

---

Examensarbete i Lärarprogrammet  
vid  
Institutionen för pedagogik - 2010

---

# RÖRELSEAKTIVITET I FÖRSKOLAN

Anneth Håkansson & Helén Gustavsson



HÖGSKOLAN I BORÅS  
INSTITUTIONEN FÖR PEDAGOGIK

# Sammanfattning

<b>Arbetets art:</b>	Lärarexamen, med inriktning mot Förskola/Förskoleklass, 210 högskolepoäng.  Examensarbete ”Att utforska pedagogisk verksamhet” 15 högskolepoäng i utbildningsvetenskap.
<b>Titel:</b>	Rörelseaktivitet i förskolan
<b>Engelsk titel:</b>	Physical activity in preschool
<b>Nyckelord:</b>	Rörelseaktivitet, pedagoger, förskola, rörelse och barn.
<b>Författare:</b>	Anneth Håkansson & Helén Gustavsson
<b>Handledare:</b>	Mary-Anne Holfve Sabel
<b>Examinator:</b>	Mary Larner

---

<b>BAKGRUND:</b>	Bakgrunden beskriver med hjälp av forskning och litteratur rörelsens betydelse för barnens utveckling, samt en historisk tillbakablick om hur pedagoger tolkade betydelsen av rörelse. Vi beskriver läroplanens koppling till rörelse.
<b>SYFTE:</b>	Syftet med vår undersökning är ta reda på pedagogers arbete med rörelseaktivitet tillsammans med barnen i förskolan. Vi vill undersöka vilka, hur och varför pedagoger använder sig av rörelseaktiviteter.
<b>METOD:</b>	I undersökningen använder vi oss av kvantitativ enkät. Enkäterna besvarades av 70 pedagoger på 9 förskolor.
<b>RESULTAT:</b>	Av de pedagoger som deltog i undersökningen hade alla 70 pedagoger en positiv inställning och använde sig av rörelseaktivitet tillsammans med barnen på förskolan. Pedagogerna har beskrivit vilka aktiviteter de använder sig av och varför de använder sig av rörelseaktiviteter.

## **Tack till**

Vi vill tacka alla pedagoger som tagit sig tid och medverkat i vår enkätundersökning. Vi också tacka de pedagoger som var piloter för vår enkät, er respons och era synpunkter var till stor hjälp.

Vi vill tacka vår handledare Mary-Anne Holfve Sabel för ett enormt engagemang och det stöd hon varit för oss under arbetets gång. Hon har en stor och rik erfarenhet som har varit till stor hjälp. Dessutom har hon varit noggrann, stödjande, intresserad och väglett oss i rätt riktning med vårt arbete.

### **Hela kroppen behövs för att lära**

Ögon kan se och öron kan höra,  
men händer vet bäst hur det känns att röra.  
Huden vet bäst när någon är nära.  
Hela kroppen behövs för att lära.

Hjärnan kan tänka och kanske förstå,  
men benen vet bäst hur det är att gå.  
Ryggen vet bäst hur det känns att bära.  
Hela kroppen behövs för att lära.

Om vi skall lära oss nå't om vår jord,  
så räcker det inte bara med ord.  
Vi måste få komma det nära.  
Hela kroppen behövs för att lära.

(okänd författare)

Bra och tänkvärd dikt som beskriver att hela kroppen behövs för att lära.

# Innehållsförteckning

<b>Inledning</b>	5
<b>Syfte</b>	5
<b>Bakgrund</b>	5
Historik	6
Läroplan för förskolan	6
Barns rörelseutveckling	7
Rörelselek	9
<b>Teoretisk ram</b>	10
Piagets teori om den kognitiva utvecklingen	10
Merleau-Pontys teori om kroppens utveckling	11
<b>Metod</b>	12
Positivismen	12
Forskningsansats	12
Enkät	12
Urval	13
Genomförande	13
Etik	14
Reliabilitet och validitet	14
Analys	15
<b>Resultat</b>	15
Pedagogers bakgrund	15
Rörelse	17
Läroplanen	21
Resultatsammanfattning	22
<b>Diskussionen</b>	23
Pedagoger	23
Rörelse	24
Läroplanen	26
Metoddiskussion	26
Didaktiska konsekvenser	27
Fortsatt forskning	28
<b>Referenser</b>	29
<b>Bilagor</b>	30
Bilaga 1- Missivbrev	30
Bilaga 2- Enkät	31

## **Inledning**

Ett aktuellt ämne som idag ofta tas upp i media är hälsa och fysisk aktivitet. Ericsson (2003) skriver att användningen av datorer och tv-tittandet har ökat och detta bidrar till att barn blir mer stillasittande på sin fritid och på så vis är de inte lika fysiskt aktiva som barn var tidigare. På detta sätt visas det att betydelsen av rörelse och fysisk aktivitet i förskolan blir ännu mer viktig. Idag lever många barn i en stressig miljö och en del med få möjligheter till att hinna med någon fysisk fritidsaktivitet. Vi menar att en daglig fysisk aktivitet gynnar barnens hälsa och deras lärande. Samtidigt blir barnen fysiskt starkare, utvecklar sin motorik och får en ökad koncentrationsförmåga. Detta tror vi är viktigt för alla barn som vi arbetar med tillsammans i förskolan.

Vi är två barnskötare som läser en uppdragsutbildning till lärare med inriktning mot de yngre barnen. Vi har ett stort intresse av idrott och rörelse, både privat och i vår yrkesroll. Vi har själv utövat flertalet olika idrottsaktiviteter under årens gång. I vår yrkesroll kommer vi i kontakt, utövar och även leder olika rörelseaktiviteter. Vi har alltid ansett att rörelse och lek är viktigt och framförallt roligt, i dessa aktiviteter får barnen möjlighet att lära med olika sinnen och aktivt undersöka sin omgivning. Med hjälp av denna studie vill vi fördjupa våra egna kunskaper i ämnet och förhoppningsvis kommer vi att få förslag på olika rörelseaktiviteter som vi kan använda oss av i vår yrkesroll.

## **Syfte**

Studiens syfte är att undersöka pedagogers beskrivning av rörelseaktivitet tillsammans med barnen i förskolan.

Frågeställningar:

- Vilka rörelseaktiviteter används på förskolorna?
- Erbjuds barnen rörelseaktivitet på förskolorna?
- Varför använder pedagogerna sig av rörelseaktiviteterna?

## **Bakgrund**

Utifrån vår litteraturgenomgång om forskning har det framkommit många olika aspekter på betydelsen av att barn rör sig. Barn utvecklar olika förmågor genom rörelse i alla åldrar. Experterna i området menar att rörelse och lek är viktig och utvecklande för barnen i deras lärande. Förskolan idag erbjuder en mängd olika aktiviteter där barnen är delaktiga i sin egen rörelseutveckling och hur kroppen fungerar. Olika forskare så som Holle, Dessen och Ericsson har kommit fram till att rörelse är viktigt för alla barn liten som stor. Dessa olika utgångspunkter väljer vi att lyfta fram i vår bakgrund för att koppla detta till vårt syfte. I detta avsnitt vill vi beskriva tidigare forskning om barns rörelseutveckling. I historieavsnittet berättar vi om hur pedagoger förr i tiden tolkade betydelsen av rörelse. Under rubriken läroplanen tar vi upp vad som står i denna angående rörelse. Därefter beskriver vi tidigare forskning kring barns utveckling kopplat till rörelse.

## Historik

Redan under antiken menade Platon (427 f.kr-347 f.fr) att genom användning av fysisk aktivitet blir människor friska, starka, vältränade och kroppens hälsa utvecklas. Platon ansåg att människorna blev modigare och härdade av fysisk aktivitet som ansågs särskilt viktigt i krig. Han ansåg också att fysisk aktivitet var viktigt för själens och kroppens harmoniska helhet enligt Annerstedt (1991).

Annerstedt skriver också om Vittorino da Feltre (1378-1446). Da Feltre ansåg att för att stärka barnen fysiskt skulle man använda kroppsövningar. Han menade att en förutsättning för intellektet är att ha bra fysiska kvaliteter, viktigt var att personligheten kunde utvecklas genom både intellektuell, själslig och fysisk uppfostran. Da Feltre kunde aldrig bevisa några kopplingar mellan motorik och kognitiv förmåga, men ansåg att barnen ändå behövde någon slags fysisk aktivitet som en form av avkoppling från sina studier. Han menade att avkoppling skulle göra barnen mer mottagliga för inläring. Fysisk aktivitet stärkte den sociala relationen mellan människor ansåg da Feltre (Annerstedt 1991).

Vidare skriver Annerstedt om filosofen Jean Jacques Rousseau (1712-1778). Rousseau menade att fysisk aktivitet och lek var utvecklande för kroppens hälsa och skulle på så vis göras till en naturlig och viktig del i barnens uppfostran. Genom kroppsövningar skulle barnen lära känna sin kropp och samtidigt utforska sin omgivning. Parallellt var det viktigt att barnet fick tillfredsställa det naturliga behovet av kropps rörelse, då blev både perceptionsförmågan och begreppsutvecklingen tränade.

Pedagogen Johann Heinrich Pestalozzi (1746-1827) menade enligt Annerstedt (1991) att det viktigaste inte var resultaten av vad barnen preseterade utan det viktigaste med den fysiska aktiviteten var att kroppsuppfattningen och det allmänna välbefinnandet skulle stimuleras. Annerstedt skriver att ovanstående personer som var verksamma för längesen tyckte att kroppsövningar och lek var bra tillfällen för pedagoger att lära känna sina elever. Förhållandet mellan pedagog och elev skulle präglas av kamratlighet, avspändhet, förtroende och ömsesidig respekt. Att på ett lekfullt sätt vistas tillsammans ansågs vara ett perfekt medel för att skapa bra relationer. Elever och pedagoger lärde känna varandra på ett annat sätt än de gjorde under den vanliga skolundervisningen. På så vis blev det ett öppnare socialt klimat i skolan under Pestalozzis verksamma år.

## Läroplan för förskolan

Läroplanen beskriver hur förskolan ska stödja sig på demokratins grund och att alla ska respekteras Lpfö (1998). En viktig del i arbetet på förskolan är att arbeta utifrån värdegrunden och att alla har lika värde. Några riktlinjer för verksamheten är att alla som verkar på förskolan ska lägga grunden till ett livslångt lärande. Barnen ska tycka att det är roligt, tryggt och lärorikt att vistas på förskolan. Uppgiften som förskolan har är också att utmana barnen samt locka till lek och aktivitet. Vi noterar följande, i läroplanen står det att barn ska röra sig i förskolan men det står inget om kopplingen mellan rörelselek och barns övriga utveckling. Målet är att barnen ska utveckla dessa olika förmågor, det står inget specifikt om hur barnen med hjälp av rörelse kan utveckla specifika områden.

Däremot finns det andra mål som förskolan med hjälp av rörelselek kan uppnå, dessa är att varje barn ska utveckla sin identitet, självständighet och tillit till sin egen förmåga. Målet om att barnen ska utveckla sitt språk går också att koppla till syftet med rörelselek enligt Lpfö (1998). Nedan följer några mål ur Läroplanen som handlar om rörelse.

Vi som arbetar på förskolan skall sträva efter att varje barn

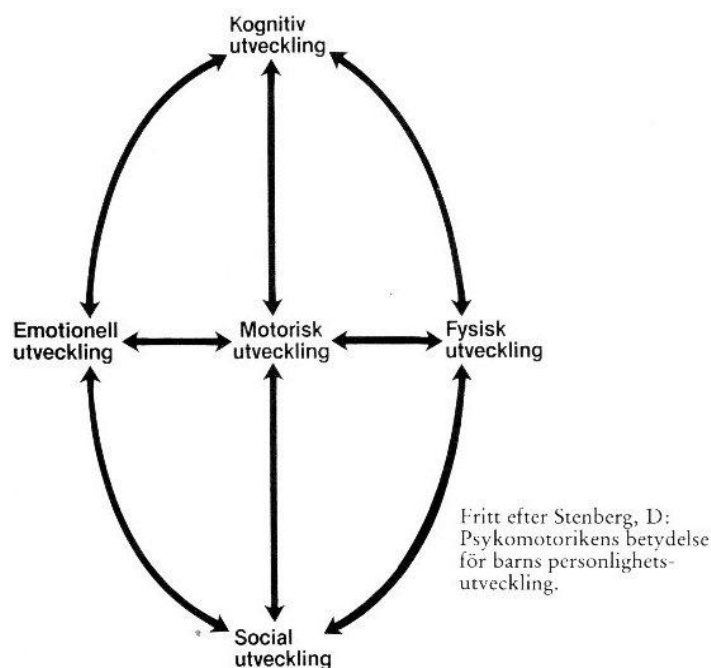
utvecklar sin motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning samt förståelse för vikten av att värna om sin hälsa och sitt välbefinnande (Lpfö 98, s. 9)

### Förskolans uppdrag

Att skapa och kommunicera med hjälp av olika uttrycksformer så som bild, sång och musik, drama, rytmik, dans och rörelse liksom med hjälp av tal- och skriftspråk utgör både innehåll och metod i förskolans strävan att främja barns lärande (Lpfö 98, s. 6).

## Barns rörelseutveckling

Dessen (1990) använder begreppet helhetssyn på utvecklingen hos ett barn. Hela utvecklingen sker i harmoni med människor och miljön som finns i barnets omgivning. Barnet är upptaget med att utveckla sin rörelseförmåga vilket är tydligast under deras första levnadsår då barnets rörelseutveckling sker steg för steg. En viktig del i ett barns utveckling är också arvet och miljön. Det är viktigt att alla som ansvarar för barnets utveckling har en kunskap om ett barns rörelseutveckling. I figuren nedan beskriver Stenberg hur barns personlighet utvecklas.



Figur: Motorikens betydelse för barns personlighetsutveckling, (Dessen, 1990, s.7. fritt efter Stenberg, D)

Dessens (1990) fyra utvecklingsbegrepp är följande när det gäller barns rörelse.

*Rörelse och fysisk utveckling:* För att utveckla en god fysik menar Dessen att barn behöver röra på sig. Kroppen utvecklas och anpassar sig efter hur mycket man rör sig och kroppen behöver aktivitet för att på så vis kunna utveckla alla olika funktioner. Hos många barn finns ett inbyggt behov av att röra på sig och barn känner en stor glädje över detta menar Dessen (1990).

*Rörelse och social utveckling:* I små barns lekar ingår ofta rörelselekar där kroppsrörelsen är en viktig del i gemenskapen med andra barn. De barn som har skapat en trygghet om den egna kroppens förmåga accepteras lättare av andra barn och deras förmåga till samarbete ökar i leken enligt Dessen (1990).

*Rörelse och emotionell utveckling:* Det första språket ett barn lär sig är kroppsspråket i vilket de uttrycker sina känslor. Ett barn som lyckas i sin rörelseutveckling utvecklar en självkänsla och en trygghet som påverkar barnets framsteg. För ett barn som misslyckas i sin rörelseutveckling kan det skapa otrygghet och en ovilja att använda sig av rörelseaktiviteter långt fram i barnets ålder menar Dessen (1990).

*Rörelse och kognitiv utveckling:* När barn rör på sig skaffar de sig nya erfarenheter och kunskaper genom att utforska sin omvärld. När hinder uppstår måste barnet lösa dessa, då utvecklar barnet sin kognitiva förmåga och på så vis lär de sig att använda sig av den nya kunskapen. När ett barn får utforska omvärlden genom rörelse, då utvecklar barnet sin rörelse och kognitiva förmåga. För dem som ansvarar för barnets utveckling är baskunskap om barns rörelseutveckling viktig anser Dessen (1990).

Holle (1985) är inspirerad av Piagets teori. Holle beskriver att barns motoriska utveckling följer ett visst mönster. Barnen kan inte hoppa över något steg i sin utveckling, däremot kan ett stadium ta olika lång tid och det är individuellt för varje barn. Hon beskriver hjärnans utveckling och förklarar att båda hjärnhalvorna är beroende av varandra. För att människan ska kunna klara av de motoriska delarna måste båda hjärnhalvorna utvecklas. All rörelse är viktig för att hela hjärnan ska kunna fungera.

Motorisk utveckling inleds redan i fosterstadiet och pågår sedan livet ut, det är en livslång process Ericsson (2005). Detta anser även Langlo Jagtöien, Hansen och Annersted (2002) som menar att i en bestämd ordning utvecklar barnet färdigheter och det syns tydligast under de första levnadsåren. Först är barnet ett spädbarn, sedan lär barnet sig att krypa och sedan lär det sig att gå och använda sig av olika rörelser. Den fysiska miljön behöver vara stimulerande för att barnen ständigt skall utmanas, detta för att de skall kunna utveckla naturliga rörelser som att hoppa, springa, gunga och så vidare. I de minsta barnens lekar är det vanligt att lekarna innehåller olika rörelser. Dessen (1990) påpekar att vår kropp är ett redskap för att även kunna utveckla en social förmåga. Vidare skriver hon att det är viktigt att barn får en god upplevelse av sin egen kropp. Då kan de lättare leka och röra sig tillsammans med andra. Att inneha en god upplevelse av sin egen kropp, beror på vilken kunskap och trygghet man har om den egna kroppens förmåga.

## Rörelselek

I rörelselek blir barnen medvetna om sin egen kropp och sig själva som individ. Leken leder till att barnen lär sig olika viktiga erfarenheter som ger goda motoriska färdigheter enligt Mellberg (1993), så som att barnets koordinationsförmåga förbättras, begreppsbildningen utvecklas. De utvecklar också en god fysik samtidigt utvecklas deras uthållighet, muskelstyrka och hållning. Genom leken får barnen också möjlighet att lära sig nya kunskaper tillsammans med andra. Leken ger även barnen tillfälle att visa sina färdigheter för de andra och på detta sätt utvecklas deras förmåga till ett socialt samspel menar Mellberg (1993). Rörelse hör ihop med en social utveckling och genom rörelse får vi en ökad kunskap om vår omvärld Dessen (1990) och Ericsson (2003). Om vi pedagoger deltar i barnens lekar ger vi barnen positiva rörelseupplevelser och på så sätt medverkar vi till barnens sociala utveckling skriver Ericsson (2005).

Grindberg & Jagtöien (2000) menar att kroppsövning och fysisk fostran är till för hela barnets utveckling. Mår barnet fysiskt bra leder det till en bättre koncentrationsförmåga och på detta sätt även till en bättre inlärningsförmåga. Ingegerd Ericsson är en forskare som tar upp barns motoriska utveckling i sin avhandling *Motorik, koncentrationsförmågan och skolprestationer*. I sin avhandling har hon gjort observationer på barn och studien visar betydelsen av ökad fysisk aktivitet och motorisk träning. Undersökningen är också en delstudie i Bunkefloprojektet- en hälsofrämjande livsstil där Ericsson (2003) även varit delaktig.

Ericsson (2003) förklarar kognition som ett samlingsbegrepp för perception och rörelse. Hon anser att perception, kognition och motorik utvecklas parallellt ihop med varandra. Piaget (1988) anser att efter det sensorimotoriska stadiet utvecklar barnet ett tänkande utifrån den omgivande miljön och sitt språk. Barnets tänkande blir synligt i leken som där erbjuder barnet en rad olika handlingsmönster och rörelser.

Enligt Ericsson (2005) har pedagogerna på förskolan en viktig roll i barns motoriska utveckling. Om barnen ges möjlighet att till exempel springa, klättra, åla och så vidare då kan de utveckla och automatisera grovmotoriska rörelser. Ericsson ger även förslag på bra aktiviteter som pedagogerna kan använda sig av på förskolan, så som rim, rytm och sånglekar, motorikbanor, bollövningar och leka lekar. Föräldrars roll i barnens motoriska utveckling är också viktig.

Att föregå med gott exempel när det gäller fysisk aktivitet är en utmaning för de flesta föräldrar t.ex. att promenera istället för att skjutsa sina barn i bil till och från skolan (Ericsson 2005, s.131).

Föräldrar uppmuntras till att prata och läsa mycket med sina barn för att på så sätt stimulera språkutvecklingen, lika viktigt kan det vara att leka lekar med barnen det vill säga lekar som innefattar stora kroppsörelser för att på detta sätt stimulera den motoriska utvecklingen.

## **Teoretisk ram**

En teoretisk ram är till hjälp för att analysera vårt material. Via denna tittar vi på vårt resultat samt diskuterar resultatet. Inledningsvis kommer vi att presentera två betydande gestalter för vår undersökning. Det är den internationella forskaren Jean Piaget (1988) och den franske filosofen Maurice Merleau-Ponty (1997). Vi har valt dessa två gestalter för deras betydelsefulla tankar om barns motoriska utveckling. Vi anser att dessa går att koppla till vår undersökning, eftersom vår förståelse är att rörelseleken inte bara utvecklar motoriken utan hela barnet. Först kommer vi att presentera Piagets teori om den kognitiva utvecklingen sedan presenterar vi Merleau-Ponty som ansåg att kroppen inte var ett föremål i världen utan ett medel för kommunikation med världen.

## **Piagets teori om den kognitiva utvecklingen**

Jean Piaget var en av de första forskarna som beskrev den kognitiva utvecklingen, han försökte också att förklara den. Piagets teori innebär att barn själva konstruerar sin kunskap och aktivt utvecklas i en process. Barnet samspelar med ting och skeenden i sin omgivning, även förståelsen konstruerar barnen själva Piaget (1988). Processen ser Piaget som en mental anpassning och beskriver den som två delprocesser som ska komplettera varandra. Assimilation är när barnet anpassar omgivningen efter sig själv, barnet försöker förstå saker med sina tidigare kunskaper och erfarenheter. Ackommodation är när barnet anpassar sig själv efter omgivningen. Barnets tidigare upplevelser måste bearbetas för att anpassas till det nya. Inläring och utveckling sker på detta vis. Fysiska erfarenheter och socialt samspel är viktiga faktorer som påverkar. Finns det inget samspel mellan individ och omgivning kan inte assimilation och ackommodation äga rum. Piaget anser att barn genomgår fyra utvecklingsstadier och dessa sker i en viss ordningsföljd i barns utveckling Piaget (1964). Hans slutsats är att barnet utvecklas via sina handlingar och de ger erfarenhet som i sin tur leder till utveckling.

Det första stadiet är det sensorio-motoriska som sträcker sig från födseln och fram till ca två års ålder Piaget (1964, 1988). Inläring sker genom sinnesupplevelser och motorik. Det sker en ständig utveckling av intelligens, sinnen och kropp. Piaget (1988) beskriver tre tidiga faser hos barnen, reflexernas stadium, varseblivningorganisationernas stadium samt den sensorio-motoriska intelligensens stadium. Redan vid födseln har barnet sensoriska och motoriska reflexer som har betydelse för framtiden. Assimilation sker för att utmana och testa sina kunskaper. Hela tiden skaffar sig barnet nya erfarenheter och sinnesintryck genom sina reflexer som bildar en helhet. Koordinationsförmågan byggs upp när barn prövar och lär känna sin kropp i förhållande till saker och sin omgivning Piaget (1988).

Det andra, preoperationella stadiet sträcker sig från två års ålder fram till sju års ålder. Barnet utvecklar ett språk som innehåller symboler för ting, händelser och handlingar. Nu är barnets tänkande egocentriskt och oföränderligt. Det visar sig genom att barnet intar roller och att människor kan se saker på andra sätt än vad barnet kan. Barnets tänkande är inriktat mot objektets form Piaget (1988). Här är ett exempel på hur barn tänker i detta stadium "For example, if we pour liquid from one glass to another of a different shape, the pre-operational child will think there is more in one than the other" Piaget (1964).

Hela tiden förvärvar barnet ny kunskap genom sina erfarenheter och upplevelser och på så vis utvecklas barnets tänkande. Ungefär vid sju års ålder har barnet nått det tredje stadiet, det konkret operationella stadiet Piaget (1988). Nu börjar barnet kunna tänka logiskt och ändamålsenligt eller som Piaget säger operationellt, fast det är i konkreta sammanhang. När barnet har uppnått elva- tolv års ålder har det övergått till det sista av de fyra stadierna. Det abstrakta intellektuella operationernas stadium. Nu börjar barnet att kunna tänka abstrakt, tankeoperationerna blir formellt logiska. Nu har intellektets uppbyggnad uppnåtts och barnets personlighet formas och barnet växer successivt in i vuxenlivet.

De olika stadierna följer ett mönster och innehåller olika strukturer. De två första sensorio-motoriska och det preoperationella stadierna är de som är relevanta i vår undersökning. Varje utvecklingssteg är beroende av de föregående och det går inte att skynda på utvecklingen. Varje steg måste få ta sin tid enligt Piaget (1988). Stadiernas åldersindelning har visat sig att de blir olika tolkade i världen. Piaget (1964) beskriver att det är mognad och inte barnets ålder som spelar roll. Det är ofta barnets upplevelser som har stor påverkan i vilket stadium barnet befinner sig i.

## **Merleau-Pontys teori om kroppens utveckling**

Maurice Merleau-Ponty var en fransk filosof. 1945 skrev han en avhandling som hade namnet *Phénoménologie de la perception*, på svenska *Kroppens fenomenologi* Merleau-Ponty (1997). Sina tankar hämtade han ifrån Husserls skrifter som var kritisk mot den klassiska psykologin. Enligt den klassiska psykologin sågs kroppen som ett föremål, Merleau-Ponty ifrågasatte detta eftersom kroppen aldrig lämnar mig kan den inte vara ett föremål. Han såg kroppen som ett medel för kommunikation med världen och inte ett föremål i världen. Den klassiska psykologin skilde på medvetande och kropp, den påstod att medvetandet var subjekt och kroppen var objekt. Merleau-Ponty uttryckte att kroppen var både subjekt och objekt. Han talar om kroppen som ”den levande kroppen” han ansåg att vi får kunskap om vår kropp genom att leva genom den. Kroppen finns i psyket och psyket finns i kroppen, det går inte att dela på. Kroppen är en sammansatt helhet ”den levande kroppen”.

Merleau-Ponty menar att det är med interaktion och rörelse som man lär känna sin kropp och världen runt sig. Det är kroppen som förstår rörelsen som man utför. ”Förvärvandet av en vana är närmast begripandet av en betydelse, men det är det motoriska begripandet av en motorisk betydelse” Merleau-Ponty (1997, s. 106). Han menar att en del rörelser lär sig kroppen automatiskt. För Merleau-Pontys (1997) del innebär detta perspektiv att lärandet till och tränandet av en rörelse inte endast är utvecklande av motoriska färdigheter utan är ett tränande av hela människan. Under träning av rörelselek kan man utifrån detta perspektiv se ett utvecklande av kroppen. Med hjälp av detta kan barnen använda sin kropp som instrument för att kommunicera med sin omgivning.

## Metod

I detta avsnitt beskriver vi undersökningens metod, studiens vetenskapliga huvudinriktning samt vad redskapet enkät innebär. Vi beskriver också vårt urval och hur vi genomfört undersökningen. Vi redogör för studiens reliabilitet, validitet och en analys av vår metod.

## Positivismen

Vår studie kommer att utgå från positivismen, eftersom vi i denna söker pedagogernas kunskap och arbetssätt. Enligt Thurén (2007) myntades positivismen av fransmannen Auguste Comte (1798-1857), positivismen bygger på ren och säker kunskap och har sitt ursprung i naturvetenskapen. Iakttagelse och logik är de enda källorna till kunskap som vi människor använder oss av enligt positivismen. Positivisterna menar att det är bättre med en liten stomme av fast kunskap än en massa spekulationer och löst tyckande.

Vidare menar Thurén (2007) att skillnaden mellan empiriska sanningar och logiska sanningar är att man aldrig kan vara säker på att en empirisk sanning verkligen är sann. Empirisk kunskap bygger på iakttagelser som vi får med hjälp av våra fem sinnen. Den logiska sanningen har att göra med vårt intellekt och vårt sätt att använda språket. En positivist skall kritiskt undersöka och granska alla påståenden och iakttagelser och därefter basera sin kunskap på det som framkommit. Positivisterna tror på absolut kunskap, det innebär kunskap som kan jämföras med sanningsenlig fakta. Det skall kunna gå att dra generella slutsatser, de skall vara logiska, även kunna uppfattas av våra fem sinnen och vara kvantifierbara. Galileo Galilei sa:

Mät det som kan mätas, och gör det som inte kan mätas mätbart. Naturens bok är skriven på ett matematiskt språk (Kihlström 2007, s. 228).

## Forskningsansats

Björkdahl Ordell (2007) beskriver att en kvantitativ metod är en mätbar metod som görs genom att samla in fakta och sedan analysera dessa med hjälp av statistik. Enkät och observation är verktyg för att kvantifiera. För att kunna använda sig av en kvantitativ metod är det en fördel om vi som forskare är insatta i ämnet och de frågor som vi vill undersöka, för att sedan kunna hantera den fakta som undersökningen ger. Backman (1998) skriver att vissa metoder benämns som kvantitativa och då har vi använt oss av mätningar, matematik och statistik med hjälp av kvantifiering. Dessa metoder mynnar ut i numerisk data.

## Enkät

Vi tyckte att fördelen med en enkät är att vi får möjligheten att undersöka många pedagogers arbete med rörelse tillsammans med barn på förskolan. Detta skriver även Björkdahl Ordell (2007) att med enkät nås många människor. Nackdelen med enkät enligt Trost (2007) skriver är att de som deltar i undersökningen egentligen inte vill eller orkar delta, men ändå gör detta genom att kryssa utan större eftertanke på undersökningen. Björkdahl Ordell (2007) menar att enkät som undersökningsmetod är bra när man vill undersöka hur vanligt eller ofta ett fenomen är.

I vårt fall hur ofta pedagoger använder sig av rörelseaktivitet tillsammans med barnen på förskolan. När vi genomför en enkätundersökning träffar vi inte respondenten och kan inte ta del av dennes kroppsspråk eller känsla. Därför fokuserar vi på att få ett så bra mätbart resultat som möjligt, som vi sedan granskar och analyserar. Vårt syfte med undersökningen var att undersöka pedagogers arbete gällande rörelseaktivitet tillsammans med barnen på förskolan.

Innehållet i vår enkät bestod av tre huvudrubriker bakgrund, rörelse och läroplan (se bilaga 2). Frågorna i enkäten var 19 stycken i antal och dessa bestod av fasta frågor och öppna frågor.

## **Urval**

Vi delade ut 80 enkäter pedagoger på nio olika förskolor. Av de 80 utdelade enkäterna fick vi tillbaka 70 stycken. Vi ville få svar från ett flertal förskolor och precis som Trost (2007) kan ett stort antal enkäter bli ett representativt urval. Trost menar att fler enkäter kan ge ett bättre resultat. Vi bedömde att mellan 80-100 enkäter kunde vara rimligt att bearbeta med den tidsramen vi hade till vårt förfogande.

Vi valde att använda oss av kontaktpersoner på olika förskolor. Deras uppgift var att undersöka intresset av att vara med i vår undersökning hos de pedagoger som arbetar på deras förskolor, samt antal enkäter som kunde tas emot på respektive förskola. Från början hade vi femton tilltänkta kontaktpersoner på olika förskolor och vi såg ett positivt resultat av att delta i vår undersökning. Nio kontaktade kontaktpersoner var intresserade av att delta i undersökningen, med hjälp av de antal enkäter som de kunde ta emot behövdes inte fler kontaktpersoner kontaktas. På detta sätt blev urvalet 80 enkäter på dessa nio olika förskolor vilket vi tyckte var ett hanterbart antal enkäter att bearbeta. De pedagoger som är med i vår undersökning ville vi att de skulle ha någon form av utbildning, detta förmedlade vi till kontaktpersonerna innan de tillfrågade pedagogerna på deras förskolor.

## **Genomförande**

Vi började skriva ett missivbrev (se bilaga 1) detta skulle lämnas ut till de pedagoger som skulle delta i vår undersökning. Ett missivbrev är ett följebrev som skickas med enkäten. Trost (2007) skriver att ett missivbrev ska vara kort men samtidigt innehålla alla information läsaren behöver veta om undersökningen. Det är viktigt att missivbrevet ger ett inbjudande intryck och en vilja till att fortsätta läsa och att delta i vår undersökning. Det är viktigt att läsaren direkt kan läsa och förstå syftet med undersökningen samt se vilka som genomför den. Vid eventuella frågor och funderingar är det bra om respondenterna kan kontakta de som genomför undersökningen. Därför skriver man sitt namn, telefonnummer och eventuellt sin mailadress längst ner i missivbrevet. Viktigt är det också att tacka respondenterna för deras medverkan i undersökningen. Trost (2007) skriver att en fördel med att missivbrevet sätts samman med enkäten är att det inte försvinner för den som skall vara med i undersökningen.

Vi konstruerade frågor till vår enkät som vi tyckte var relevanta för vårt syfte i vår undersökning. När provenkäten var färdig lämnade vi ut den som en pilotstudie till ett antal olika pedagoger. Dessa pedagoger skulle ge oss respons på enkätfrågorna och enkätens utformning.

Av pilotstudien fick vi frågor, kritik och tips på hur vi kunde omformulera och utveckla vissa frågor för att förbättra vår enkät. När vi konstruerat om vår enkät skickade vi den och vårt missivbrev till vår handledare för att få hennes bedömning av dessa. Efter hennes respons gjorde vi några få justeringar och kunde sedan färdigställa enkäter och missivbrev. Vi kontaktade kontaktpersonerna på respektive förskolor och bestämde vilken dag som passade dem för vårt besök.

Vid besöket överlämnades missivbrev, kuvert och de antal enkäter som kontaktpersonerna kommit överens med oss om. Dessa vidarebefordrades av kontaktpersonerna till pedagogerna på deras förskolor. Även om det fanns ett sista inlämningsdatum på vår undersökning bad vi kontaktpersonerna att kontakta oss om de fick tillbaka enkäterna från pedagogerna tidigare än utsatt datum. Kontaktpersonerna kontaktade oss om vilken dag det passade för dem att vi kom och hämtade in enkäterna. Ett flertal pedagoger blev färdiga före utsatt datum vilket vi tyckte var positivt, på detta sätt kunde vi börja bearbeta enkäterna tidigare än beräknat.

## Etik

Vetenskapsrådet (2002) har givit ut föreskrifter på vilka etiska principer som är viktigt att tänka på vid forskning. De fyra forskningsetiska principerna kommer vi att utgå ifrån, nedan beskriver vi vilka de är och på vilket sätt vi har följt dem. Det är viktigt att respondenterna känner sig trygga i att delta i vår undersökning.

- **Informationskravet:** Vi informerade pedagogerna om undersökningens syfte och de villkor som gäller för deras deltagande genom ett missivbrev. Genom att kontaktpersonerna undersökte vilka som var intresserade av att vara med i undersökningen har de som ställt upp gjort detta frivilligt.
- **Samtyckeskravet:** Pedagogerna fick själva välja om de ville vara med i undersökningen. Pedagogerna kunde avböja att vara med och då talade de om detta för kontaktpersonen på sin förskola.
- **Konfidentialitetskravet:** Vi lät pedagogerna vara anonyma i enkätundersökningen. Vi hade endast ett fåtal personliga bakgrundsfrågor som rörde kön, antal yrkesverksamma år och vilken utbildning pedagogerna hade. På detta sätt förblev pedagogerna anonyma. När pedagogerna besvarat enkäten kunde de stoppa enkäten i ett medskickat kuvert och klistra igen detta och på detta sätt kunde ingen utom vi forskare läsa pedagogernas svar.
- **Nyttjandekravet:** Enkätsvaren från pedagogerna används endast i vår undersökning.

## Reliabilitet och validitet

Thurén (2007) skriver att vid kvantitativa undersökningar bör två saker beaktas nämligen reliabilitet och validitet. Med reliabilitet eller tillförlitlighet menas att undersökningen är riktigt gjord. Hög reliabilitet i undersökningen nås när vi har räknat korrekt och om fler forskare kommit till samma resultat med hjälp av samma metod. Genom att undersöka det som verkligen skall undersökas och inget annat, då uppnås validitet enligt Thurén. För att få validitet i vår undersökning bör frågorna vara utformade så att studiens syfte besvaras. För att vi skulle få en reliabilitet och validitet i vår enkät bad vi en medbedömare läsa och kritiskt granska våra frågor i enkäten så att syftet av studien besvarades i frågornas svar.

Vi anser att vi har god validitet i vår undersökning med tanke på att vi har undersökt det som var tänkt. I resultatet kan vi se att vi har fått en god validitet genom att pedagogernas svar besvarade vårt syfte med undersökningen gällande pedagogers rörelseaktivitet tillsammans med barnen på förskolan.

## **Analys**

Av de 80 utlämnade enkäter fick vi tillbaka 70 stycken, det var positivt att så många ville vara med i undersökningen och att bortfallet blev så litet. Vi visste hur många enkäter varje kontaktperson fått till sin förskola, majoriteten av bortfallet var från en förskola där pedagogerna var sjuka. Detta fick vi reda på av kontaktpersonen när vi samlade in enkätsvaren.

När vi bearbetade våra enkätresultat gjorde vi detta för hand och vi tyckte att det fungerade bra. Vi började med att sammanställa fråga för fråga från alla inlämnade enkäter. Vi bearbetade svaren från våra redan färdiga rubriker.

Vi använde oss av en tom enkät där vi fyllde i resultatdelen från våra respondenter. På de svarsfrågor som respondenterna fick svara fritt, har vi valt att kategorisera dessa utifrån respondenternas svar och därefter gjort en sammanställning. Vi har redovisat och sammanställt resultatdelen med hjälp av programmet Excel. I vår undersökning var vi intresserade av att veta om förskolorna använde sig av rörelseaktivitet tillsammans med barnen. Vårt fokus i undersökning låg inte på att göra en jämförelse mellan olika yrkeskategorier eller de olika förskolorna. Intresset när vi valde denna undersökning var att få reda på var, varför och om pedagoger på olika förskolor använder sig av rörelseaktivitet tillsammans med barnen.

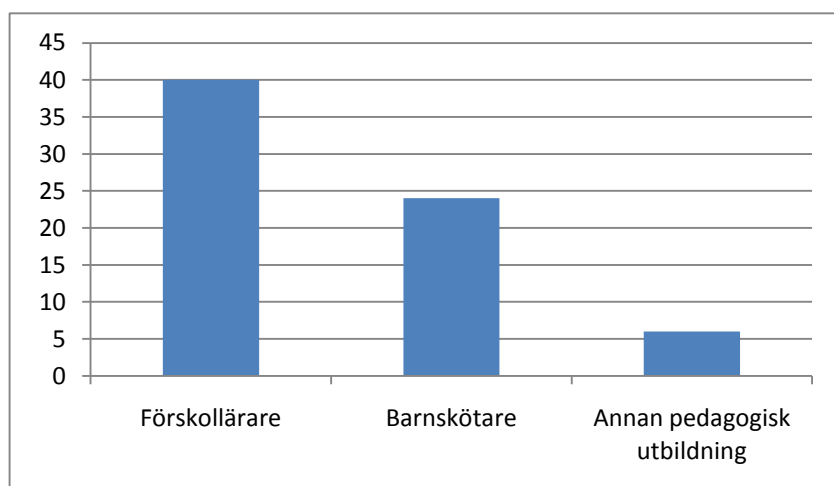
## **Resultat**

Här nedan redovisas resultaten från pedagogerna om deras erfarenhet och kunskap gällande barnens rörelseaktivitet i förskolan. Internt bortfall förekommer i vissa frågor där pedagogerna har valt att inte svara, dessa redovisar vi under eller i diagrammet. Alla resultatstaplar visar antal pedagoger.

## **Pedagogers bakgrund**

Av de pedagoger som var med i vår undersökning var det 1 man och 69 kvinnor. Utifrån denna uppdelning är det inte tillförlitligt att göra en jämförelse mellan könen.

Figur 1. Vilken utbildning har du? (Fråga 2).

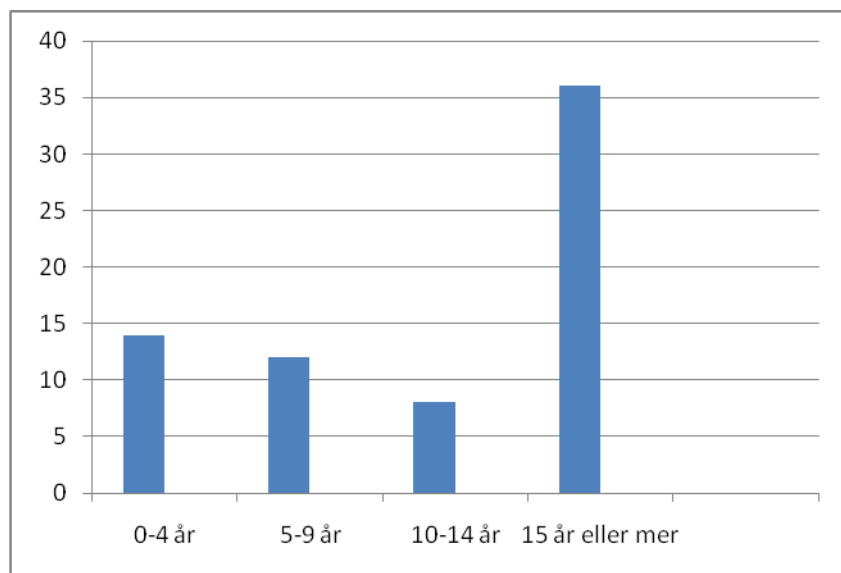


Antal svar 70/70.

**Kommentar:**

I vår undersökning var 40 stycken förskollärare, 24 stycken barnskötare och 6 stycken hade annan pedagogisk utbildning. Vi kan då utläsa i resultatet att det var flest förskollärare som besvarade vår enkät.

Figur 2. Hur länge har du arbetat inom förskolan? (Fråga 3).



Antal svar 70/70.

**Kommentar:**

36 av de 70 tillfrågade pedagogerna har arbetat i 15 år eller mer. Resultatet visar att ungefär hälften har en lång yrkeserfarenhet av att arbeta i förskolan.

## Rörelse

Här nedan kommer vi att presentera pedagogernas beskrivning av rörelseaktivitet tillsammans med barnen i förskolan.

*Erbjuds barnen planerade rörelseaktiviteter på förskolan?*

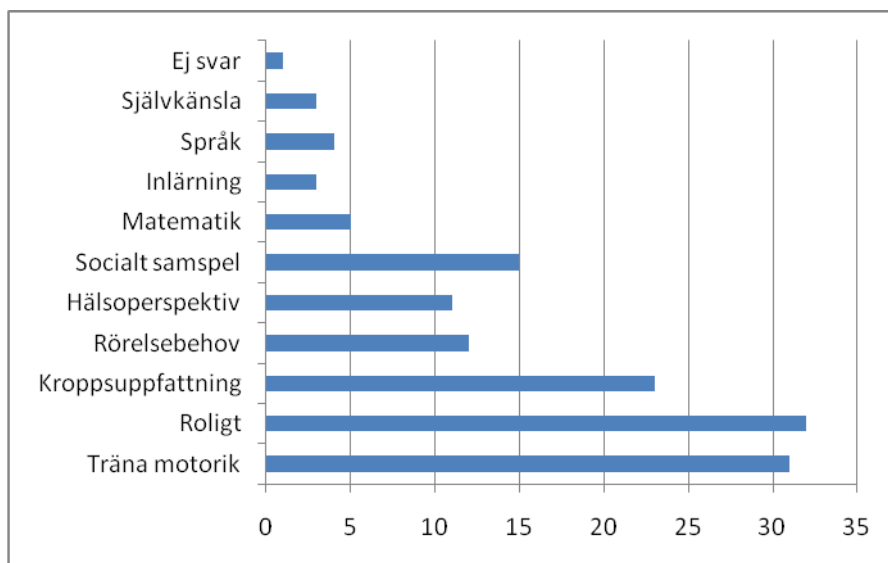
*Om ja, hur erbjuder du barnen dessa?*

*Om nej, varför inte?*

På de tillfrågade förskolorna erbjuds barnen rörelseaktiviteter. Svaren vi fick var att 66 pedagoger erbjuder barnen rörelseaktivitet. Dessa var då i form av att gå till gymnastiksal, vara i skogen, på samlingen, i form av motorikbanor, utomhusaktiviteter, dela barnen i mindre grupper, tar reda på barnens intressen och lärarledda tillfällen.

Endast 4 pedagoger erbjöd inte barnen detta på grund av de var ett nytt arbetslag, inte prioriterat planerad rörelseaktivitet eller av annan anledning.

Figur 3. Varför använder du dig av rörelseaktiviteter? (Fråga 9).



Antal svarande 69/70

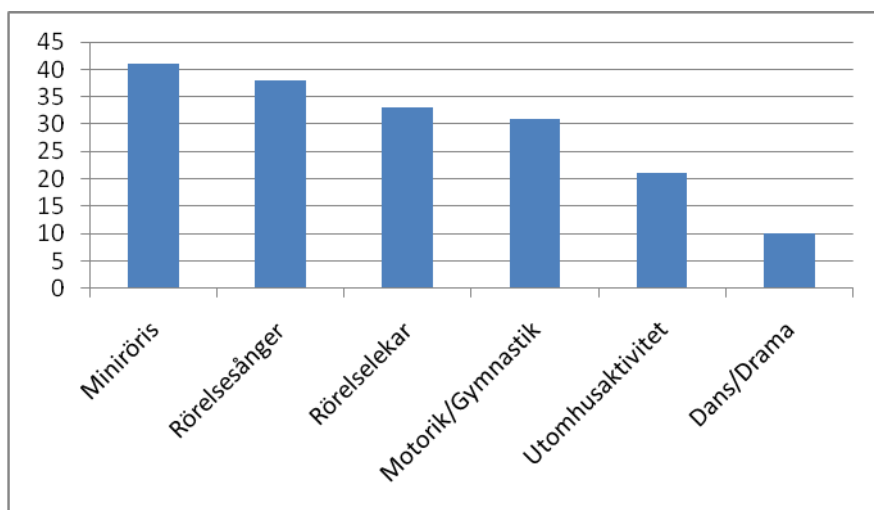
Kommentar:

Här fick pedagogerna möjlighet till att själva beskriva varför de använder sig av rörelseaktiviteter. Det som går att utläsa i diagrammet är att pedagogerna beskriver att det framförallt tränar motoriken och att det skall vara roligt. Vidare kan vi utläsa att pedagogerna anser att det sociala samspelet och kroppsutfattningen utvecklas vid rörelseaktivitet.

Till exempel sa en pedagog:

Det är så mycket som kommer in i rörelseaktiviteter. Balans, koordination, kroppskontroll, rytm, rörlighet, grov-och finmotorik, språk, kroppsutfattning plus att det är väldigt roligt.

Figur 4. Vilka rörelseaktiviteter använder pedagogerna sig av? (Fråga 12).

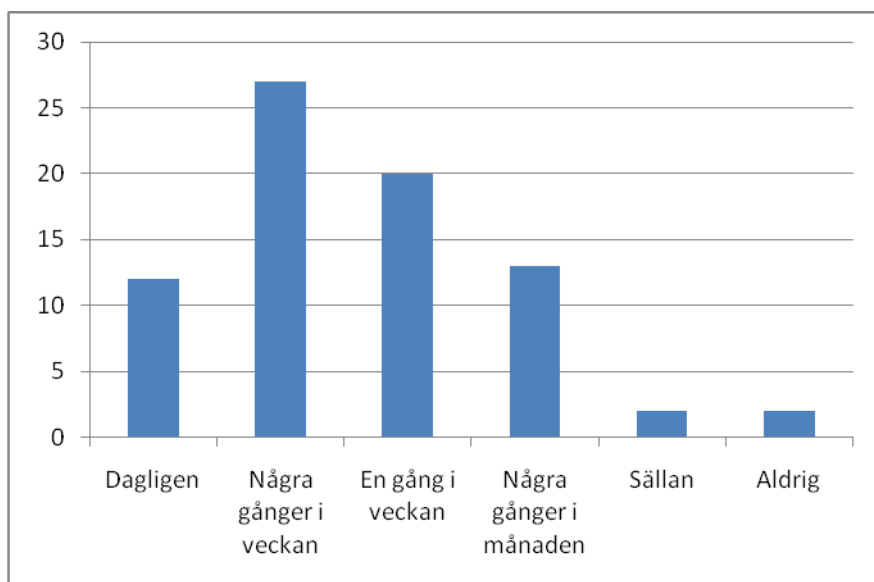


Antal svarande 70/70

Kommentar:

Dessa olika rörelseaktiviteter beskriver pedagogerna att de använder sig av på förskolan. 41 pedagoger använder sig av miniröris, 33 stycken använder sig av rörelselekar och 10 stycken använder sig av dans/drama. Andra aktiviteter som pedagogerna använder sig av går att utläsa ovan i diagrammet. Dessa aktiviteter utövades på förskolan, i gymnastiksal, utomhus samt i skogen beskrev pedagogerna.

Figur 5. Hur ofta använder du dig av planerad rörelseaktivitet? (Fråga 10).



Antal svarande 70/70

Kommentar:

Vi kan konstatera att 27 av pedagogerna använder sig av rörelseaktivitet några gånger i veckan. På denna fråga svarade pedagogerna på fler alternativ än ett.

*Vad anser du vara din roll i barnens rörelseaktivitet?*

Antal svarande 65/70

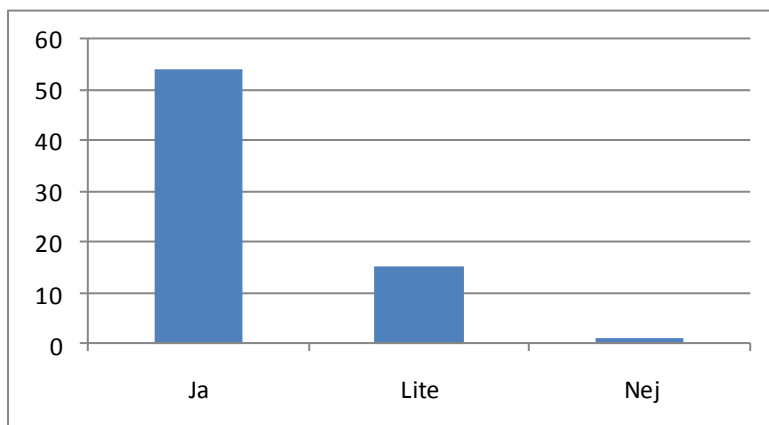
27 pedagoger säger sig inta en ledarroll i rörelseaktiviteten. Några andra roller som pedagogerna i hög grad intar är inspiratör (18 stycken) och förebild (13 stycken) svarade pedagogerna. Fler roller som nämndes av pedagogerna var deltagare, stödjare och observatörer. En del pedagoger beskrev att de intog flertalet av dessa roller i rörelseaktiviteten.

*Tycker du att det är roligt att planera och leda rörelseaktiviteter?*

Antal svar 70/70

Av de tillfrågade pedagogerna tycker 61 stycken att det är roligt att planera och leda rörelseaktiviteter för barnen på förskolan och bara 9 pedagoger har svarat att det är roligt ibland.

Figur 6. *Är du trygg i din yrkesroll gällande rörelseaktivitet? (Fråga 6).*



Antal svarande 70/70

Kommentar:

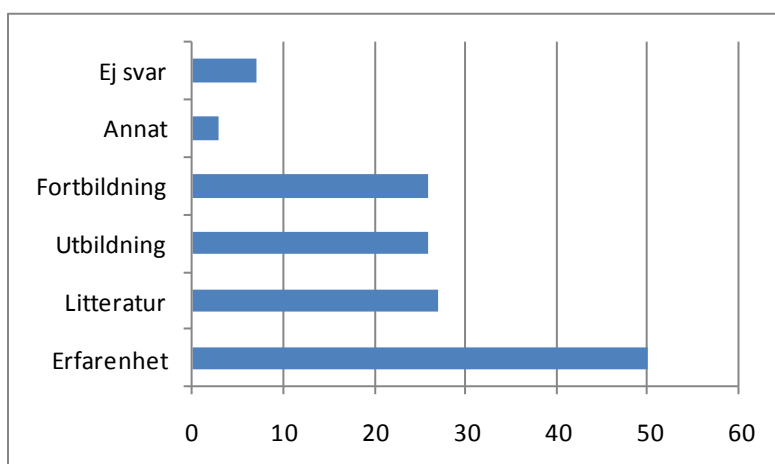
54 av 70 pedagoger kände sig trygga i sin yrkesroll gällande rörelseaktivitet.

*Har du erfarenhet av olika rörelseaktiviteter?*

Antal svar 70/70

På denna fråga svarade 45 stycken pedagoger ja, 25 stycken lite och ingen sa sig sakna erfarenhet.

Figur 7: Hur pedagoger förskaffar sig sin kunskap gällande rörelseaktiviteter? (Fråga 7b)



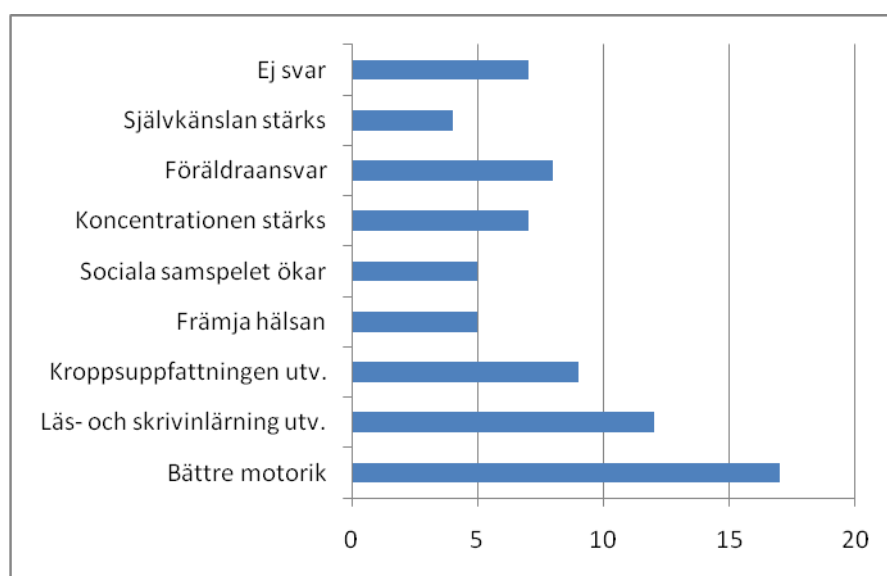
Antal svarande 63/70

Kommentar:

Här fick pedagogerna nämna de alternativ som stämde in på dem, fler svarsalternativ kunde gälla samma pedagog. Som man kan utläsa av diagrammet är det en liten del som har fortbildning och utbildning som svarsalternativ i jämförelse med erfarenheten som utgör den största delen. Detta kan bero på att 36 av de 70 tillfrågade pedagogerna har arbetat 15 år eller mer och har då en lång erfarenhet.

Figur 8. Tror du att det finns skillnader i barns utveckling beroende på om de erbjuds rörelseaktiviteter på förskolan? (Fråga 14).

66 pedagoger svarade ja, 5 pedagoger svarade nej och 2 valde att inte besvara frågan. Efter denna fråga hade pedagogerna möjlighet att motivera sina svar om de tror att det är stora skillnader i barns utveckling beroende på om de erbjuds eller inte erbjuds rörelseaktivitet på förskolan. I diagrammet nedan går det att utläsa de 66 pedagogernas motiveringar som svarade ja på frågan.



Antal svarande 66/70

Kommentar:

17 pedagoger svarade att barnens motorik utvecklas och 12 stycken anser att läs- och skrivinlärning utvecklas. 9 pedagoger beskrev att förskola och hem delar ansvar för barnens utveckling med detta menas att pedagogerna tycker att det också är ett föräldransvar. Pedagogerna beskrev en oro för att barnen åker bil och körs i vagn i allt större utsträckning nu för tiden.

*Erbjuds du på din förskola någon form av fortbildning gällande rörelse?*

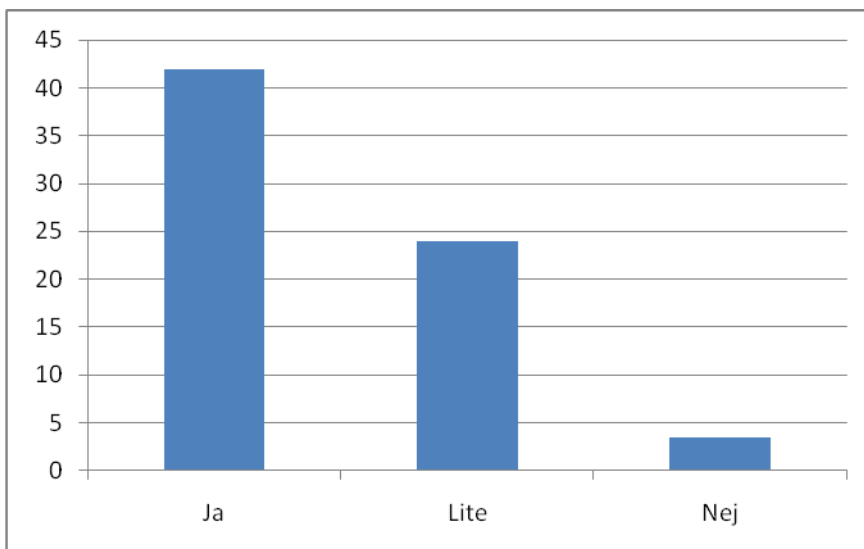
*Är det något du saknar gällande ämnet rörelse?*

Antal svar 70/70

Av enkätsvaren kunde vi utläsa att 40 av 70 inte erbjuder någon fortbildning i ämnet. *Alla* pedagogerna säger sig vilja få fortbildning och erfarenhetsutbyte inom ämnet rörelse.

## Läroplanen

Figur 9. *Har du kunskap om vad som står i läroplanen om rörelse?* (Fråga 19).

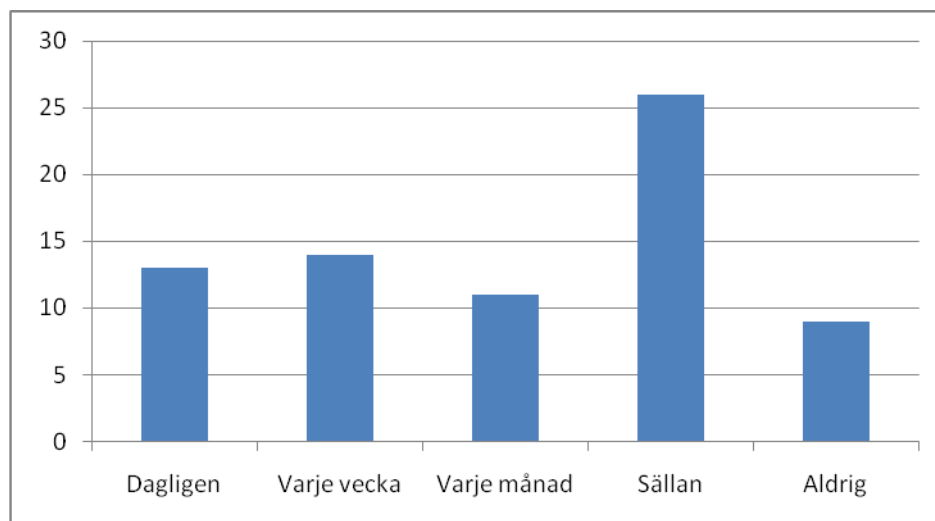


Antal svar 70/70

Kommentar:

42 av pedagogerna beskriver att de har kunskap om vad som står om rörelse i läroplanen. Endast fyra pedagoger säger sig sakna kunskap om vad som står i läroplanen om rörelse.

Figur 10. *Hur ofta använder du dig av läroplanen i ditt arbete gällande rörelseaktivitet?* (Fråga 18).



Antal svarande 70/70

Kommentar:

35 av pedagogerna använder sig sällan eller aldrig av läroplanen när det gäller arbetet med rörelseaktivitet. Vad beror då detta på? Var det vår frågeställning som var oklar eller ligger inte läroplanen till grund vid planering av rörelseaktiviteter? På denna fråga har ett fåtal pedagoger gett fler än ett svarsalternativ.

## Resultatsammanfattning

Utifrån vår enkätundersökning har vi kunnat utläsa att pedagogerna har en positiv inställning till rörelseaktivitet på förskolan. Majoriteten av pedagogerna använder sig av rörelseaktivitet. Pedagogerna har beskrivit en hel del aktiviteter, lekar och motoriska övningar som de använder sig av under rörelseaktiviteten. Många av pedagogerna har beskrivit att med hjälp av rörelseaktiviteter kan barnen utvecklas positivt.

Resultatet visar en variation av områden som pedagoger menar att rörelseaktiviteter utvecklar. Pedagogerna uttrycker sig att under rörelseaktiviteter utvecklar barnen olika kunskaper, färdigheter och förmågor som till exempel läs- och skrivutvecklingen och motoriken förbättras (se figur 3 sidan 17). Många pedagoger anser att barnen genom rörelseaktivitet utvecklar den sociala förmågan, dessutom stärks självkänslan och självförtroendet genom dessa aktiviteter. I pedagogernas svar framkom det att pedagogerna tror att om barn som rör sig och får utlopp för sin energi har senare lättare för att kunna sitta still och koncentrera sig.

Ett tänkvärt citat från en pedagog:

Rörelseglada barn lär sig lättare...

Hälsan är också ett område som många pedagoger berör i vår enkät, de menar att det är viktigt att barnen får goda vanor när det gäller hälsa. Detta framförallt för att barnen ska få en vilja och lust att röra och aktivera sig till skillnad från stillasittande aktiviteter. Flertalet pedagoger

hävdar dock att det bör ske naturligt med rörelse i en tidig ålder. Även ämnen som matematik och språk tog pedagogerna upp som viktiga delar i barnens rörelseutveckling som tränas med hjälp av rörelseaktiviteter.

Något som framkom tydligt i vår undersökning var att flera pedagoger tycker att vi på förskolan delar ansvaret med föräldrar när det gäller barnens behov att röra sig (se figur 8 sidan 20). De anser att grunden bör läggas i hemmet redan i tidig ålder, för att motverka ett framtida stillasittande hos barnen. Därför är det bra att vi på förskolan är ett komplement till hemmet när det gäller rörelse.

## **Diskussion**

Vår studies syfte är att undersöka pedagogers arbete gällande rörelseaktivitet tillsammans med barnen på förskolan. I detta avsnitt analyseras och diskuteras resultatet med hjälp av forskning och författarnas beskrivning om rörelseaktivitet.

## **Pedagoger**

De flesta pedagoger var förskollärare och hade lång erfarenhet, 36 av 70 hade arbetat 15 år eller mer. Oavsett vilken ålder de hade på barnen i sin barngrupp så arbetade de med rörelseaktivitet. Utav de tillfrågade pedagogerna kände sig 54 stycken trygga i sin yrkesroll gällande rörelseaktivitet. Detta är ett bra resultat för om pedagogerna känner sig trygga, anser vi att det leder till ett engagemang hos pedagogerna när de utövar rörelse tillsammans med barnen.

De flesta pedagoger anser sig ha erfarenhet om hur man arbetar med barns rörelse (se sidan 19). Grindberg och Jagtoien (2000) beskriver att pedagoger med goda ämneskunskaper om sitt arbete kan förmedla en säkerhet och trygghet när man arbetar tillsammans med barnen. Det är även viktigt att ha en insikt i barnens utveckling och lek teori, samt grunderna i det man lär ut exempelvis motorik och rörelseaktivitet. I de flesta fall sa sig pedagogerna inta en ledarroll när de utövar rörelseaktiviteter. Det fanns även andra roller som pedagogerna intog till exempel inspiratörer och förebilder. Här kan vi se likheter med hur vi själva ser på rollen som vi pedagoger tar på oss vid rörelse. Tycker vi som pedagoger det är roligt och lärorikt så lockar vi med barnen i vårt engagemang.

Majoriteten av pedagogerna på de förskolor vi har undersökt tycker att det är roligt att leda och planera rörelseaktiviteter. Detta överensstämmer också med våra egna tankar och funderingar om rörelse. 50 av de tillfrågade pedagogerna har förskaffat sig sin kunskap om rörelse genom erfarenhet och 52 pedagoger har förskaffat sig kunskapen genom fortbildning och utbildning.

## Rörelse

Resultatet visar att 66 pedagoger arbetar med planerad rörelseaktivitet på förskolan. Detta görs på olika sätt och med hjälp av olika aktiviteter, pedagogerna har beskrivit olika rörelseaktiviteter och lekar som de använder. Ericsson (2005) tycker att man i förskolan bör arbeta med framförallt med de grovmotoriska rörelserna för att automatisera dessa. Hon ger tips på aktiviteter som pedagoger kan använda sig av tillsammans med barnen. En del av aktiviteterna hon nämner kan vi se att även pedagogerna i vår undersökning använder så som motorikbanor, rörelselekar, miniröris och sånglekar.

De flesta pedagoger har en klar åsikt om varför de arbetar med rörelseaktivitet och på vilket sätt det är kopplat med barns utveckling. Se figur 5 beskrivs det många olika anledningar till att pedagogerna använder sig av rörelseaktivitet tillsammans med barnen som till exempel för att utveckla socialt samspel, hälsoperspektiv och rörelsebehov. Ett stort antal pedagoger beskriver att de ofta använder sig av rörelse för att träna motorik, öka kroppsuppfattningen och framförallt för att det är roligt. Merleau-Ponty (1997) menar att genom rörelse lär man känna sin kropp, vidare menar han att kroppen lär sig vissa rörelser automatiskt. All kunskap finns inlär i kroppen som till exempel hos musiker, de behöver inte titta efter var de har sina händer utan de kan spela sitt instrument ändå.

Planerade rörelseaktiviteter använder vi oss av för att utveckla barns motorik, kroppsmotvetenhet och koordinationsförmåga. Rörelseaktiviteter används också när vi leker, sjunger, dansar, dramatiserar och har skapande verksamhet tillsammans med barnen. Pedagogerna menar att den motoriska utvecklingen gör att barnen utvecklar en mängd andra färdigheter såsom socialt samspel, motorik och kroppsuppfattningen förbättras.

Dessen (1990) visar en modell (se sidan 7) på barns personlighetsutveckling där den motoriska utvecklingen har betydelse för den fysiska, emotionella, kognitiva och den sociala utvecklingen. Dessens modell beskriver att den sociala förmågan utvecklas efterhand som barnen lär sig de motoriska färdigheterna. Både vi och pedagogerna i vår undersökning anser att när barnen leker och rör på sig tillsammans utvecklas det sociala samspelet. Fysisk aktivitet stärkte den sociala relationen mellan människor ansåg da Feltre (Annerstedt 1991). Som teorierna visar och pedagogerna svarar att barnens sociala förmågor utvecklas i samspel med den motoriska utvecklingen. Alla pedagogerna anser att vikten av motorik i förskolan för att det är en betydelsefull del i barns utveckling, vilket vi som gör undersökningen tycker är positivt eftersom det står i Lpfö 98 att förskolan skall sträva efter att varje barn utvecklar sin motorik.

Det vi ser i undersökningen är att 26 pedagoger använder sig av planerad rörelseaktivitet några gånger i veckan. Pedagogernas målsättning var att alla barnen skulle delta men de barn som inte ville eller kunde vara med fick iaktta och försöktes sedan lockas med. De flesta pedagoger tyckte att i de flesta fall kunde de locka med barnen så de ville delta i rörelseaktiviteten. De går att utläsa i resultaten vad pedagogerna använder sig av för olika rörelseaktiviteter såsom miniröris, rörelselekar och rörelsesånger. Precis som Ericsson (2005) nämner är det några olika rörelseaktiviteter som vi pedagoger kan använda oss av för att barnen ska öka och utveckla sin motorik. Dessa olika rörelseaktiviteter använder pedagogerna sig av oavsett vilken miljö de befinner sig i, antingen på förskolan, i gymnastiksal, skogen eller utomhus.

I svaren beskrev pedagogerna en oro eftersom de ser en tendens till att barnen åker mer bil och körs mer i vagn än tidigare. På detta sätt begränsas barnens rörelseutveckling och därför

väljer pedagoger i större utsträckning att erbjuda och använda sig av rörelseaktiviteter på förskolan. Att barnen åker bil eller bli körd i vagn är något vi ser dagligen i vår verksamhet och detta anser vi kan bidra till att ”gratismotionen” och lusten till att röra sig faktiskt uteblir. Det vi tycker är positivt är att pedagogerna kan få in rörelseaktiviteter tillsammans med barnen oavsett var de befinner sig någonstans. Vår erfarenhet säger att nästan all rörelseaktivitet går att utöva var som helst och det är så vi arbetar på våra förskolor.

Piaget (1964) anser att barns motorik ligger till grund för barnets fortsatta utveckling. I det sensoriomotoriska stadiet, lär sig barnet hela tiden nya saker genom motorik och sinnesupplevelser, det pågår hela tiden en utveckling av sinnen, intelligens och kropp. Vi tycker precis som Piaget att barn utvecklas genom sina handlingar, dessa ger erfarenheter som i sin tur leder till utveckling Piaget (1964).

Enligt Ericsson (2003) kan brister i den grovmotoriska utvecklingen leda till problem med koncentration, tal och inläring. Ericsson kopplar samman sin beskrivning med Piaget som förklarar så här. Hämmas barnets rörelser kan det leda till färre sensomotoriska erfarenheter och även leda till svårigheter med den intellektuella utvecklingen.

Av de 70 tillfrågade pedagogerna tyckte 63 stycken att det finns skillnader i barns utveckling beroende på om de erbjuds rörelse i förskolan. En annan skillnad hos barnen kan också enligt pedagogerna vara utvecklingen av kroppsuppfattningen, läs och skrivutvecklingen samt att det även är ett föräldransvar.

Ericsson (2005) nämner att pedagoger oftast vill skapa goda relationer till barnen och deras föräldrar. Ett exempel på detta kan vara att bjuda in till föräldraträffar och där anordna någon form av aktivitet så som familjegymna, leka lekar eller promenad. På detta sätt enligt Ericsson (2005) skapar man en god kontakt och en god stämning, samtidigt som man lyfter fram motorikens betydelse. Förhoppningsvis skapar det ett engagemang hos föräldrarna i barnens rörelseutveckling.

Föräldrar uppmuntras till att prata och läsa mycket med sina barn för att på så sätt stimulera språkutvecklingen, lika viktigt kan det vara att leka lekar med barnen det vill säga lekar som innefattar stora kroppsrörelser för att på detta sätt stimulera den motoriska utvecklingen Ericsson (2005). Barn behöver ges möjlighet till rörelse för att utveckla en god fysik menar Dessen (1990). För barnens inläring ska kunna ske är det en fördel enligt Grindberg & Jagtoien (2000) om barnen har skaffat sig en god kroppsuppfattning och kroppskontroll. Ofta har barnen som Dessen (1990) beskriver en naturlig vilja att röra på sig och en god kroppsuppfattning utvecklas när barnen klarar av nya rörelser. En viktig del i barnens utveckling som pedagogerna har angett i vår undersökning är att kroppsuppfattningen ökas när barnen erbjuds rörelse på förskolan. Motoriken gynnar all inläring och med detta anser pedagogerna att de barn som får röra på sig oftare får lättare att sitta still och koncentrera sig. Detta bekräftar Langlo Jagtoien, Hansen & Annerstedt (2002) som menar på att en fysisk aktivitet ger kroppen mer energi, vilket gör att barnen kan utvecklas såväl fysiskt som psykiskt.

## Läroplanen

I vår undersökning visade det sig att en majoritet av de tillfrågade pedagogerna har en god kunskap om vad som står om rörelse i läroplanen, vilket vi tycker är väldigt positivt. Läroplanen har funnits som en röd tråd i vår utbildning och vi tycker att det är ett viktigt pedagogiskt hjälpmedel. I de flesta verksamheter finns både förskollärare och barnskötare och det är lika viktigt att alla i arbetslaget använder sig av läroplanen i det dagliga arbetet. Läroplanen är ett styrdokument med strävansmål som vi på förskolan är ålagda att använda oss av. Det står att vi skall sträva efter att utveckla varje barns motoriska förmåga. Förskolan skall erbjuda barnen en god och trygg miljö, som skall stimulera och inspirera barns utveckling och lärande Lpfö (1998).

Vidare skrivs det i läroplanen att pedagogerna skall se till varje barns möjligheter och att pedagogerna även skall engagera sig i samspelet både i barngruppen och det enskilda barnet. I läroplanen står det att barn ska röra sig i förskolan men det står inget om kopplingen mellan rörelselek och barns övriga utveckling. Målet är att barnen ska utveckla dessa olika förmågor, det står inget specifikt om hur barnen med hjälp av rörelse kan utveckla specifika områden. Däremot finns det andra mål som förskolan med hjälp av rörelselek kan uppnå, dessa är att varje barn ska utveckla sin identitet, självständighet och tillit till sin egen förmåga.

Med tanke på att ett så stort antal pedagoger säger sig ha kunskap om vad som står om rörelse i läroplanen, tycker vi att resultatet av hur ofta pedagogerna använder sig av läroplanen i sin planering är lite märkligt. Hälften av pedagogerna i undersökningen använder sig sällan eller aldrig av läroplanen i sitt planerande arbete gällande rörelse.

Kan en aspekt av detta vara hur vi formulerade frågan ”*Hur ofta använder du dig av läroplanen i ditt arbete gällande rörelseaktivitet?*”. Vi ställer oss frågan om vi var otydliga i vår frågeställning? Tolkade pedagogerna oss som att de konkret tar fram och läser direkt ur läroplanen. Vi anser att läroplanen är ett redskap som hela tiden ska finnas med i våra tankar och när vi planerar arbetet gällande rörelse.

## Metoddiskussion

Vårt syfte med denna studie var att undersöka pedagogers arbete gällande rörelseaktivitet tillsammans med barnen på förskolan. Vi har under arbetets gång diskuterat och vägt för och nackdelar i vårt val av metod. De metoder vi har valde mellan var att intervjua pedagoger eller att göra en enkätundersökning. Vi vet att båda är användbara utifrån vårt syfte. Efter noga övervägande föll valet på enkätundersökning. Med en enkät vet vi att vi når fler pedagoger och på så vis få fler pedagogers kunskap, syn och arbetssätt på rörelseaktiviteter tillsammans med barnen i förskolan.

Vi använde oss av fasta frågor/ ”sak”frågor, underfrågor och även plats för pedagogernas egna motiveringar. Det vi försökte tänka på var att våra enkätfrågor blev av så tydlig karaktär så att vi fick svar på vårt syfte. Genom att vi gjorde pilotstudier fick vi respons på vissa frågor och dess formuleringar, dessa kunde vi då formulera om innan vi lämnade ut enkäterna till pedagogerna.

Pedagogerna har besvarat de flesta frågor men på en fråga var en del pedagoger osäkra på hur vi menade. Frågan var en följdfråga till fråga 8a som är *Erbjuds barnen planerade rörelseaktiviteter på förskolan? Ja, Nej.* 8b *Om, ja hur erbjuds barnen dessa?* De flesta svarade ja på fråga 8a men hade svårt att besvara fråga 8b hur barnen erbjuds rörelseaktivitet. Flertalet pedagoger beskrev olika rörelseaktiviteter såsom miniröris, motorikbana, rörelsesånger och rörelselekar. Det vi ville veta av pedagogerna var ”hur” de erbjöd barnen rörelseaktiviteter exempelvis på samlingen, vid utevistelsen, planerad gymnastiktid eller på annat sätt. Skulle vi då formulera frågan på ett annat sätt för att få svar på en av våra underfrågor till vårt syfte. I efterhand har vi kommit fram till att vi skulle formulera frågan enligt följande när eller vid vilket tillfälle erbjuder du som pedagog dessa rörelseaktiviteter. Vi tycker att pedagogernas svar har besvarat vårt syfte med undersökningen att undersöka pedagogers beskrivning gällande rörelseaktivitet tillsammans med barnen på förskolan.

En risk med att göra enkätundersökning är att det kan bli ett stort bortfall. Björkdahl Ordell (2007) skriver att det är väldigt svårt att undvika någon form av bortfall. Man får ta med i beräkningen att en del enkäter aldrig lämnas in. Det finns två olika sorters bortfall, det interna bortfallet och de enkäter som inte återfås. Internt bortfall är när respondenterna väljer att inte besvara en eller flera frågor. Vi hade inte så många enkäter som inte besvarades, vi lämnade ut 80 stycken och fick tillbaka 70 stycken enkäter. Majoriteten av bortfallet på vår undersökning berodde på sjukdom hos pedagogerna på en förskola. Däremot hade vi ett visst internt bortfall på en del av våra enkätfrågor, dessa har vi redovisat i vår resultatdel.

Sammanfattningsvis anser vi att det var en intressant och lärorik undersökningsmetod. Nu i efterhand vet vi att pedagogernas svar troligen varit mer uttömmande om vi valt att använda oss av intervju istället.

Vi ville nå ut till så många pedagoger som möjligt för att undersöka hur de arbetar på de olika förskolorna gällande rörelse. Pedagogernas svar ligger till grund i vårt resultat och har visat sig vara användbart för vårt syfte, att undersöka pedagogers arbete gällande rörelseaktivitet tillsammans med barnen på förskolan.

## **Didaktiska konsekvenser**

Alla barn är olika, de har olika behov och olika förutsättningar detta är något alla som arbetar med barn bör tänka på och arbeta utifrån. Vårt uppdrag som pedagoger är att tillgodose alla barns behov och förutsättningar enligt Lpfö (1998). Därför behöver vi som pedagoger alltid ta hänsyn till, anpassa och utveckla vår verksamhet tillsammans med barnen på förskolan. De vi blev förvånade över i resultatet var att ett så stort antal pedagoger inte använde sig av läroplanen när de planerade rörelseaktiviteter. Vi ställer oss då frågan varför använder pedagogerna sig inte av läroplanen som är ett styrdokument i vår verksamhet.

Rörelseaktiviteter använder sig alla de 9 förskolor av som var med i vår undersökning, detta var ett positivt och bra resultat. Vi anser att detta innebär att de flesta som arbetar i de undersökta förskolorna inser vikten av att röra sig. Precis som Holle (1985), Dessen (1990) och Ericsson (2003) har kommit fram till är rörelse är viktigt för alla barn liten som stor. Barnen utvecklas olika och en del barn behöver mer tid. Det viktigaste är att alla barn får möjlighet att utvecklas utifrån sina förutsättningar och i sin egen takt. Vi är rörande överens med dessa forskare om att rörelse är viktigt för barnens välbefinnande och utveckling.

Utifrån vår empiri och forskning har vi kunnat utläsa att pedagogerna tycker att rörelseaktiviteter har en betydande roll även för barnens utveckling. Vi tycker att det är viktigt att använda sig av planerad och spontan rörelseaktivitet både inomhus och utomhus så som lekar, motorikbanor med mera. När vi som pedagoger planerar verksamheten bör vi tänka igenom *vad* som bör göras, *hur* det genomförs och *varför* aktiviteten är viktig.

Vi tycker att det är viktigt att pedagoger erbjuds fortbildning när det gäller rörelse. Detta säger även de tillfrågade pedagogerna i vår undersökning, där 40 stycken beskriver att de fått fortbildning inom detta ämne. De flesta pedagoger sa sig ha förskaffat sig sin kunskap genom erfarenhet. Vi tycker det är viktigt att få ett nytänk, behålla intresset och lusten till att röra sig tillsammans med barnen. Då är det viktigt att vi får förnyelse, inspiration och kunskap, detta genom att få tillgång till föreläsningar, forskning, litteratur, workshop, kurser och fortbildning med mera inom ämnet rörelse.

## **Fortsatt forskning**

Efter att ha gjort denna undersökning med pedagoger på förskolan har vi funderat på hur barnen ser på att använda sig av rörelseaktiviteter. Det skulle därför vara intressant att intervjua barnen på olika förskolor. Detta för att få en uppfattning av vad de tycker om rörelseaktivitet. Intressant vore också att observera barnen på förskolan för att få en uppfattning och en bild om hur barnen förhåller sig till att delta i olika rörelseaktiviteter. Genom att intervjua barn får de chans att berätta precis hur de vill att rörelseaktiviteten bör vara utformad på sin förskola.

Vi tror att om barnen får ge förslag på vad de vill göra inom ämnet rörelse så är det troligtvis genomförbara och bra förslag. Ytterligare intressant undersökning i ämnet rörelse hade varit att undersöka om det finns skillnader mellan förskola och förskoleklass. Då är vi intresserade av hur pedagoger och barn använder sig av och uppfattar rörelseaktivitet.

## Referenser

Annerstedt, Claes (1991). *Idrottslärarna och idrottsämnet. Utveckling, mål, kompetens- ett didaktiskt perspektiv*. Göteborgs universitet. Institutionen för pedagogik.

Backman, Jarl (1998) *Rapporter och uppsatser*. Lund: Studentlitteratur.

Björkdahl Ordell, Susanne (2007). Kvantitativ metod – ett annat sätt att tänka? I Dimenäs, J (red) *Lära till lärare. Att utveckla läraryrket- vetenskapligt förhållningssätt och vetenskaplig metodik*. (s. 84-96, 192-197). Stockholm: Liber AB.

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

Ericsson, Ingegerd (2003). *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer- en interventionsstudie i skolår 1-3*. Doktorsavhandling, Malmö Högskola. (Akademisk avhandling).

Ericsson, Ingegerd (2005) *Rör dig – lär dig*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Grindberg, Tora & Jagtoien Langlo, Greta (2000). *Barn i rörelse. Fysisk aktivitet och lek i förskola och skola*. Lund: Studentlitteratur.

Holle, Britta (1985). *Rörelseberedd- lekberedd?* Stockholm: Natur och Kultur.

Kihlström, Sonja (2007). Att undersöka. I Dimenäs, J. (red.). *Lära till lärare. Att utveckla läraryrket- vetenskapligt förhållningssätt och vetenskaplig metodik*. (s. 226-242). Stockholm: Liber.

Langlo Jagtoien, Greta. Hansen, Kolbjorn. Annerstedt, Claes (2002). *Motorik, lek och lärande*. Göteborg: Multicare förlag AB.

Lpfö 98. *Läroplan för förskolan* (2006). Stockholm: Skolverket

Mellberg, Britt- Marie (1993). *Rörelselek: En metod att stimulera barns utveckling*. Stockholm: Liber AB.

Merleau-Ponty, Maurice (1997). *Kroppens fenomenologi*. Göteborg: Bokförlaget Daidalos AB.

Piaget, Jean (1964). Part 1: Cognitive Development in Children: Piaget. Development and learning. *Journal of research in science teaching*, vol. 2: s. 176-186.

Piaget, Jean (1988). *Barnets själsliga utveckling*. Lund: Liber.

Thurén, Thorsten (2007). *Vetenskapsteori för nybörjare*. Stockholm: Liber AB.

Trost, Jan (2007). *Enkätboken*. Lund: Studentlitteratur.

Vetenskapsrådet (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Utgiven av Vetenskapsrådet, [www.vr.se](http://www.vr.se).



Borås den 17 september 2009

Missivbrev

### **Enkätundersökning om rörelse I förskolan.**

Med hjälp av denna enkät vill vi undersöka pedagogers arbete, tankar och förhållande till rörelse i förskolan. Med rörelse menar vi planerad aktivitet inne eller ute där rörelse för barnen ingår och inte den rörelse som dagligen sker i den fria leken. Studiens syfte är att undersöka pedagogernas arbete gällande rörelseaktivitet tillsammans med barnen i förskolan. Vi önskar på detta sätt få ökad kunskap om rörelseaktivitet i praktiken inom förskolan. Vi vill på detta sätt också fördjupa oss och få en större kunskap i ämnet.

Vi är två barnskötare som läser en uppdragsutbildning till lärare med inriktning mot de yngre barnen. I vår yrkesroll kommer vi i kontakt, utövar och även leder olika rörelseaktiviteter. Undersökningen ingår i vårt examensarbete och genomförs med hjälp av denna enkät.

Denna enkät är frivillig att delta i, men det vore tacksamt om Du tog Dig tid att delta i vår undersökning. Du som svarar är anonym på det sätt att Ditt namn och vilken förskola Du arbetar på kommer inte att stå på enkäten eller i undersökningen. Detta betyder att det endast är vi som forskare som kommer att få tillgång till svaren på dessa enkäter. När Du svarat på enkäten lägger Du den i det medskickade kuvertet och försluter detta för att sedan lämna det till kontaktpersonen på Din förskola, **senast torsdagen den 1 oktober 2009.**

Om Du har funderingar och frågor är Du givetvis välkommen att kontakta oss.

Anneth Håkansson                    xxxxxxxxxxx                    Mail: [s074218@utb.hb.se](mailto:s074218@utb.hb.se)

Helén Gustavsson                    xxxxxxxxxxx                    Mail: [s074219@utb.hb.se](mailto:s074219@utb.hb.se)

Tack på förhand och vi hoppas på Din medverkan!

Med vänlig hälsning



## Enkätundersökning om barns rörelseaktivitet i förskolan

När Du besvarar denna enkät önskar vi att Du utgår ifrån dina egna tankar och erfarenheter. Vissa frågor kan Du besvara med flera svarsalternativ och i en del frågor har Du möjlighet att lägga till egna svar.

### Bakgrund:

1. Är du  Man  
 Kvinna

### 2. Vilken utbildning har Du?

- Förskollärare  Barnskötare  
 Annan \_\_\_\_\_

### 3. Hur länge har Du arbetat inom förskolan?

- 0-4 år  5-9 år  
 10-14 år  15 år eller mer

### 4. Vilka åldrar är det på barnen i Din nuvarande barngrupp?

- ca 0-3 år  ca 3-5 år  
 ca 1-5 år  Annan \_\_\_\_\_

**Rörelse:**

**5. Tycker Du det är roligt att planera och leda rörelseaktiviteter?**

- Ja                               Ibland                               Nej

**6. Är Du trygg i din yrkesroll gällande rörelseaktivitet?**

- Ja                               Ibland                               Nej

**7a. Har Du erfarenhet av olika rörelseaktiviteter?**

- Ja                               Lite                               Nej

**7b. Om ja, hur har Du förskaffat Dig denna?**

- Utbildning                       Erfarenhet                       Fortbildning                       Litteratur
- Annan \_\_\_\_\_

**8a. Erbjuds barnen planerade rörelseaktiviteter på förskolan?**

- Ja                               Nej

**8b. Om ja, hur erbjuder Du barnen dessa?**

\_\_\_\_\_

**Om nej, varför inte?**

\_\_\_\_\_

**9. Varför använder Du Dig av rörelseaktiviteter?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**10. Hur ofta använder Du Dig av planerad rörelseaktivitet?**

- Dagligen                       Några dagar i veckan  
 En gång i veckan             Några gånger i månaden  
 Sällan                             Aldrig

**11. Var någonstans är Du när Du har rörelseaktivitet?**

- På förskolan                       I gymnastiksal                       Utomhus  
 Annan \_\_\_\_\_

**12. Ge exempel på dessa rörelseaktiviteter.**

---

---

---

---

---

**13. Hur gör Du med de barn som inte vill delta i rörelseaktiviteten?**

- Alla måste delta                 Det är valfritt  
 Annat \_\_\_\_\_

**14. Tror Du att det finns skillnader i barns utveckling beroende på om de erbjuds rörelseaktivitet på förskolan?**

- Ja                                       Nej

Motivera: \_\_\_\_\_

---

---

**15. Vad anser Du vara Din roll i barnens rörelseaktivitet?**

\_\_\_\_\_

**16. Erbjuds Du på Din förskola någon form av fortbildning gällande rörelse?**

- Ja  Nej

Om ja, vilken \_\_\_\_\_

**17. Är det något Du saknar inom ämnet rörelse?**

- Litteratur  Fortbildning  Övrigt material

- Erfarenhetsutbyte  Annat \_\_\_\_\_

**Läroplanen:**

**18. Hur ofta använder Du Dig av läroplanen i Ditt arbete gällande rörelseaktivitet?**

- Dagligen  Varje vecka  Varje månad

- Sällan  Aldrig

**19. Har Du kunskap om vad som står i läroplanen om rörelse?**

- Ja  Lite  Nej

*Stort tack för Din medverkan.*

