat utformningen av utemiljön. Utemiljön består bland annat av många stora ytor där barnen kan röra sig fritt, en stor kulle där barnen kan klättra upp och rulla ner. Det finns stockar att balansera på, traktordäck att hoppa på, gungor att gunga i och en klätterställning. Syftet med denna utformning är att utmana barnens motorik, det ska finnas många valmöjligheter och att det ska vara inbjudande för barnen att röra sig.

#### 4.4 Pedagogens syn på syftet med rörelse

Informant F menar att rörelsen är grunden till allt lärande. För att hjärnan ska utvecklas måste man röra på sig, det hänger ihop med lärande. Rörelsen behövs för att skapa optimala lärandesituationer. Informant F, A, B och C är överens om att rörelse är viktig för barnens hälsa. De poängterar också det faktum att man mår bra av att röra på sig och när man mår bra fungerar man bättre socialt, man presterar bättre och utvecklar på så sätt ett bättre självförtroende. Informant B och E menar vidare att rörelse också fungerar som en källa till att finna inre lugn och ro. F, E och A påpekar även att barnens koncentrationsförmåga ökar när vi rör oss. A har vid ett flertal tillfällen noterat att då barnen suttit still för länge så tappar de koncentrationen, genom att ta en paus och röra på sig kan de sedan återfå sin koncentration. A, B, C och D är överens om att rörelsen behövs för att träna barnens motoriska utveckling. D framhåller att grovmotoriken är avgörande för barnens lärande, och att barn som är motoriskt osäkra ofta har problem med det fortsatta lärandet. Informant C och A anser att ett viktigt syfte med rörelsen är att barnen ska lära känna sin kropp och få en ökad kroppsuppfattning.

#### 4.5 Pedagogens metoder för att uppnå strävandemålen i Lpfö98

De metoder som informant A och B använder för att uppnå de strävandemål som Lpfö98 har angående rörelse är ganska lika. De arbetar båda utifrån att rörelsen ska vara lustfylld och rolig för barnen. Både A och B är alltid delaktiga i rörelsen och anser att detta är en väg att gå för att uppnå målen. För att träna barnens motorik använder de sig både av planerad och spontan rörelse. Fördelarna som A ser med den planerade rörelsen är att hon då kan se vart barnen befinner sig i olika övningar, vad de klarar av och vad de behöver träna mer på. Detta

tar hon sen med sig till framtida planeringar. Informant C använder sig mycket av rytmik, dans, forumteater, promenader och olika kroppsuppfattningsövningar – både spontant och planerat, för att uppnå målen i Lpfö98. Informant D och E använder sig av olika gympaprogram såsom Kalvingympa för de mindre barnen och Bamsegymna för de större barnen. I dessa program tränas bland annat barnens motorik och kroppsuppfattning. Informant F menar att hon själv som pedagog är ett redskap och utgår från att alla barn i grund och botten vill röra på sig.

Arbetsformer där barnens naturliga rörelsemönster kommer fram använder jag mig gärna av, såsom gymna, dans, rytmik och musik. Dessa aktiviteter uppskattar barnen. (Informant F)

Informant A, B och F är alla överens om att läroplanen alltid finns i deras bakhuvud och att de arbetar utifrån denna både i planerade och spontana aktiviteter.

#### 4.6 Den planerade rörelsen

Planerad rörelse förekommer tre gånger i veckan på informant D, E och F:s förskola och hålls med en tredjedel av barngruppen. Det är ett rullande schema där barnen är indelade i åldershomogena grupper. Under tre veckor har den första gruppen rörelse, och de andra två har svenska och matematik. När tre veckor har passerat byter de aktiviteter. De har alltså rörelse tre veckor, av totalt nio. Informant A och B har planerad rörelse en gång i veckan, då går de äldsta barnen, alltså treåringarna iväg till en närliggande idrottshall medan de mindre barnen, ett - tvååringarna, har rörelse på förskolan. Även informant C har planerad rörelse en gång i veckan, då går hela gruppen iväg till en närliggande idrottshall. Innehållet i den planerade rörelsen är för samtliga informanter snarlik. Aktiviteterna handlar till största del om motorikträning, motorikbanor, kroppsuppfattningsövningar, dans, rytmik, rörelsesånger och bollekar.

#### 4.7 Pedagogens möjliga hinder med att införa rörelse i barnets vardag

Informanterna på 1-3 årsavdelningarna, A och B, menar att svårigheterna som finns med rörelse på deras avdelningar främst hör till att det är stor mognadsskillnad på de yngsta och de äldsta barnen. Alla barnen har kommit olika långt i sin utveckling och det är svårt att hitta en aktivitet som passar både en ettåring och en treåring. För att utmana samtliga barn på deras nivå behöver barnen delas in i smågrupper. Till detta behövs det dock mer personal, vilket för närvarande inte finns. De nämner också tidsbrist som en svårighet, då det på en småbarnsavdelning med många barn ofta händer många oförutsägbara saker som man måste

ta hänsyn till, till exempel blöjbyten, för att nämna ett. Även här menar informanterna att mer personal hade underlättat.

Men trots en del svårigheter så finns ju alltid den fria leken. Och i den fria leken rör de sig också, och den finns det tid för, varje dag. (Informant A)

Informant D och E pekar på förskolans brist på utrymme som största skäl till svårigheter att få in rörelsen i barnens vardag. Trånga lokaler, små rum och dålig planlösning gör att aktiviteter som främjar barnens rörelse och motorik begränsas. Informant B håller med om att utrymmet kan vara en svårighet, men att hon brukar lösa detta genom att tillfälligt möblera om på sin avdelning så att de aktiviteter som hon planerat får plats.

Brist på kunskap är något som informant E ser som ett hinder i vardagen. Hon menar att hon vet alldeles för lite om rörelse och rörelsens påverkan på barnen. Hon anser att det hade varit bra att få mer konkreta tips på aktiviteter och vad man kan göra, både spontant och planerat, för att främja motoriken och rörelseträningen. Att lära av varandra inom arbetslaget och fortbildningar är två sätt menar informant E. Hon berättar vidare att hon tror att pedagogernas grundsyn spelar stor roll vad gäller hur man arbetar med rörelsen på förskolan. Om man som pedagog själv brinner för ett aktivt liv och rörelse är en stor del av sitt eget privata liv, tror informant E att man ser till att rörelsen även blir en stor del i verksamheten där man arbetar. Informant E framhåller matematik och svenska som sina främsta intressen och medger att rörelsen inte ligger henne speciellt varmt om hjärtat och att hon kanske inte heller arbetar så mycket med det, utan låter sina kollegor ansvara för denna del. E menar vidare att en annan svårighet kan vara dåligt väder. Detta på grund av att man inte alltid kan genomföra det man tänkt utomhus, och både vuxna och barn föredrar att stanna inne.

Till skillnad från de andra informanterna menar F att det inte finns några svårigheter utan att det är personalens förhållningssätt och fantasi som begränsar hur mycket rörelse som förekommer på förskolan. F ger exempel på detta och berättar om när hon och barnen stod och väntade på en buss. Bussen dröjde och barnen blev otåliga. Istället för att bara stå och vänta drog hon igång en rörelsesång, där barnen fick sjunga och röra sig till. Barnen blev på bättre humör och fick samtidigt en möjlighet till rörelse.

## 5. Resultatredovisning, observationer

I detta avsnitt behandlas de olika observationer som gjordes på de tre olika förskolorna. Under observationerna studerades det hur informanterna använde sig av rörelse i verksamheten, både spontant och planerat. Deras ledarskap, vilka metoder de använde sig av och vilken roll rörelsen har i respektive verksamhet observerades. Då informanternas arbetsmiljöer såg väldigt olika ut, förskolorna emellan och då det speglar informanternas sätt och möjligheter att arbeta, är det relevant för studiens syfte att beskriva de olika förskolornas miljö och utformning. För att få en tydligare bild över hur miljön där informanterna arbetar och hur de arbetar utifrån detta, redovisas observationsresultaten var för sig, för att sedan i avslutande stycke analyseras utifrån studiens syfte och problemformuleringar.

### 5.1 Förskola 1

På förskola 1 arbetar informant A och B, på 1-3 årsavdelningarna. Det finns totalt tre avdelningar med 16-20 barn på varje avdelning. På förskola 1 är informant A ansvarig för den planerade rörelsen.

#### 5.1.1 Förskola 1's utformning av inomhus och utomhusmiljön

På förskola 1 är lokalerna ganska små, med det finns istället många små rum. De har en stor tambur med klädfack och bänkar där barnen själv kan klä på sig. Utomhusmiljön är stor och ger en inbjudande känsla. På baksidan av förskolan finns en gård med stor sandlåda, klätterställning, gungor, asfalterade bitar där barnen kan cykla, ett stort förråd med diverse leksaker och redskap som till exempel hopprep, cyklar, bollar, bandyklubbor, grävmaskiner och stora spadar. På bakgården finns även en stor kulle, träd att klättra i, en koja, några traktordäck, ett trädgårdsland och en stor gräsmatta. Intill huskanten finns en veranda där barnen äter vid fint väder och sover middag dagligen. På framsidan av förskolan finns en gård. Där hittar man fler gungor, en lekstuga, ett förråd med leksaker och cyklar, stora gräsytor och en fotbollsplan av gräs.

#### 5.1.2 En dag på förskola 1

Dagen börjar inomhus med fri lek, efter det är det dags för frukost och ytterligare lite fri lek, alternativt en planerad aktivitet. Under den fria leken är informant A och B alltid närvarande och engagerade i barnens lek. De är med och leker och uppmuntrar barnen till att ta för sig och aktivera sig. Under förmiddagen har informant A och B även samling och fruktstund.

Samlingarna är ledarstyrda och innehållet varierar från dag till dag, men innehåller oftast någon form av rörelse, till exempel en rörelsesång. Efter samlingen går informant A och B ut med samtliga barn. Utevistelsen handlar främst om fri lek, men både A och B är ständigt delaktiga i det som barnen tar för sig. De cirkulerar runt bland barnen, och spenderar lite tid med varje barn. Båda informanterna är mycket angelägna om att barnen har något att hitta på och sysselsätta sig med. Då de märker att något barn inte är med och leker eller inte hittar något att sysselsätta sig med åtgärdar de detta genom att till exempel starta en lek, där de som vill får vara med, eller hjälpa barnen att hitta någon att leka med. Utevistelsen har ibland ett bestämt syfte, och hela barngrupperna gör då något tillsammans, som informanterna har planerat. Efter lunch sover de minsta barnen middag och övriga barn har vila, som kan bestå av att en pedagog läser en saga, att de ligger ner och lyssnar på lugn musik, eller någon form av kompismassage. När detta är avklarat går de vanligtvis ut igen, och denna utevistelse går till största del till likadant som den under förmiddagen. För att variera sig byter de oftast sida, de är alltså på framsidan under en utevistelse och på baksidan under nästa. Efter mellanmål går de ut igen, om vädret tillåter detta.

Vissa dagar skiljer sig dock från andra, en dag i veckan promenerar två av avdelningarna iväg tillsammans till ett område en bit bort som både kan erbjuda kullar, skog och stora gräsytor. Där spenderar de hela förmiddagen, lunch, vila och går inte hemåt igen förrän bortåt eftermiddagen. Aktiviteterna under denna dag består av fri lek i den varierande miljön, planerade aktiviteter där barnen är indelade i åldershomogena grupper samt planerade lekar och aktiviteter i helgrupper.

Vissa förmiddagar promenerar avdelningarna också iväg, men då till en närliggande skog, där barnen får leka fritt. Även där varvas tiden med fri lek och planerade aktiviteter. En dag i veckan går treåringarna iväg till en idrottshall och har idrott där. Detta är en ledarstyrd aktivitet, som informant A ansvarar för. De mindre barnen är då kvar på förskolan och har rörelse med informant B och övrig personal.

## 5.2 Förskola 2

Informant C arbetar på förskola 2, där hon tillsammans med en barnskötare har hand om 4-5 årsgruppen. Gruppen består utav 16 barn. Förskola 2 har totalt tre avdelningar. Informant C ansvarar för den planerade rörelsen för sin barngrupp.

### 5.2.1 Förskola 2's utformning av inomhus och utomhusmiljön

Förskola 2 är belagt i ett hyreshus på första våningen. Avdelningen har många små rum och ett större rum, som också fungerar som mat- och samlingsrum. De andra rummen är uppdelade till olika aktiviteter, ett pyssel- och bilrum, ett dockrum och ett byggrum. I byggrummet får barnen bygga med olika klossar, bygga kojor och klättra fritt på diverse redskap i rummet. Utomhus miljön består av två gårdar, en mindre på framsidan av huset som är förskolans privata. Där finns träd och buskar att klättra i, gungor, sandlåda och rutschkana. På baksidan av huset finns lägenheternas innergård, som också förskolan nyttjar flitigt. Där finns kullar, asfalterade vägar som barnen kan cykla på, stenar att klättra på och stora öppna ytor.

### 5.2.2 En dag på förskola 2

Dagen på förskola 2 börjar med fri lek, följt av frukost. Efter frukost får barnen ytterligare lite mer tid att välja egna aktiviteter för att sedan ha samling och fruktstund. Samlingarna är oftast ganska korta och brukar innehålla någon form av lek eller av pedagogerna förvalt samtalsämne. Efter samlingen går barnen antingen ut och har fri lek, stannar inne eller så går de tillsammans ut på en promenad. Under den fria leken inomhus är informant C inte delaktig i barnens lek. Hon sysselsätter sig då istället med att förbereda andra saker, sitta vid datorn eller samtala med sin kollega. Innan lunch samlas de igen och har ännu en, lite kortare, samling som oftast innehåller någon form av rörelselek eller annan lek. Efter lunch har de vila, då de oftast läser en saga och sedan är det upp till barnen själv att välja vad de vill göra. De flesta väljer då att på egen hand gå ut på den lilla gården, medan några stannar inne. Informant C är angelägen om att samtliga barn någon gång under dagen vistas utomhus, men låter barnen själva välja när det passar dem. Under den fria utevistelsen klarar barnen sig till största del själv. Informant C cirkulerar mest runt och finns till hands om något av barnen skulle behöva henne.

Somliga dagar har informant C och hennes barngrupp ute dagar. Då spenderar de hela förmiddagen utomhus och ger sig i väg på diverse utflykter. Dessa utflykter kan bland annat innefatta långpromenader, en förmiddag i skogen eller en lekplatsrunda. På lekplatsrundan gör gruppen en rundvandring i bostadsområdet och besöker samtliga innergårdar som har lekplatser. De spenderar cirka 20 minuter på varje lekplats, och ibland får barnen leka fritt på



lekplatserna och ibland leker de "Följa John" genom lekplatsens alla olika moment. En dag i veckan har informant C planerat rörelse i en idrottshall i närheten. Denna varar i en timme och är styrd av informant C.

### 5.3 Förskola 3

Förskola 3 är informant D, E och F:s arbetsplats. De arbetar alla på samma avdelning med barn i åldern 3-5 år. På avdelningen finns 28 barn. Informanterna har vars ett ansvarsområde och håller alltid i samma samling som behandlar antingen rörelse, språk och svenska eller matematik. Informant D har ansvar för rörelsen, informant E för språk och svenska och informant F för matematiken.

#### 5.3.1 Förskola 3's utformning av inomhus och utomhusmiljön

Lokalerna på avdelningen består av en hall, ett samlingsrum och ett rum avsedd mestadels för måltider. Tillsammans med den andra avdelningen på förskolan har de ett gemensamt skapanderum och en lekhall. Lekhallen är rymlig och det finns stor yta att leka på. I ett intilliggande rum, som de kallar leksaksrummet, finns alla leksaker i backar såsom bilar, dockor, byggklossar, lego, barbie med mera. Inne på avdelningarna finns således inte några leksaker utan om barnen vill leka med något speciellt får de hämta det i leksaksrummet.

Förskolans gård består av två olika miljöer, framsidan och baksidan. På framsidan, som till största del är asfalterad och har platt mark, står en stor klätterställning med rutschkana. Gungor, sandlåda, klätterträd och ett litet lekhus finns till barnens förfogande. Cyklar finns i cykelförrådet och sandsaker, bollar och hopprep finns i förvaringslådan. På baksidan som är täckt av gräs finns en liten mindre klätterställning, fler gungor, ett bollplank, en kulle och en gammal eka som barnen kan leka med.

#### 5.3.2 En dag på förskola 3

På morgonen samlas samtliga pedagoger och barn i lekhallen för fri lek. Informanterna passar då på att planera framtida aktiviteter eller sitter vid datorn. Den fria leken håller på tills det är frukost. Efter frukost är den första planerade aktiviteten och då håller de gemensam morgonsamling för samtliga barn på avdelningen. De räknar, sjunger och övar finmotoriken med olika fingerramsor. Efter avdelningens gemensamma samling delas barnen in i de tre

åldershomogena grupperna och beroende på om de tillhör den grupp som ska ha svenska, matematik eller rörelse, beger de sig till olika rum på förskolan.

Under samlingarna arbetar samtliga av informanterna D, E och F med rörelse. Informant D som har ansvaret för rörelse-samlingarna arbetar mycket med motorik och kroppsuppfattning. Specifika övningar och redskapsbanor som främjar motoriken är återkommande i dessa samlingar. För informant E och F används rörelse för att underlätta och stimulera lärande.. Ett exempel är när informant F arbetar med den geometriska formen triangel. Alla barnen får då forma egna tringlar med sina kroppar och man sjunger och gör rörelser till sången.

Informanter och barn på förskola 3 vistas ute vid något tillfälle under dagen. Under förmiddagen går de vanligtvis ut efter samlingen och fruktstunden. Undantag blir dock några förmiddagar då det ösregnar ute. Då väljer pedagogerna istället att stanna inne och ha fri lek. De dagar då de inte är ute på förmiddagen går de istället ut efter lunch och vila. Vanligtvis består vilan av en sagostund, men kan också bestå av kompismassage. Något som skiljer femåringarna från övriga barn är att de alltid skall gå ut efter vilan. De har då tillåtelse att gå ut på egen hand.

Barnens fria lek får stor plats när de vistas ute. De vuxna fungerar mest som observatörer som ingriper om någon vill ha hjälp med något eller om något annat händer som kräver vuxenstöd. Ingen av informanterna uppmuntrade barnen till lek eller att röra på sig genom att själv dra igång och delta i en aktivitet. Vid några tillfällen ser man dock informant E visa intresse genom att gå runt till de olika barnen och samtala med dem om vad de gör. Annars står informanterna väldigt mycket stilla och samtalar med varandra.

Cykelförrådet låses ibland upp direkt men ofta är det barnen som kommer och frågar informanterna om de kan öppna. Förvaringslådan med hopprep, bollar, sandsaker med mera öppnas direkt men om barnen endast skall vara ute i 20 minuter anser inte informanterna ”att det är lönt” att öppna lådan. De menar att de inte hinner mer än att öppna den förrän det är dags att börja städa undan där ute igen.

Även inomhus får den fria leken mycket plats. När ljudvolymen enligt informanterna blir för hög brukar dock den fria leken avbrytas och barnen får sätta sig ner kring ett bord och välja en aktivitet de vill arbeta med. Det kan vara pyssel i olika former som till exempel pärlplattor,

vävar, brodering. Även pussel, spel och att rita kan barnen få välja emellan. Då sätts en sorts klocka som tickar ner ett antal prickar som symboliserar antalet minuter de har kvar att pyssla, spela spel, teckna eller vad de nu valt för aktivitet.

Då vissa av lådorna med leksaker i leksaksrummet befinner sig för högt upp för att barnen skall nå dem, är där för det mesta alltid någon vuxen till hands i rummet när den fria leken drar igång eller det är dags för städning. Informanterna tillför då barnen de föremål barnen vill ha.

Vid av- och påklädnings situationer är samtliga informanter noga med att barnen ska öva att klä på sig själv. De är envisa och fast att barnen säger att de inte kan, får de ändå prova. Om de inte kan ta på sig till exempel jackan, får de istället ta på sig mössan själv. Samtliga informanter finns tillgängliga i kapprummet och uppmuntrar barnen samt ger sitt stöd till dem som behöver det. Det tar ofta lite tid att bli färdig men informanterna låter sig inte bli stressade utan det får ta den tid som behövs.

#### 5.4 Observationsanalys

En skillnad informanterna emellan är deras sätt att uppträda under utevistelsen. Informant A och B är väldigt måna om att vara delaktiga i det barnen gör, och är gärna själv med och leker med barnen, alternativt starta upp en aktivitet åt barnen. Informant C, D, E och F däremot låter barnen leka på egen hand och finns mer till som stöd om någon behöver vuxenhjälp. Ingen av informanterna C, D, E och F uppmuntrade barnen att röra på sig genom att själv vara aktiva och delta i leken under utevistelsen. Istället ses dessa samtliga informanter samtalandes med andra. Under informant C: s planerade rundvandringar till olika lekplatser tar hon dock mer initiativ och kan till exempel leka följa John med barnen och aktiverar samt uppmuntrar då på så sätt dem till att utforska lekplatsen och prova på de olika moment som finns där.

Informant C:s barn får gå ut när de vill under den fria leken, bara de går ut någon gång under dagen. Hon uppmuntrar barnen att själv ta initiativ till att gå ut och röra på sig när de behöver detta, medan informant A och B har bestämda tider för när de ska gå ut. När dessa tider infaller, gäller det även samtliga barn, på en och samma gång. De är inte beroende av vädret utan har obligatorisk utevistelse minst två gånger om dagen. På informant D, E och F:s förskola däremot tar man ofta hänsyn till väder och vind, och stannar inne om det är för dåligt

väder. De försöker dock ändå att gå ut någon gång under dagen, antingen förmiddag eller eftermiddag. Efter lunch är det dock obligatoriskt för femåringarna.

Gemensamt för samtliga informanter är att de alla under någon samling oftast använder någon form av rörelse, ibland innefattande finmotorik, ibland grovmotorik och ibland kroppsuppfattning. Gemensamt för samtliga informanter är också att de alltid har någon form av vila under dagen, då barnen får möjlighet att varva ner och ha en lugn stund.

Barnen på informant A, B och C:s avdelningar har alltid planerad rörelse en timme, en gång i veckan. På informant D, E och F:s avdelningar har barnen däremot rörelse tre gånger per vecka, under de tre veckor som de är i rörelsegruppen. Under resterande sex veckor har de dock ingen planerad rörelse, utan rörelsen de utövar då, innefattar den rörelse som används för att främja lärande i matematik och svenska, medan den i rörelsegruppen främst är till för att främja motoriken.

Det som skiljer informant A och B från övriga informanter är att de under den fria leken inomhus alltid spenderar sin tid i barngruppen, där de är med och leker, samtalar med barnen eller utför någon form av aktivitet tillsammans med barnen. Informant C, D, E och F däremot låter barnen underhålla sig på egen hand medan de till exempel utför planeringar av olika slag. Att de spenderar tid framför datorn är inte heller ovanligt förekommande. Hos informant A och B ses detta som något man ska göra under den tid som man har avsatt för planering, alltså barnfri tid, och förekommer därför aldrig i verksamheten.

## 6. Diskussion

Utifrån intervjuerna i studien framkom ett mönster i pedagogernas synsätt på hur man använder olika miljöer för att stimulera barns motorik och rörelse. Utomhusmiljön menar de flesta av pedagogerna är speciellt gynnsam för att stimulera barnens rörelseutveckling. De menar att utomhusmiljön lämpar sig bättre till att stimulera barnens motorik och rörelse än inomhusmiljön. Grindberg och Langlo Jagtöien (2000), Ellneby (2007) samt Niss och Söderström (2006) framhåller även de utomhusmiljöns fördelar vad det gäller motorisk träning och att utföra rörelse. Utomhusmiljön inbjuder barnen att springa, klättra, hoppa, kasta sig, dels genom utplacerade anordningar men också genom vad naturen har att erbjuda. Detta är de flesta av pedagogerna medvetna om och arbetar aktivt för att ha en så inbjudande utomhusmiljö som möjligt. Niss och Söderström menar att förskolans utegård ofta underskattas men har mycket att erbjuda, om pedagogen bara vet hur hon ska använda sig av den. I observationerna framgår denna problematik hos informant C. Hon använder sig av en aktivitet kallad lekplatsrundan. Då går hela barngruppen på rundvandring i bostadsområdet och besöker de andra lekplatserna. Då har informant C en planerad målsättning med detta och leder barnen genom diverse aktiviteter som tränar barnens motorik. På informant C:s egen utegård som är en liknande lekplats som de som de besöker, finns det dock inga sådana här planerade aktiviteter. Informant C har då istället en passiv roll och låter barnen leka helt på egen hand. Under arbetets gång har vi kommit till att fundera över vad det beror på att informant C har en passiv roll på sin egen gård, men är aktiv och deltagande när gruppen går iväg? Enligt vår mening är det positivt att informant C leder barnen igenom den nya miljön, då hon får med sig samtliga barn, även de som inte vågar prova på egen hand. Samtidigt har våra tankar väckts om att det kanske hade varit en fördel att låta barnen få utforska de nya lekplatserna på egen hand, och istället lägga fokus på att vara engagerad och delaktig under utomhusvistelsen på den egna gården som barnen känner till. Pedagogen kan där utmana barnen motoriskt i en miljö som de är bekanta med. Vi menar också att den egna gården lätt kan tråka ut barnen, vilket leder till att de inte är aktiva. Men om pedagogen då har en planerad verksamhet här så blir barnen engagerade och ser förhoppningsvis nya möjligheter i den vardagliga utomhusmiljön. En annan tanke som har väckts är om informant C helt enkelt inte ser möjligheterna på sin egen gård, och inte finner ork eller engagemang till att göra något intressant där.

Informant A och B berättar i intervjuerna att de har fått vara med att utforma utemiljön, för att få den anpassad till deras arbete och mål med verksamheten. Frågan vi ställer oss är om en inbjudande utomhusmiljö är tillräcklig för att tillgodose barnens rörelsebehov? Vad händer med de barn som inte själv aktiverar sig under den fria leken och kan pedagogen endast förlita sig på att en givande miljö lockar barnen till att röra på sig, eller vad är hennes ansvar under utomhusvistelsen? Granberg (2000) framhåller att pedagogiken måste följa med ut och att aktiviteterna utomhus måste i likhet med aktiviteterna inomhus vara planerade och ha ett visst syfte. Informant A och B visar både under observationerna och intervjuerna att de arbetar aktivt för att vara delaktiga i barnens lek och rörelse. De framhåller båda två det som oerhört viktigt att stötta och locka de mindre aktiva barnen i deras rörelse. Informant C, D, E och F visar under observationerna en tendens att till största del sysselsätta sig med annat under tiden barnen har fri lek utomhus. Det kan till exempel vara att samtala med kollegorna eller att stanna inne framför datorn. Under intervjuerna berättar de dock om en annan vision när det handlar om utomhusverksamheten, och deras roll i denna aktivitet. Samtliga informanter är under intervjuerna eniga om att det är viktigt att som pedagog vara delaktig i det barnen tar för sig och att utomhusmiljön har många möjligheter till att främja barnens rörelse. Men då informant D och E ser bristen på utrymme som en svårighet i att införa rörelse i verksamheten, är det svårt att förstå varför inte de engagerar sig mer i barnens utelek och ser denna som en möjlighet till att införa den rörelseverksamhet som de inte har utrymme för någon annanstans. Samtidigt som vi anser att det som pedagog är viktigt att engagera sig och vara delaktig i barnens lek, så måste även barnen få egen tid där de själv får utforska, och utmana sig själv och sitt rörelsebehov. Pedagogen måste alltså hitta en balans mellan att vara delaktig och att endast observera barnen i deras utveckling.

Inomhusmiljön däremot, är utformad för lugna eller planerade aktiviteter. Under observationerna på förskola 1 synliggörs att pedagogerna vid flera tillfällen förklarar för barnen att de får springa av sig när de kommer ut. Inomhus ska det vara lugnt. Inte heller någon av den litteratur som bearbetats till studien, framhäver inomhusmiljön som någon stimulerande miljö för barnets rörelseutveckling. Vi finner det dock märkligt att pedagogerna i studien inte använder sig mer av inomhusmiljön och arbetar fram en miljö som också inomhus främjar barnens rörelseutveckling på samma sätt som utomhusmiljön gör. Vår mening är att man som pedagog ska kunna arbeta med rörelse både inomhus och utomhus, och att denna skillnad miljöerna emellan inte ska vara ett hinder för pedagogerna och det som de vill uppnå. Medvetenheten om att dessa två miljöer inte går att utforma på samma sätt

finns, men att man som pedagog då måste arbeta fram en miljö där barnens rörelseutveckling får större spelrum, även inomhus. Informant F menar dock att rörelsen inte har någon begränsning. Den kan lika gärna ske utomhus som inomhus och det är endast pedagogens förhållningssätt som begränsar arbetet med rörelsen. Vi menar vidare att pedagogens inställning till rörelse och möjligheter till att utveckla denna är beroende av vad man tidigare erfarit, vilken utbildning, kunskap, livsstil och erfarenhet av rörelse man har. Alla är avgörande faktorer som i slutändan bildar ens egna pedagogiska grundsyn och förhållningssätt. Även Nordlund, Rolander och Larsson (1989) pekar på kultur, uppväxtvillkor, levnadsförhållanden och omgivande kulturmiljö som faktorer som är beroende av vad vi har för förhållande till rörelse och idrott, vilket undersökningens resultat stödjer. Informant D berättar i intervjun att hennes intresse för rörelse och utomhusvistelse grundas i att hon själv är uppväxt på landet och har spenderat mycket tid i skog och natur. Hon menar vidare att detta är anledningen till att hon nu arrangerar verksamhet ute i naturen och klargör också i intervjun att hon aldrig hade velat arbeta i en förskola i storstaden, där inte denna miljö är tillgänglig. Vilket styrker de tankar som Nordlund m.fl. har om vilka faktorer som påverkar pedagogens egna förhållningssätt till rörelse och idrott.

Grindberg och Langlo Jagtöien (2000) poängterar vikten av att pedagogerna som arbetar i förskolan har goda förkunskaper om allmän grundträning, fysisk och motorisk utveckling och att detta hör ihop med pedagogens grundsyn. När det kommer till pedagogernas kunskaper finner både informant E och F svårigheter med detta. Informant E menar att hon har bristande kunskaper inom ämnet rörelse och att detta då leder till att hon lämnar över dessa aktiviteter till en kollega med mer kunskap. Informant F håller med om att kunskap är betydelsefullt i arbetet med rörelse, men anser att det är upp till pedagogen att hålla sig uppdaterad med ny forskning, nya rön och eventuellt fortbildningar. Informant A och B påpekade i intervjuerna att en av svårigheterna för dem med att få in rörelse i verksamheten är tidsbrist, när ska pedagogerna då ta den tid till denna kompetensutveckling som de behöver, utan att det i negativ form påverkar barnen och förskolans verksamhet? Det torde vara av central betydelse för att en rörelsecentrerad verksamhet på förskolan att pedagogerna är uppdaterade gällande ny forskning och fortbildningar, detta för att kunna utveckla både verksamheten och sin egen kompetens så att det i slutändan gynnar barnen och deras utveckling. Under observationerna uppmärksammades det att problematiken i detta ligger i tidsbristen, precis som pedagogerna nämner i intervjuerna. Den enda rätta lösningen på detta enligt oss, är att pedagogerna bör få

mer barnfri tid, det vill säga tid utanför barngruppen, utöver sin planering, där de har möjlighet till att utveckla sin kompetens.

Förskola 3 arbetar med gruppindelningar, där de tre olika grupperna arbetar med rörelse, språk, och matematik var för sig. Detta menar vi liknar den äldre forskning som Nordlund m.fl. (1989) nämner. I denna forskning menar man att det finns två intelligenscentra, det lingvistiska och det logiska. I senare forskning menar Gardner (1994) att det finns minst sju olika intelligenscentra att ta hänsyn till. När man arbetar med gruppindelningar där arbetet är tydligt indelat i rörelse, språkligt och matematiskt, var för sig, menar vi att man är kvar i den äldre forskningen. En fråga som väckts under undersökningens gång är vad förskolans syfte med detta arbetssätt är. Utifrån den litteratur som behandlats och utifrån de undersökningar som gjorts har uppfattningen bildats att det i detta fall handlar om pedagogernas olika kompetenser. De olika pedagogerna har olika intressen och kunskapsområden, vilket har lett till att de blivit ansvariga för vars ett ämnesområde. Dessa uppfattningar baserar vi på den information som uppkom vid observationer och intervjuer. De fördelar vi ser är att det som görs under dessa gruppindelningar leds av en pedagog som har kompetens och intresse inom området, vilket i sin tur kan leda till att lärandet blir meningsfullt, lustfyllt och har en tydlig målsättning. Utifrån studiens resultat har det framkommit att så hade det kanske inte blivit med en pedagog som saknar intresse och kompetens inom området. Under den treveckorsperiod som barnen har just rörelse, arbetar pedagogerna aktivt för att främja denna. Men under de resterande sex veckorna av nioveckorsperioden uteblir i stort sett all planerad rörelse som har en specifik målsättning, det ser vi som en nackdel. Det vi däremot kan se är att de inom grupperna arbetar på olika sätt med det specifika ämnesområdet. Till exempel matematiken kan innefatta både dans och rörelse, men fokus ligger på matematiken och dans/rörelse är endast ett redskap för att uppnå de matematiska målen, vilket vi tolkar som att pedagogerna är medvetna om att barn lär sig på olika sätt. Genom att ha en sådan varierad verksamhet använder de sig av ett arbetssätt som kan liknas vid Holmqvists (2006) forskning om variationsteorin, där hon menar att barn lär sig på olika sätt. Genom att presentera lärande objektet på olika sätt, har man som pedagog större möjlighet att uppnå lärande hos ett flertal barn. En varierade undervisning framhåller även Lpfö98 samt Raustorp (2000) som poängterar pedagogens skicklighet som avgörande när det kommer till ha en varierad rörelseverksamhet, så att den tillgodoser samtliga barns rörelsebehov. Brodin och Lindstrand (2004) talar om begreppet ”En skola för alla” som innebär att varje barn ska få det stöd som det är i behov av och lika möjligheter menat utifrån var och ens förutsättningar, vilket även



Barnkonventionen och Lpfö98 stödjer. För att få en varierad rörelseverksamhet som tillgodoser samtliga barns behov är det enligt vår mening viktigt att planera. Genom att utföra planering inför den schemalagda rörelsen har pedagogen alltid en översikt över vad hon tidigare genomfört och vad hennes målsättning är med aktiviteten. Pedagogen kan också återvända till äldre planeringar för att utvärdera sitt arbete och få en överblick på sitt arbetssätt som helhet, och inte missar viktiga delar som bör finnas med i den planerade verksamheten. Detta överensstämmer inte med Wenngren och Plananders (1995) tankesätt om att det är barnen själv som ska ta initiativ till rörelse. Detta ökar motivationen hos barnen och gör att barnen själv söker sig till de utmaningar som de är mogna för. Wenngren och Planander menar att det är i improvisationen som pedagogens skicklighet synliggörs och att planeringar endast är till för att skapa kontroll och trygghet hos pedagogen, och något som hon sedan kan visa som ett kvitto på att hon utfört det hon ska. Vi menar dock att planeringen är till för pedagogen själv, för sin egen skull, för barnens och deras utveckling och för verksamhetens skull.

Informanterna är överens om att rörelse är en viktig del i barnens vardag och att pedagogens roll under rörelsen är av stor vikt. Pedagogens största ansvar handlar om att motivera, engagera och stötta barnen i deras rörelseutveckling. Rörelseutveckling är en förutsättning för att barnen ska få en motoriskt säker kropp. Att ha en motoriskt säker kropp menar Grindberg och Langlo Jagtöien (2000), British Heart Foundation (2000) samt Niss och Söderström (2006) vara en förutsättning för att barnen ska klara av att delta i olika lekar och i samspel med andra. Att ha en motoriskt säker kropp gör att barnen kan vara delaktiga i de olika lekarna, känna trygghet i sig själv och på så sätt fungera i samspel med andra, vilket är en förutsättning för att kunna medverka i leken. Ett barn som däremot har en motoriskt osäker kropp blir ofta utestängd från leken, då de inte klara av de olika moment som leken kräver. Under intervjuerna var det ingen informant som framhöll att leken är beroende av rörelsen eller motoriken, alltså att en viss rörelseutveckling eller motoriskutveckling är nödvändig för att barnen ska kunna medverka i leken. Informanterna är dock alla överens om att rörelsen uppstår i leken och att leken på så sätt är viktig för barnens rörelse. Grindberg och Langlo Jagtöien och Niss och Söderström menar att det är vice versa, alltså att det krävs en viss motorisk rörelseutveckling för att leken ska kunna uppstå. Informanterna är medvetna om lekens betydelse för rörelsen, men är de medvetna om rörelsens betydelse för leken? Nordlund m.fl. (1989) och Eriksson (2005) ser leken som ett givande tillfälle att träna barnens rörelse på. Eriksson menar också att de barn som har dålig självkänsla är de barn som leker

och rör sig minst, vilket leder till att bristen på rörelse blir en ond cirkel. Genom att barnen inte känner sig trygga med rörelse gör att de heller inte utövar någon rörelse, detta leder i sin tur till att de inte tränar sin rörelseutveckling och aldrig riktigt kommer ifatt sina kompisar. De räknas då till den grupp barn som Grindberg och Langlo Jagtöien och Niss och Söderström benämner som motoriskt osäkra. Risken blir då också stor att dessa barn stängs ute från leken och inte får ta del av det samspel som leken erbjuder. Vi menar att en lösning på detta kan vara att pedagogen utnyttjar tiden under den fria leken till att hjälpa de motoriskt osäkra barnen att utveckla sin rörelse. Genom att utföra detta arbete under den fria leken blir inga barn utpekade, och kan genom pedagogens stöd tränas utan att barnet själv är medveten om det. Det blir alltså en naturlig aktivitet, där barnet inte behöver känna någon press. Ellneby (2007) ser också dessa möjligheter med den fria leken, och poängterar att om ett barn inte vill eller kan utföra de aktiviteter som behövs för rörelseutvecklingen så är det pedagogens ansvar att motivera barnet så att det kan genomföra denna träning och på så sätt utvecklas motoriskt och rörelsemässigt.

Samtliga informanter är överens om att motivation är avgörande i arbetet med rörelse. Nordlund m.fl. (1989) pekar också på detta och menar att det i förskolan är pedagogens uppgift att skapa ett arbetssätt där man får in rörelsen, samt att de ska arbeta för att barnen ska utveckla ett positivt förhållningssätt till rörelse och motion. Nordlund m.fl. belyser vidare problematiken med stillasittande barn och framhåller att när det handlar om barnens val mellan att vara aktiva eller sitta still vid till exempel tv:n eller datorn, så ligger inte fokus på om barnen kan röra på sig eller inte, utan det är ett val som barnen gör, grundat på deras sociala och kulturella uppväxtmiljö och vad de brukar göra, vilket även Raustorp (2006) framhåller. Under observationerna synliggjordes det att det var endast informant A och B som var delaktiga i barnens rörelse under den fria utomhusvistelsen, trots att både informant A, B, C, D och E var överens om att denna stund på dagen var det mest givande tillfället för rörelse. Om det då är så som informanterna menar, att det krävs motivation för att få barnen att välja rörelse, hur menar de att de ska kunna motivera barnen när de inte är delaktiga i rörelsen, eller ens närvarande vid den fria leken utomhus, som informanterna också menar är det mest givande tillfället för rörelse. Studiens resultat visar att informanterna har en klar bild över hur de vill arbeta med rörelse i verksamheten, men att själva genomförandet brister hos en del av informanterna. Genom att till exempel utföra planering eller sitta vid datorn istället för att engagera sig i barnen och ta vara på möjligheten att främja barnens rörelse, ger informanterna en bild av att rörelsen och deras delaktighet i denna inte är av särskilt stor vikt. Detta trots att

de alla framhållit detta tidigare och samtliga författare i denna studie är eniga om detta faktum.

Rörelse i förskolan är som tidigare nämnt viktigt av många anledningar. Dels för barnens fysiska hälsa, motoriska utveckling, för samspelet barnen emellan, för deras utvecklings skull, för att fungera i grupp och för att finna trygghet i sig själv. Danielsson m.fl. (2001) har funnit ett starkt samband mellan motorisk träning och hjärnans utveckling, desto mer sensomotoriska utmaningar hjärnan utsätts för, desto mer utvecklad blir den i vuxen ålder. Danielsson m.fl. menar att barnens motoriska utveckling blir av stor betydelse för barnens inlärningsförmåga. Detta menar vi att pedagogerna borde ta åt sig av eftersom pedagogens arbete handlar om att barnen ska uppnå lärande och utveckling. Wenngren och Planander (1995) framhåller även rörelsen som viktig av andra anledningar. De menar att barn med koncentrationssvårigheter, har ett utåtagerande beteende eller är osäkra ofta kan utveckla ett destruktivt beteende. Dessa barn benämns ofta som barn med speciella behov. Men att detta lika gärna kan bero på att barnen inte får sitt naturliga rörelsebehov tillfredställt. Genom att få sitt rörelsebehov tillfredställt upplever barnen både rörelseglädje, ett inre lugn samt en större säkerhet och en större tro på sig själv och den egna förmågan. För att uppnå detta pekar Ellneby (1999) också på stimulansens betydelse för att barnen ska må bra och utvecklas. Barn som blir understimulerade visar ofta tecken på stress, känner oro, tappar lusten till att leka och ta egna initiativ. Denna tanke om att barn med speciella behov eller barn som är understimulerade skulle kunna hjälpas med rörelse var inget som framkom under observationer eller intervjuer. Att rörelsen är viktig för barnens självkänsla och humör visar också Surgeon Generals Report (1996), som funnit tydliga samband mellan psykisk hälsa och rörelse. Rörelsen har enligt denna forskning en antidepressiv effekt och frigör hormoner i kroppen som ökar känslan av välbefinnande. Kanske är det så att detta välbefinnande tillsammans med att få sitt rörelsebehov tillfredsställt leder till lugna barn med bättre humör och en positiv självkänsla. Även British Heart Foundation (2000) har fastställt att barn som rör sig blir positiva, glada och har lättare för att koncentrera sig. Informant B och C lyfter detta men pekar även på rörelsens betydelse för att barnen ska kunna finna lugn och ro och koppla av. Även informant A, E och F har noterat att när koncentrationen brister hos barnen, är de oftast i behov av att röra på sig.

## 6.1 Slutsats

Vi vill påpeka att då det endast är sex pedagoger på tre olika förskolor som undersökts ger inte detta en omfattande bild av hur pedagogernas arbete med rörelse generellt ser ut. Tidsbristen har begränsat arbetet och det kan dock inte uteslutas att en bättre och mer generell bild av pedagogernas arbete med rörelse i förskolan hade kunnat framträda om fler pedagoger observerats och intervjuats. Vid mer tid hade vår förhoppning varit att göra en mer djupgående undersökning. Den slutsats vi ändå kunnat dra av studien trots dessa begränsningar är att samtliga informanter har en väldigt tydlig vision om hur de vill arbeta för att främja barnens rörelse. De har även en väldigt tydlig bild av hur betydelsefull rörelsen är för barnen och att deras roll som pedagoger är avgörande i hur arbetet med rörelse utformas. Det som dock skiljer pedagogerna åt är att de verkställer dessa visioner i olika hög grad. En del pedagoger arbetar ihållande för att verkställa det synsätt och de målsättningar som de och Lpfö98 har angående barnens rörelse. Andra pedagoger verkar ha svårare för att i verksamheten realisera denna vision om hur arbetet med rörelse ska verkliggöras.

## 6.2 Metoddiskussion

I studien användes personlig intervju samt deltagande observation som metod för att undersöka studiens syfte och problemformuleringar. Kombinationen av dessa två metoder valdes då det enligt Denscombe (2000) stärker trovärdigheten och ger ett så sanningsenligt resultat som möjligt. Under den personliga intervjun synliggjordes djupgående information om pedagogens förhållningssätt som inte kan synliggöras under en observation. Denna djupgående information kan till exempel vara vilket syfte pedagogen har med sitt arbete kring rörelse eller hur hon förhåller sig till Lpfö98. Genom att informanterna i förväg visste vilket område som skulle undersökas och vad syftet med intervjun var, var de alla insatta i ämnet och kunde ge klara svar på hur de förhöll sig till de olika frågorna som ställdes. I de fall där svaren blev otydliga eller inte tillräckligt djupgående, ställdes följdfrågor, med syfte att få ett så utförligt svar som möjligt.

Under observationerna synliggjordes pedagogernas arbete i praktiken och hur de handlar i förhållande till vad de säger. Genom att observera pedagogerna i deras arbete med rörelse, innan intervjuerna, var inte pedagogerna medvetna om vad som observerades, vilket ger ett mer sanningsenligt resultat (Denscombe 2000). Detta kan dock ses som ett etniskt dilemma då det inte går att få något samtycke från dem som observeras, då de inte är medvetna om att observationen äger rum. Dessa tankar övervägdes innan observationerna, men vi som forskare

tog sedan beslutet att genomföra deltagande observationer då vi anser att pedagogens arbete får en så rättvis bild som möjligt på detta sätt. Pedagogerna gav sedan i efterhand sitt samtycke till att observationerna fick användas i studien. En nackdel som vi ser med de pedagoger som valts ut till studiens observationer, är att vi under några veckor redan har arbetat tillsammans med dessa pedagoger och därför alltså redan har en förutfattad bild av vad varje pedagog står för, vem hon är och hur hon arbetar. Omedvetet kan detta leda till förutfattade meningar och vår neutralitet som observatörer skulle kunna ifrågasättas. Men då vi under hela processen varit medvetna om detta, har vi ständigt arbetat med att hålla en professionell roll som observatörer.

## 7. Sammanfattning

Syftet med studien var att undersöka vilken målsättning pedagogerna anser sig ha med den planerade samt spontana rörelsen i förskolan, och hur de arbetar för att uppfylla de strävande mål som Lpfö98 har angående rörelse i förskolan. Problempreciseringarna som ställdes var vilket syfte pedagogerna har med rörelse i förskolan, vilka svårigheter respektive möjligheter det finns med att få rörelse i vardagen samt vilka metoder de arbetar med.

Att röra sig är av stor betydelse för barnets totala utveckling och det finns ett tydligt samband mellan rörelseglädje och självkänsla. Barn som rör sig mycket blir tryggare i sig själv och får en ökad självkänsla. Pedagogens roll blir att stötta varje barn under rörelsen genom till exempel positiv förstärkning. Sambandet mellan motorisk rörelse och lärande bör också tas i beaktning av pedagogerna, då motoriken är väsentlig för barnets fortsatta lärande. Forskning visar också att pedagogens val när det handlar om lek, utomhusmiljö och kultur påverkar barnen i arbetet med rörelse, och alltså något som pedagogerna måste vara medveten om när hon gör olika val i arbetet och i sin planering med rörelse.

För denna studie intervjuades och observerades sex olika pedagoger på tre olika förskolor i Skåne. Pedagogerna som valdes till studien var både barnskötare och förskollärare med olika lång erfarenhet. De arbetar också i olika åldersgrupper, från 1-3 årsavdelningar till 3-5 årsavdelningar. Det som framkom under intervjuerna var att alla var överens om att de som pedagoger har en väldigt viktig roll i arbetet med rörelse, och att rörelsen är av stor betydelse i barnens vardag. Under observationerna synliggjordes det dock att arbetet med detta var väldigt individuellt från pedagog till pedagog och att pedagogernas delaktighet i den spontana samt planerade rörelsen varierade.

## Referenser

Brodin, Jane & Lindstrand, Peg (2004) *Perspektiv på en skola för alla*. Lund : Studentlitteratur.

Danielsson, Agneta; Auoja, Kerstin, Sandberg, Margareta & Jonsson, Boel (2001) *Rörelseglada barn*. Stockholm : Gothia AB.

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

Ellneby, Ylva (1999) *Om barn och stress*. Falköping : Natur och kultur.

Ellneby, Ylva (2007) *Barns rätt att utvecklas*. Stockholm : Natur och kultur.

Ericsson, Ingegerd (2005) *Rör dig lär dig – motorik och inläring*. Malmö : SISU idrottsböcker.

Gardner, Howard (1994) *De sju intelligenserna*. Jönköping : Brain Books AB.

Granberg, Ann (2000) *Småbarns utevistelse*. Stockholm : Liber AB.

Grindberg, Tora & Langlo Jagtöien, Greta (2000) *Barn i rörelse*. Lund : Studentlitteratur.

Holmqvist, Mona. (red.). (2006) *Lärande i skolan. Learning study som skolutvecklingsmodell*. Lund: Studentlitteratur.

Langlo Jagtöien Greta; Hansen Kolbjörn & Annerstedt Claes (2002) *Motorik, lek och lärande*. Göteborg : Multicare förlag AB.

Lpfö98 (2006) *Läroplan för förskolan Lpfö98*. Stockholm: Skolverket.

Niss, Gunilla & Söderström, Anna-Karin (2006) *Små barn i förskolan. Den viktiga vardagen och läroplanen*. Studentlitteratur.

Nordlund, Anders; Rolander, Ingemar & Larsson, Leif (1989) *Lek idrott hälsa, rörelse och idrott för barn. Del 2, inne*. Stockholm : Liber AB.

Nordlund, Anders; Rolander, Ingemar & Larsson, Leif (1997) *Lek idrott hälsa, rörelse och idrott för barn. Del 1, ute*. Stockholm : Liber AB.

Raustorp, Anders (2000) *Att lära fysisk aktivitet*. Uppsala : Kunskapsföretaget.

Sigmundsson, Hermundur & Vorland Pedersen, Arve (2004) *Motorisk utveckling nyare perspektiv på barns motorik*. Oslo : Studentlitteratur, SEBU forlag.

Svenska språknämnden. (2005) *Svenska skrivregler*. Solna : Almqvist & Wiksell.

Wenngren, Birgit & Planander, Elisabeth (1995) *Förskola i rörelse – Carpe diem*. Kristianstad : Elisabeth Planander produktion.

## Elektroniska källor

British Heart Foundation (2000) *Get the kids on the go*. [www.bhf.org.uk/publications.aspx](http://www.bhf.org.uk/publications.aspx)  
2009-12-16 kl. 11.18

FN (1989) *Barnkonventionen. FN's konvention om barn rättigheter*. Unicef.  
[www.unicef.se/assets/barnkonventionen.pdf](http://www.unicef.se/assets/barnkonventionen.pdf) 2009-11-19 kl. 13.42

Office of the Surgeon General (1996) *Physical Activity and Health : A Report of the Surgeon General*. [www.cdc.gov/nccdphp/sgr/pdf/execsumm.pdf](http://www.cdc.gov/nccdphp/sgr/pdf/execsumm.pdf) 2009-12-16 kl. 11.02

Statens folkhälsoinstitut (2009) [www.fhi.se/sv/Vart-uppdrag/Fysisk-aktivitet/Definitioner/](http://www.fhi.se/sv/Vart-uppdrag/Fysisk-aktivitet/Definitioner/)  
2009-12-08 kl. 13.14

Vetenskapsrådet (1999) *Forskningsetiska principer inom humanistisk- samhällvetenskaplig forskning*. [www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf](http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf) 2009-11-19 kl. 14.03



Bilaga

## Intervjufrågor

Berätta om vilken roll du som pedagog har i arbetet med rörelse?

Berätta om vilken roll rörelsen har i barnens vardag på förskolan?

Vad är syftet med rörelse enligt dig?

Vilka olika metoder använder du för att verkställa de mål Lpfö98 har angående rörelse och barnens utveckling?

Berätta om vilka eventuella svårigheter du anser att det kan finnas för dig som pedagog att få in planerad rörelse i den dagliga verksamheten?

Berätta om förskolans arbete med rörelse.

- Vilka tankar finns det kring rörelse på förskolan?
- Vad står det i er lokala arbetsplan?