

Förskolans balansgång mellan fri- och styrd rörelseträning

– en kvalitativ studie om förskolors arbete med rörelseträning

Pia Saku

IDROTTSHÖGSKOLAN
I STOCKHOLM
Examensarbete 33:2005
Läroutbildningen 2001-2005
Handledare: Suzanne Lundvall

Balancing between independent and conductive motor activity training in preschool

**- a qualitative study of preschools work with
motor activity training**

Pia Saku

STOCKHOLM UNIVERSITY COLLEGE OF
PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Graduate essay 33:2005

Teacher program 2001-2005

Supervisor: Suzanne Lundvall

Sammanfattning

Syfte

Syftet med denna uppsats har varit att undersöka hur förskolor med motorisk inriktning arbetar för att stimulera barnets rörelseutveckling. För att studera detta har undersökningens tyngdpunkt legat på följande frågeställningar:

Vad karaktäriserar de studerande förskolornas rörelseträning?

Vad är de studerade förskolornas mål med rörelseträning?

Hur vill de studerade förskolorna beskriva rörelseträningens inverkan på barnet?

Hur ser de studerade förskolorna på behovet av rörelseträning?

Metod

Fyra djupintervjuer gjordes med personer på förskolor som arbetar med motorisk inriktning. Mitt urval baserades på ett strategiskt urval med hjälp av en kartläggning av Stockolms stadsdelsnämnders förskoleverksamhet genom internet, samt vidare genom Stockholmstads serviceguides fritextsökning. Därefter sändes e-post till tio kontaktpersoner för förskoleenheter och ytterligare tio förskolor kontaktades direkt per telefon. Efter samtal med förskolepersonal och svar från två enhetskontaktpersoner, valdes slutligen fyra namn ut på ansvarig förskolepersonal som arbetade med motorisk inriktning i olika stadsdelsnämnder. Vid intervjutillfället gjordes även en observationsstudie av förskolors rörelseutrymmen inne och ute, samt tillgång till material och redskap.

Resultat

Representanterna på de studerade förskolorna lyfter fram att rörelseträning är viktigt för barns helhetsutveckling. De anser att det är betydelsefullt att rörelseträningen sker i medveten form, samt att den är strukturerad. Förskolornas mål är att rörelseträningen bidrar till att barnets rörelser automatiseras. Rörelseträning förbättrar barns inläring, ger kroppskontroll, stärker självförtroendet, bidrar till fortsatt rörelseintresse och gör livet enklare, enligt respondenterna. Samtliga intervjuade är överens om att det finns ett ökat behov av rörelseträning.

Slutsats

Det är viktigt att de som ansvarar för barns utveckling har goda kunskaper om den motoriska utvecklingen, samt dokumenterar barns motorik. Detta för att tidigt uppmärksamma och hjälpa barn med bristande rörelseförmåga, vilket även kan minimera risken för att bli efter inom andra utvecklingsområden. Observationsstudien visade att samtliga förskolor hade goda förutsättningar beträffande utrymmen och material, vilket även resulterar i goda möjligheter till rörelsestimulans. Barns rörelsestimulering hänger dock inte enbart på förskolan, utan ett stort ansvar ligger hos föräldrar och att samhället medverkar till förändrade attityder till rörelse.

Summary

Aim

The aim with this essay has been to investigate how preschools profiling in motor activity training, work to stimulate motor development of children. In order to study this, the main focus for the research has been on the following queries:

What characterize motor activity training at the preschools studied?

What is the purpose with the motor activity training of preschools which were studied?

How do the preschools describe the affect that motor activity training has on children?

How do the preschools look at the need for motor activity training?

Method

Four in-depth interviews were conducted with representatives of the chosen preschools profiling in motor activity. My selection was based on a strategic sample and this was made by an internet mapping of preschool activities in the districts of Stockholm, and information from the service guide of the town of Stockholm. Then e-mail was sent to ten contact persons at preschool units, and ten preschools were contacted directly by phone. After calls with preschools and two e-mail replies, four names of preschool personnel who work with motor activity training in different districts of Stockholm were chosen for an interview. An observation of the preschools indoor and outdoor facilities for motor activity training was also made at occasions of the interviews.

Results

The respondents point out that motor activity training is important for the development of children as a whole. They say that it is significant that motor activity training is performed in a conscious form, and that it is structured. The goal of the preschools, according to the respondents is that the motor activity training contributes to the automatization of motions. Motor activity training improves the learning ability of children, the control of the body, the self-confidence, and it contributes to further interest in motion training and a simpler life. All of the preschools agree that there is an increased need for motor activity training.

Conclusions

It is important that the people responsible for the development of children have good knowledge of motor activity development, and that they document motor activity of children. Early attention to children with disabilities can minimize the risk to fall behind in other development areas. The observation of the preschools facilities showed that all of the preschools have the required facilities, witch means that they also have good opportunities for motor activity training. Stimulation of motor activity of children is not only preschools responsibility but also parents and the society, which have to change attitudes towards activity of motion.

Förord

Varför jag valt att intressera mig för området motorik och rörelse, är därför att jag personligen tror att det är en viktig baskunskap att känna till för alla som arbetar och ansvarar för barns utveckling. Som blivande idrottslärare tror jag att jag kommer att ha stor nytta av att ha studerat ämnet närmare, eftersom det har gett mig fördjupade kunskaper i området. Jag vill rikta ett tack till några personer som varit viktiga under arbetets gång. Först och främst vill jag tacka min handledare Suzanne Lundvall för hjälp med uppsatsskrivandet och kritisk granskning av arbetet. Sedan vill jag ge ett lika stort tack till mina respondenter som har gjort detta arbete möjligt att genomföra. De har varit inspirationskällor till min kommande yrkesroll som idrottslärare. Det har varit givande och fascinerande att genomföra dessa samtal, vilka gett många tankeställare. Alla har bidragit med information till studiens resultat. De intervjuade är alla eldsjälar inom området rörelse och medveten rörelseträning, och har motiverat och gett mig kunskap om hur viktigt en medveten arbetsteknik är. Min förhoppning är att en dag kunna arbeta med samma engagemang och drivkraft som de gör.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

SAMMANFATTNING

FÖRORD

INNEHÅLL

1. INLEDNING	1
1.1 Bakgrund och problemformulering	1
1.1.1 Barn leker ute på nätet	1
1.1.2 Barns motoriska utveckling	2
1.1.3 Ett utvecklingsområde påverkar ett annat utvecklingsområde	3
1.2 Syfte	5
1.3 Frågeställningar	5
1.4 Definitioner	5
1.4.1 Motorik	5
1.4.2 Motorisk utveckling	5
1.4.3 Förskola	6
1.4.4 Rörelseträning	6
1.4.5 Motorisk inriktning	6
1.5 Metod	6
1.5.1 Intervju	6
1.5.2 Observation	7
1.5.3 Litteratursökning	7
1.5.4 Urval	7
1.5.5 Genomförande	8
1.5.6 Bearbetning av intervju och observation	9
1.5.7 Validitet och reliabilitet	9
1.6 Tidigare forskning	10
1.6.1 Mugi-projektet	10
1.6.2 Bunkefloprojektet	11
1.6.3 Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestation	12
1.6.4 Kartläggning av svenska barns motorik	14
1.6.5 Vilka effekter har daglig idrottsundervisning i grundskolan haft, för fysisk aktivitet i vuxenlivet?	14
1.7 Styrdokument	15
2. RESULTAT	16
2.1 Intervju förskola 1	16
2.1.1 Rörelseträning	16
2.1.2 Barn med bristande motorik	18
2.1.3 Förskolans utrymmen, lokal och material tillgång	18

2.1.4	Förskolans syn på behovet av rörelseträning	18
2.2	Intervju förskola 2	20
2.2.1	Rörelseträning	20
2.2.2	Barn med bristande motorik	22
2.2.3	Förskolans utrymmen, lokal och material tillgång	23
2.2.4	Förskolans syn på behovet av rörelseträning	23
2.3	Intervju förskola 3	24
2.3.1	Rörelseträning	25
2.3.2	Barn med bristande motorik	27
2.3.3	Förskolans utrymmen, lokal och material tillgång	27
2.3.4	Förskolans syn på behovet av rörelseträning	28
2.4	Intervju förskola 4	29
2.4.1	Rörelseträning	29
2.4.2	Barn med bristande motorik	32
2.4.3	Förskolans utrymmen, lokal och material tillgång	33
2.4.4	Förskolans syn på behovet av rörelseträning	33
3.	SLUTSATS OCH DISKUSSION	34
3.1	Tolkning och analys av resultat	35
3.2	Avslutande tankar	37
3.3	Metodkritik	39
3.4	Vidare forskning	40
3.4.1	Undersökning av barns motorik ur ett genusperspektiv	40
3.4.2	Uppföljning av barn från förskola till skola	41
3.4.3	Utvärdering av förskolläro- utbildningen	41
4.	KÄLL- OCH LITTERATURFÖRTECKNING	42

Bilaga 1: Intervjuguide

Bilaga 2: Ordförklaring

Bilaga 3: Käll- och litteratursökning

1. Inledning

I detta kapitel redogörs för arbetets bakgrund och problemformulering, syfte och frågeställningar. Vidare tas betydelsefulla definitionsbegrepp upp, samt använd metod. I slutet av kapitlet redogörs för tidigare forskning och styrdokument.

1.1 Bakgrund och problemformulering

Nedan följer en beskrivning av problematiken kring dagens barns rörelsestimulans. Därefter följer ett avsnitt om vikten av att känna till barns motoriska utveckling och motorikens betydelse för utveckling av andra områden (socialt, emotionellt och kognitivt).

1.1.1 Barn leker ute på nätet

I Svenska Dagbladet i mars 2005 kunde man läsa en artikelserie om att barns lek har flyttat in.¹ Del 3 i artikelserien handlade om etnologen och forskaren Barbro Johansson som intervjuat barn för sin avhandling om datorn i barns vardag. Där förklarade 12 åringar att ”dator är pizza och leka ute är spenat”. Det ena är gott och det vill man ha, det andra är nyttigt och det man egentligen behöver. Barnen är medvetna om att det är ohälsosamt att sitta inne och säger själva att de skulle vilja vara ute, men datorn lockar slutligen mer. Om barnen inte skulle ha datorn tror de att de skulle vara ute mycket mer, spela fotboll till exempel. Dagens barn leker ”ute” men på nätet menar Johansson. Istället för att hänga med kvartersgänget har barnen sin utearena på internet. Där träffar de kompisar i olika åldrar. Det är lärorikt, spännande och ibland farligt, ungefär som på gatan. Men den stora skillnaden mellan att leka ”ute” på nätet jämfört med att leka ute i närmiljön, är bristen på kroppsrörelse.

I del 4 i samma artikelserie förklarar en 11 årig pojke att det inte bara går att ge sig ut och kolla vem som är på gatan och börja leka, utan man måste ringa och bestämma möte med

¹ Anna Asker och Maria Carling ”Vadå ute”, *Svenska Dagbladet*, Artikel 1-4, 7-10/03 2005.

varandra, och vem orkar det efter en lång skoldag? Då är det lättare att kolla vem som är ”ute” på internet. ”Ute” för 2000-talets barn är att vara på nätet.

Media varnar för att barns fysiska aktivitetsnivå bara sjunker med åren, spontanidrotten existerar inte längre, barnsjukdomar som fetma och diabetes ökar och motoriken försämras.² Hälsa och fysisk aktivitet är ett aktuellt och debatterat ämne i dagens stillasittande samhälle, ett uttalat behov av mer rörelse är tydligt i media, men vad krävs för att vända den negativa trenden som råder?

1.1.2 Barns motoriska utveckling

Barnets första utvecklingsstadium är det sensomotoriska, vilket innebär att perception och motorik utvecklas. Innan detta stadium genomgånns finns ingen möjlighet för barnet att utvecklas vidare. Bland annat hävdas att barn kan få svårigheter med läs- och skrivinlärningen.³ En välutvecklad motorik ger goda förutsättningar för vidare inlärning och utveckling inom andra områden. Motoriken anses således vara en viktig pusselbit i barnets helhetsutveckling.

Lek och rörelse bör för barn som närmar sig skolåldern inriktas på att ge barnet en motorisk helhetsträning så att barnet klarar av de motoriska krav som ställs på barnet, när det börjar skolan. Hörnstenar i den motoriska helheten är:⁴

- En realistisk och god kroppsuppfattning
- En välfungerande grov-, och finmotorik
- Träning av perceptionsförmågan
- En god balans
- En god uthållighet

Barns rörelseutveckling går stegvis i lagbunden ordning efter barnets mognad. De rörelser ett barn gör, och de erfarenheter de får i ett stadium förbereder nästa stadium i

² Anna Asker och Maria Carling ”Vadå ute”, *Svenska Dagbladet*, Artikel 1-4, 7-10/03 2005.

³ Britta Holle, *Normala och utvecklingshämmande barns motoriska utveckling*, 3. uppl. (Stockholm: Natur och kultur, 1994), s. 12.

⁴ Gun Sandborg-Holmdahl & Birgitta Stening, *Inlärning genom rörelse*, 2. uppl. (Sverige: Liber utbildning, 1993), s. 19.

utvecklingen. Kunskapen om barns rörelseutveckling är en viktig baskunskap för dem som ansvarar för barns utveckling.⁵ Den vuxne måste lära sig att ”se” och vara uppmärksam på när barnet inte följer den normala motoriska utvecklingen.⁶ I förebyggande syfte måste det vara angeläget att låta alla barn leka sig igenom de sju motoriska utvecklingsstadier (ligga, rulla, åla, sitta, krypa, stå och gå).⁷

1.1.3 Ett utvecklingsområde påverkar ett annat utvecklingsområde

Ett barn utvecklas samtidigt till kropp och själ, fysiskt och psykiskt, känslomässigt och tankemässigt i samklang med människor och miljö i sin omgivning. Det finns i dag barn som växer upp i rörelsefattig miljö, där barnets behov av rörelsevariation inte tillgodoses. Det finns anledning att oroa sig över detta förhållande eftersom det kan få negativa konsekvenser för barnets totala utveckling.⁸

Motorisk träning utgör en viktig komponent i utvecklingen av perceptionsförmågan, som i sin tur är en del av den kognitiva utvecklingen. Motorisk aktivitet och förmåga, utgör i de unga åren en stor del av ett barns livsinnehåll. En individuellt anpassad och systematiskt uppbyggd motorisk träning kan därför sägas ha betydelse för barns upplevelser av sig själva, den självbild och det självförtroende som barnet utvecklar. Detta i sin tur kan påverka förutsättningarna för kognitiv inläring. Motorisk träning ska ses som ett komplement och hjälpmedel i den kognitiva inläringssituationen. Bland annat kan barnen på ett mycket konkret sätt lära in olika begrepp genom att röra sig.⁹

Barns rörelser har även betydelse för social och emotionell utveckling. En bristfällig motorik kan bli ett hinder för barnet att få delta i leken med andra barn. Denna situation kan medföra att utvecklingen av den sociala förmågan begränsas. Rörelse åtföljs alltid av känslor hos barnet. Lika lyckligt som det barn blir, som lyckas, lika olyckligt blir det

⁵ Gunilla Dessen, *Barn och rörelse: barns rörelseutveckling 0-8 år* (Stockholm: HLS, 1990); Björn Gustafsson & Sol-Britt Hugoh, *Full fart i livet- en väg till kunskap: en bok om barns behov av aktivitet på förskole- och grundskolenivå* (Mjölby: Cupiditas Discendi, 1987); Holle.

⁶ Holle, s. 14.

⁷ Dessen; Gustafsson & Hugoh; Holle; Sandborg-Holmdahl & Stening.

⁸ Dessen, s. 6.

⁹ Sandborg-Holmdahl & Stening, s. 13.

barn, som misslyckas. Upprepade misslyckanden och andras hån är upplevelser som sätter djupa spår. Barnet undviker på alla möjliga sätt att hamna i samma situation igen. Det kan leda till konsekvensen att idrott, motion och dans väljs bort, kanske för resten av livet, eftersom rörelse har laddats med negativa emotionella upplevelser. Träning av motorik gynnar olika utvecklingsområden, och barnets totala utveckling sker i ständig växelverkan mellan rörelse, perception, tanke och språk. Utvecklingen av sensomotoriska funktioner tidigt i livet är grunden för tillägnet av de kognitiva processer, som senare i livet behövs för framgång i samband med inläring.¹⁰

I de tidiga barnåren är mottaglighet enligt erfarna pedagoger för kunskaper och färdigheter som störst, och den sensomotoriska utvecklingen är en viktig bas för det abstrakta tänkandet.¹¹ Enkla vardagsrörelser kräver så stor del av barnets uppmärksamhet, ifall de inte är automatiserade, att det blir svårt att lyssna eller se samtidigt. Av den anledningen kan alltså barn med dåligt utvecklad motorik antas ha sämre förutsättningar än andra att klara av en inläringssituation.¹² Barn med bristande motorik måste ägna energi åt hur uppgiften skall lösas, på bekostnad av själva problemlösningen.¹³

När barnet börjar skolan ställs det inför nya krav. Motoriken har stor inverkan på hur barnet kan tillgodogöra sig undervisningen i skolan. En tillfredställande motorik ger goda förutsättningar att tackla nya krav, som till exempel läsa och skriva. En bristfällig motorik kan således utgöra ett hinder för barnet att vidare utvecklas inom olika områden. Förskolan är av betydelse i detta sammanhang och kan bidra med att träna upp barnets allsidiga motorik, och uppmärksamma de barn som har bristfällig motorik så att de tidigt kan få hjälp av specialist. Att kunna tänka, tala och handla samtidigt är ett led i utvecklingsprocessen. Om vi tränar den förmågan hos barnet, påskyndar vi processen och skapar därigenom bättre möjligheter i praktiskt taget alla inläringssituationer.

¹⁰ Jean Ayres, *Sinnenas samspel hos barn* (Stockholm: Psykologiförlaget, 1988), s. 17-18.

¹¹ Dessen, s. 8.

¹² Sandborg-Holmdahl & Stening, s. 9.

¹³ *Ibid.*, s. 10.

1.2 Syfte

Syftet med denna uppsats har varit att undersöka hur förskolor med motorisk inriktning arbetar för att stimulera barnets rörelseutveckling.

1.3 Frågeställningar

Syftet har lett till följande mer preciserade frågeställningar kring vilka frågeområden har utarbetats.

Vad karaktäriserar de studerande förskolornas rörelseträning?

Vad är de studerade förskolornas mål med rörelseträning?

Hur vill de studerade förskolorna beskriva rörelseträningens inverkan på barnet?

Hur ser de studerade förskolorna på behovet av rörelseträning?

1.4 Definitioner

Nedan följer några definitioner för att klargöra olika begrepp och förtydliga arbetet.

1.4.1 Motorik

Motorik innefattar alla funktioner och processer som hjälper till att styra och kontrollera våra kroppsliga rörelser. Vidare kan motorik sägas vara ett resultat av samspel mellan kroppens olika delar.¹⁴

1.4.2 Motorisk utveckling

Motorisk utveckling kan definieras som en förändring i motoriskt beteende över tid. ”Utveckling är en process som är knuten till vissa faser i livet. Den sker som ett samspel mellan arvsbetingade processer (växande och mognad) och stimulering från miljön runt omkring. Aktivitet som ger erfarenhet och lärande, är ytterst viktigt för att utveckling ska äga rum.”¹⁵

¹⁴ Greta Langlo Jagtøien, Kolbjørn Hansen, Claes Annerstedt, *Motorik, lek och lärande*. (Göteborg: Multicare förlag, 2002), s. 60.

¹⁵ Ibid., s. 27.

1.4.3 Förskola

Dagens förskola brukar i talspråk benämnas som ”dags”, och befattar barn från ett till fem år. Om förskolan tillhör skolans enhet kan även sexåringar ingå under förskolan men benämns då gå i förskoleklass.

1.4.4 Rörelseträning

Vid planering och uppläggning av all träning bör man enligt Kadesjö eftersträva följande:¹⁶

- Att området som man väljer att träna och uppläggning av träning, utgår från vad som är viktigt för barnets helhetsutveckling.
- Att barnet är motiverat och förstår meningen med träningen.
- Att ambitionsnivån är anpassad efter barnets förutsättningar och förmåga.
- Att barnet upplever att det når framgång
- Att ledaren har respekt för barnets personlighet och förmåga, så barnet upplever sig sedd och bekräftat som person.

1.4.5 Motorisk inriktning

I detta arbete definieras motorisk inriktning som schemalagd rörelseträning minst en gång i veckan.

1.5 METOD

För att uppnå syftet med studien genomfördes dels kvalitativa djupintervjuer, dels en observation av förskolans rörelseutrymmen ute respektive inne.

1.5.1 Intervju

Vid en kvalitativ forskningsintervju försöker man förstå hur respondenten ser på världen, utifrån deras erfarenheter och lyfta fram deras livsvärld före de vetenskapliga teorierna. Kunskap byggs upp genom ett samspel mellan två människor som samtalar.¹⁷ Den

¹⁶ Björn Kadesjö, *Barn med koncentrationssvårigheter* (Stockholm: Liber, 1992), s. 154.

kvalitativa forskningens mål är att ge en insikt mer än statistik i förklarande syfte. Man vill få fram ord och inte siffror. Forskaren vill fånga upp helheten och finna ett samband mellan olika delar.¹⁸

Vid varje djupintervju ställdes samma strukturerade intervjufrågor.¹⁹ De frågeområden som behandlades var respondentens utbildning och arbetslivserfarenhet, förskolans storlek, profil, rörelseträning, samt tillgång till material och rörelseutrymmen. Vidare ställdes frågor om barn med bristande motorik, vilken uppfattning respondenten hade om barns behov av rörelseträning, samt var rörelseträningen eventuellt brister enligt respondenten.

1.5.2 Observation

Vid observationen av förskolans utrymmen inne och ute, studerades vilket material som fanns att tillgå samt på vilket sätt det stimulerade till rörelse. Observationen gjordes för att få en uppfattning om de studerade förskolornas tillgång respektive begränsning gällande rörelseutrymme och material. Förskolans rörelserum, gård och materialförråd observerades.

1.5.3 Litteratursökning

Val av litteratur i form av metodböcker har gjorts utifrån vägledning av lärare på Idrottshögskolan som undervisar i specialpedagogik, samt lärare som forskar inom området motorik på Idrottshögskolan. Sökning efter tidigare svensk forskning har gjorts i Idrottshögskolans bibliotekskatalog och sökning efter internationell forskning har gjorts i databasen ERIC.

1.5.4 Urval

Urvalet av förskolor som i sin beskrivning av sig själva lyfte fram motorisk träning, baserades på ett strategiskt urval som genomfördes med hjälp av en kartläggning över samtliga Stockholms stadsdelsnämnders förskoleverksamheter (18 st.). Informationen

¹⁷ Steiner Kvale, *Den kvalitativa forskningens intervju* (Lund: Studentlitteratur, 1997).

¹⁸ Gunvor Løkken & Frode Søbstad, *Observationer och intervju i förskolan* (Lund: studentlitteratur 1995).

hämtades från Internet.²⁰ Urvalet av respondenter gjordes utifrån kriteriet att förskolan arbetade aktivt med schemalagd rörelseträning minst en gång i veckan. Med hänsyn till genomförd kartläggning, fortsattes sökandet efter förskolor med hjälp av Stockholmstads serviceguide²¹, vilken finns som en länk till förskoleverksamhetens hemsida. Här finns alla förskolor i Stockholms stadsdelsnämnder registrerade efter inriktning, stadsdel och organisationsform. Dessutom finns möjlighet till *fritextsökning*, vilken användes. Av konfidentiella skäl kan ordval för *fritextsökningen* på serviceguiden inte redovisas. Tio kontaktpersoner för förskoleenheter kontaktades därefter genom e-post. Ytterligare tio förskolor som var tänkbara att passa mitt strategiska urval, kontaktades direkt per telefon. Efter samtal med förskolepersonal och svar från två enhetskontaktpersoner, valdes till slut fyra namn ut på ansvarig förskolepersonal som arbetade i olika stadsdelsnämnder. Dessa förskolor visade sig motsvara kriteriet beträffande motorisk inriktning, och jag tyckte de täckte mitt behov för djupintervjuer. Alla kontaktades per telefon, och informerades om arbetets syfte. Samtliga var villiga att ställa upp som respondenter för undersökningen.

1.5.5 Genomförande

En provintervju genomfördes med en förskollärare på en traditionell förskola med inriktning ”uteverksamhet”. Alla intervjuer genomfördes på respektive förskola i ett avskilt ostört rum och tiden för varje intervju var cirka 60 minuter. Intervjumaterialet dokumenterades med bandspelare, och även stödord fördes i ett anteckningsblock. Vid intervjutillfället gjordes även en observation av barnens rörelseutrymmen inne och ute, samt tillgång till material och redskap. Observationen gjordes efter genomförd intervju då respondenten visade mig förskolans rörelserum och materialförråd, samt förklarade och visade hur specialmaterial användes, i det fall förskolan hade tillgång till det. Därefter observerades förskolans gårdsområde, samt förskolans placering i naturen och omgivande miljö. Observationsanteckningar fördes vid observationstillfället.

¹⁹ Se bilaga 1- Intervjuguide.

²⁰ Stockholms stad <infostab@stadshuset.stockholm.se>
<http://www.stockholm.se/templates/template_121.asp> Stockholms stadsdelar (2005-04-16).

²¹ Ibid., se länk: serviceguide.

1.5.6 Bearbetning av intervju och observation

Efter genomfört fältarbete bearbetades det insamlade datamaterialet från respondenterna genom att intervjuerna skrevs ner ordagrant. Därefter strukturerades respondenternas svar efter de frågeområden som fanns i förhållande till arbetets syfte och frågeställningar. Respondenternas tankar och åsikter skrevs sedan samman till en löpande text, och centrala citat lyftes fram i texten. Slutligen gjordes en tolkning utifrån respondenternas likheter och skillnader i svar beträffande frågeområdena. Placering av intervjuerna i resultatdelen, redovisas i den ordning som intervjuerna genomfördes. Observationen av förskolans rörelseutrymmen och tillgång till material gjordes för att få en uppfattning om resurser och tillgång, samt om denna stämde överens med förskolans egen uppfattning. Efter genomförd observation på respektive förskola sammanställdes anteckningarna beträffande förskolans tillgång till material och redskap, samt förskolans placering i miljö och område. Observationsanteckningarna skrevs samman med respondentens svar för att få en målande beskrivning och djupare uppfattning om förskolans möjligheter till rörelsestimulering. Resultatet av observationerna finns redovisat för respektive förskola under rubriken *Förskolans utrymmen, lokal och material tillgång*.

1.5.7 Validitet och Reliabilitet

Resonemang om validitet och reliabilitet bygger vanligtvis på kvantitativa studier där man får fram ett resultat som kan mätas. Därför kan det vara problematiskt att tala om validitet och reliabilitet i samband till en kvalitativ studie.²² Denna uppsats bygger på tolkningar och analyser från djupintervjuer. Beträffande reliabiliteten vid intervjuer är den beroende av respondent och intervjuare. Jag kan inte garantera att respondenterna skulle svara exakt likadant vid en återupprepad intervju, eftersom uppfattningar förändras genom att vi får nya erfarenheter.²³ Men med tanke på några respondenters långa erfarenhet inom barnomsorgen och att en respondent fortfarande arbetar efter samma program som utarbetades för 16 år sedan, så finns det skäl att tro att i varje fall denna

²² Jan Trost, *Kvalitativa intervjuer*, 2. a uppl. (Lund: Studentlitteratur 1997).

²³ Ibid.

respondent vid en likadan intervju skulle ge samma svar. Eftersom mitt urval är strategiskt²⁴ och dessutom utgör en ganska liten grupp kan tillförlitligheten ifrågasättas. För att undersökningen skulle bli så tillförlitlig som möjlig var jag noggrann vid utarbetandet av intervjufrågor att få heltäckande information. Vid intervjutillfället ställdes följdfrågor för att eliminera missförstånd. Dessutom ställdes flera olika frågor om samma område för att få en så korrekt uppfattning kring verksamheten som möjligt. Eftersom intervjun registrerades med bandspelare, hade jag ett beständigt material, vilket jag kunde gå tillbaka till ifall frågor eller osäkerhet kring materialet uppstod under tolkningsprocessen.

1.6 Tidigare forskning

Nedan redogörs för fyra svenska och en internationell forskningsstudie. De svenska undersökningarna berör barns motorik, medan den internationella studien belyser hälsoeffekter av fysisk aktivitet i ett långtidsperspektiv.

De svenska studierna är följande:

- MUGI-projektet
- Bunkefloprojektet
- Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestation, en delstudie i Bunkefloprojektet
- En kartläggning av svenska barns motorik.

Sist följer den internationella studien:

- Vilka effekter har daglig idrottsundervisning i grundskolan haft, för fysisk aktivitet i vuxenlivet?

1.6.1. MUGI- projektet

MUGI- Motorisk Utveckling som Grund för Inläring är ett lokalt utvecklingsarbete som startade i Lund i början av -80 talet. Projektet innebar att sexåringar från tre förskolor fick regelbunden motorisk träning 60 minuter per vecka. Dessutom fick barn som ansågs vara i behov av extra motorisk stimulering ytterligare rörelseträning utöver det. Resultatet av

²⁴ Med strategiskt menar jag att mitt urval har styrts utifrån ett krav på att förskolan ska ha schemalagd rörelseträning minst en gång i veckan.

MUGI – projektet visade att extra motorisk stimulering och träning i förskolan gav positiva effekter gällande barns grovmotorik, finmotorik, perception och förmåga att minnas detaljer.²⁵

1.6.2 Bunkefloprojektet

Bunkefloprojektet - en hälsofrämjande livsstil startade 1999 och beräknas pågå under nio år. Projektet består i att förlänga skoldagen på en skola med 45 minuter och schemalägga en obligatorisk rörelselektion för alla elever varje dag.²⁶ Projektet började i åk ett och två, och så småningom ska alla elever från åk ett till nio ha minst fem rörelsepass i veckan under alla nio år i grundskolan. Syftet med projektet är att stimulera eleverna till en hälsofrämjande livsstil med ökad fysisk aktivitet även på fritiden och efter avslutad skolgång. Förhoppningen är att barnen ska få starkare benstomme, förbättrad motorik, grundlägga goda vanor och lägga grunden till en hälsosam livsstil. Projektet syftar också till att öka barnens självförtroende, koncentrationsförmåga och sociala förmåga.²⁷ Målsättningen är att eleverna varje dag ska få en allsidig medveten grovmotorisk rörelseträning, och att barn med motoriska brister dessutom ska få individuellt anpassad extra motorikträning minst en lektion i veckan. Motorikobservationer genomförs varje år i förskoleklasser och åk ett, enligt MUGI - modellen. Motorikobservationerna har visat att enbart 43 % av eleverna vid skolstart har haft en fullgod motorik motsvarande vad som förväntas av 6-7-åringar. När så stor andel av barn som börjar skolan har bristande motorik, kan man undra om det finns tid och rum för barn att träna sin motorik. Finns det tillräckligt stora rörelseytor för barn i förskola och skola?²⁸ Flera olika forskningsprojekt ingår i Bunkefloprojektet, däribland en interventionsstudie av Ingegerd Ericsson. Nedan redovisas för studiens resultat och delresultat i Bunkefloprojektet.

²⁵ Ingegerd Ericsson, *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestation: En interventionsstudie i skolår 1-3* (diss. Malmö: Malmö högskola, 2003), s. 18; Ingegerd Ericsson, Motorik, "Koncentrationsförmåga och skolprestation: En interventionsstudie i skolår 1-3", *Svensk Idrottsforskning*, (2002:3), s. 44-48.

²⁶ Ericsson, 2003; Ingegerd Ericsson, "Mer medveten motorisk träning behövs", *Svensk Idrottsforskning*, (2004:1), s. 45.

²⁷ Per Gärdsell, <per.gardsell@bunkeflomodellen.com> Bunkefloprojektet <http://www.bunkeflomodellen.com/bunke_project.aspx>(2005-04-16).

²⁸ Ingegerd Ericsson, aage.radmah@lut.mah.se Finns det tid och rum för barn?, 2004-03-23 <http://www.idrottsforum.org/features/vadstena/vadstena.html> (2005-03-14).

1.6.3 Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestation

- En interventionsstudie i åk 1-3

Ericssons doktorsavhandling *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestation* är en delstudie i Bunkefloprojektet som behandlar betydelsen av ökad idrottsundervisning och medveten motorisk träning samt motorisk specialundervisning i skolan.²⁹ I studien följs elever som började skolår ett, två och tre vid Bunkefloprojektets start höstterminen 1999. Eleverna följdes till och med vårterminen skolår tre. Eleverna hade under den studerande tiden en obligatorisk rörelselektion varje skoldag och observationer och mätningar gjorde varje år. Studiens jämförelsegrupp utgjordes av elever på samma skola som hade två lektioner idrottsundervisning per vecka. Studien omfattade totalt 251 elever. Avhandlingens huvudfråga var huruvida fysisk aktivitet och tidig motorisk träning har positiva effekter på barns grovmotorik, koncentrationsförmåga och på skolprestation³⁰

De resultat som framgår av studien var att barns grovmotorik förbättrades med ökad fysisk aktivitet och motorisk träning i skolan, samt att de motoriska bristerna oftast inte gick över av sig självt. Vilket överensstämmer med andra studier.³¹ De barn i kontrollgruppen, som visade motoriska brister vid projektstart hade kvar dessa efter ett år. Skolans idrottsundervisning två gånger i veckan var troligen inte tillräcklig för att förbättra motoriken hos denna grupp. Slutsatsen var att de flesta barn med motoriska brister kommer att ha kvar sina svårigheter långt upp genom skolåren om de inte får extra motorisk träning. Studiens resultat visade att 68 % av elever med lätta eller stora koncentrationssvårigheter även hade små eller stora motoriska brister.

Resultaten tyder även på att ökad fysisk aktivitet och motorisk träning påverkar barns prestation i svenska och matematik i andra skolåret. "...särskilt när det gäller skrivförmåga, läsförmåga, rumsuppfattning samt taluppfattning/tankefärdigheter, där skillnaden mellan interventions- och jämförelsegrupp är säkerställda"³².

²⁹ Ericsson, 2003.

³⁰ Ibid.; Ericsson, 2004, s. 47.

³¹ Cantell, Smith & Ahonen, "Clumsiness in adolescence: Educational, motor and social outcomes of motor delay detected at 5 years", *Adapted-Physical-Activity-Quarterly*, 11(1994:2), s.115-129; se Ericsson, 2003, s. 37-39.

³² Ericsson, 2004, s. 46.

Utifrån de resultat som framkommer av Ericssons studie, skulle man kunna dra slutsatsen att det är betydelsefullt med motorikobservationer vid skolstart. Eftersom det föreligger ett samband mellan barns motoriska status och skolprestation i svenska och matematik, ger motorikobservationer vid skolstart inte bara information om barns motoriska färdighetsnivå, utan även möjlighet att tidigt fånga upp de barn som är i behov av särskilt stöd i olika skolämnen. Men att barns koncentrationsförmåga skulle förbättras av ökad fysisk aktivitet och motorisk träning gick däremot inte att bekräfta av studiens resultat.

Tidigare forskningsresultat³³ har visat att många barn som har bristande motorik vid skolstart, får svårigheter med läs- och skrivinläring. Därför är det viktigt att göra observationer av barn i tidig ålder. Ericsson betonar vikten av motorikobservationer vid skolstart för att uppmärksamma barn som är i behov av särskilt stöd, så att de kan få hjälp av specialpedagog, innan motoriken utgör hinder för barnets utveckling. Ericsson tar även upp risken för barn att hamna i en ond cirkel om motoriken är bristande. Hon menar att barn med motoriska brister är osäkra i sin kropp, vilket resulterar i att de sällan får vara med i leken med kamraterna och väljer efterhand själva att avstå från idrotten. Detta kan betyda att de som verkligen behöver motorisk träning och som redan ligger efter i utveckling, inte får chansen att träna upp motoriken. I avhandlingen synliggörs även motorikens koppling till mobbning av skolbarn. Ericsson menar att detta kan förebyggas med motorisk träning. Barnets självförtroende växer när det har en säker kroppskontroll, och vågar tro på den egna kroppen och dess möjligheter att pröva nya utmaningar. Avslutningsvis menar Ericsson att de positiva delresultat som Bunkefloprojektet medfört borde vara en tillräcklig signal för politiker och skolledare att fatta beslut om att införa betydligt mer idrottsundervisning och medveten motorisk träning i skolan.

Ingemar Wedman, professor i pedagogik vid Idrottshögskolan i Stockholm, var opponent vid Ingegerd Ericssons disputation vid Lärarutbildningen, Malmö högskola. Wedman har skrivit en recension på Ingegerds avhandling där han i slutet tillägger följande:

³³ Ericsson, 2003, s. 45.

”Resultatet är av det slaget att man kanske borde påbörja den uppföljande fysiska aktivitet ännu tidigare än vid 6-7 års ålder. Brister i motorik och koordination torde vara ännu enklare att komma till rätta med ju tidigare de upptäcks”.³⁴ Sammanfattningsvis menar Ericsson att nordisk forskning med inriktning mot motorik, belyser att det finns behov av att göra upprepade studier kring barns motoriska förmåga, för att fastställa hur barns motorik förändras över tid.³⁵

1.6.4 En kartläggning av svenska barns motorik

En undersökning gjord av Marie Nyberg och Anna Tidén, som arbetar på Idrottshögskolan i Stockholm, visar att många barn har problem med sin allsidiga rörelsekompetens, det vill säga funktionella motorik. Undersökning visar att 40 % av elever i årskurs 6 bedömdes ha små eller stora motoriska svårigheter.³⁶ Undersökningen ger en oroväckande bild över svenska barns motoriska utveckling. Det går dock inte att dra en generell slutsats att barns motorik har försämrats utifrån studiens resultat. Det finns nämligen ingen liknande svensk undersökning att jämföra med. Men Nyberg och Tidén menar att de med deras erfarenhet av läraryrket kan se att Idrottshögskolans studenters motorik har försämrats med tiden, och att de därmed kan styrka att en sådan utveckling synes föreligga.

1.6.5. Vilka effekter har daglig idrottsundervisning i grundskolan haft, för fysisk aktivitet i vuxenlivet?

Syftet med denna amerikanska studie har varit att undersöka hur daglig skolidrott i grundskolan påverkat den fysiska aktivitetsnivån och attityder gentemot idrott samt uppfattning av hinder till idrott i vuxenlivet. En jämförelse mellan två grupper gjordes genom en enkätundersökning. Test gruppen ($N=147$) hade haft fem idrottslektioner per vecka under deras 6 år i grundskolan i början av 1970 talet. Kontrollgruppen ($N=720$)

³⁴ Ingemar Wedman, <ingegerd.ericsson@semera.se> *Idrott och fysisk aktivitet som hjälpmedel i skolan*, Under Forskning: Recention.

<<http://hemsida.semera.se/xav3532/mugi/mugi.htm>> (2005-03-15).

³⁵ Ericsson, 2004, s. 32-34

³⁶ Marie Nyberg, Anna Tidén, ”Flå katt är det något att kunna?”, i *Mellan nytta och nöje: bilder av ämnet idrott och hälsa*, red. Håkan Larsson & Karin Redelius (Stockholm: Idrottshögskolan, 2004), s.189-204; Marie Nyberg, ”För lite gymna ger motoriska problem”, *Gymnastikmagasinet* (2004:2 oktober), s. 14-15.

hämtas från en databas och motsvarade testpersonerna efter ålder, kön och socioekonomisk profil. Undersökningens resultat visade att förekomsten av fysisk aktivitet var högre bland testgruppens kvinnor i jämförelse med kontrollgruppens kvinnor. De i studien ingående personernas avsikter gällande träning och inställning till träning var den samma för båda grupperna, och det fanns inga skillnader beträffande träningsmöjligheter eller stöd från familj och vänner. Resultatet visade även en lägre förekomst av rökande män i testgruppen jämfört med kontrollgruppen. Utifrån de resultat som framkom av undersökningen hävdar forskarna att daglig idrottsundervisning i grundskolan har en positiv signifikant långtidseffekt gällande träningsvanor bland kvinnor. Daglig idrottsundervisning har också haft en signifikant hälsoeffekt beträffande män, genom en kraftigt reducerad risk att bli rökare.³⁷

1.7 Styrdokumenten

”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.”³⁸ Så lyder ett av läroplanens 15 mål för förskolan. Stockholms stadsdelsnämnders förskolor har läroplanen för förskola som övergripande styrdokument. Men har även formulerat en förskoleplan³⁹ för att tydliggöra förskolans arbete med de viktigaste frågorna. Förskoleplanen omfattar både kommunalt och enskilt drivna förskolor i Stockholms stad. I förskoleplanen lyfts vissa av läroplanens områden fram, och stort fokus ligger på språkutvecklingen. ”Den viktigaste satsningen vi kan göra inför framtiden är att satsa på stadens barn” så inleds förskoleplanen. Det står däremot inte ett ord om barns motorik, vilket enligt min mening tydliggör att det inte är ett område som prioriteras.

³⁷ Francois Trudeau, “Daily primary school physical education: effects on physical activity during adult life”, *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 31 (1999:1), s. 111-117.

³⁸ *Lärarens handbok, skollag, läroplaner, yrkesetiska principer* (Solna: Lärarförbundet 2002), s.30.

³⁹ Förskoleplan för Stockholms stad, *Alla är vi barn i början*, Utbildningsförvaltningen 2003.

<www.stockholm.se/utbildningsforvaltningen>

2. Resultat

I detta kapitel redovisas för fyra djupintervjuer varav alla respondenter är kvinnor. Varje intervju börjar med en bakgrundspresentation av respondenten och förskolan. Respondentens svar baseras på frågor kring förskolans arbete med rörelseträning, mer specificerat enligt följande frågeområden:

1. Förskolans rörelseträning; där ibland planering, rörelseprogram, dokumentation, inverkan på barnet, varför förskolan har fokus på rörelse, problem med fokus på rörelse och målsättning med träning.
2. Barn med bristande motorik och orsaker till det.
3. Förskolans tillgång till utrymmen och material.
4. Förskolans syn på behovet av rörelseträning.

2.1 Intervju förskola 1

Respondenten är förskolläraren och arbetar på en kommunal förskola med 65 barn, varav fyra stycken avdelningar med barn i ålder tre till sex. Respondenten har specialiserat sig inom *Lek idrott och rörelse* (20 p), och har arbetat på samma arbetsplats sedan förskollärarexamen 2001, det vill säga i fyra år. Förskolan har ingen speciell pedagogisk profil, utan betraktar sig som en traditionell förskola. Tanken är att de så småningom ska gå över till Reggio Emilia filosofin, vilket går ut på att barnen ska lära sig att hämta egen kunskap själv. Pedagogerna ska vara medlärande, och ska hjälpa barnen att lära sig själva. Mycket bygger på barnens intressen, och styrs av deras utforskande och experimenterande.

2.1.1 Rörelseträning

Respondenten tycker att det är viktigt att rörelseträningen är lustfylld, och att barnen är med på egna villkor.

Prioritet ett är att det ska vara kul, och därefter att rörelseträningen bidrar till fortsatt intresse. Vi strävar mer efter att skapa en lust att använda kroppen än vad vi gör.

Förskolan har ett rörelserum där de har schemalagd rörelseträning en gång per vecka, och vid dessa tillfällen är barnen indelade efter respektive ålder. Med de yngsta barnen har förskolan mycket hopp och lek till musik, och enkla regellekar introduceras. Fyraåringarna har mer regellekar och använder även mer material i leken, däribland bollar och rep. Fem- och sexåringarna har ungefär samma upplägg som fyraåringarna men lite mer avancerat samt en del tävlingsmoment. Barnen byter kläder till ”gympan”, och respondenten upplever att alla tycker det är roligt och ser fram emot rörelseträningen. Förskolan dokumenterar inte barnens rörelseutveckling.

... man går överlag ifrån dokumentation av barn allt mer, det betonas speciellt i utbildningen. Man ska inte haka upp sig på barnets brister, utan istället se dess möjligheter.

Hur barnen påverkas och responsen respondenten får av rörelseträningen är att:

... de känner glädje av att röra sig, att de märker att man kan använda hela kroppen, att det är kul och inte farligt att bli svettig. Genom rörelseträningen lär sig barnen turtagande, att våga förlora samt att kunna ta att ibland vinner man och ibland förlorat man. När barnen leker spontant ute på gården, brukar de själva leka rörelselekar och övningar vi tränat på gympan, däribland kullekar. Man märker att barnen blir smidigare.

Respondenten tycker det är viktigt att barnen kan grundrörelserna som till exempel åla, krypa, hoppa och snurra. Ser hon att ett barn har olust till vissa rörelser, så hjälper hon till och övar tills det släpper. Med rörelseträningen får barnen övning i att vissa saker är jobbigt och att man blir starkare av att använda kroppen. Respondentens mål med rörelseträningen är att barnen behärskar grundrörelserna. Hon tror inte att barnen har något emot stort fokus på rörelseträning, men kan själv känna att ett större fokus än det förskolan har nu, skulle innebära att det skulle bli för uppstylat.

I de här åldrarna ska det roliga komma först. Det är viktigt att lägga en låg nivå. Barnen ska ha kul och få ett intresse av det de gör, motorik och rörelse ska de få i leken. Det är viktigt att alla känner att de är bra på någonting, och att alla vill vara med. [---] Jag tror att barnen blir piggare och alertare av rörelseträningen.

Barnen får inte uppleva rörelseträningen prestationsinriktad, och tävlig förekommer endast om barnen själva vill. Motorisk träning förbättrar annan inläring tror respondenten, men kan inte se några direkta resultat, hon har inget att jämföra med.

2.1.2 Barn med bristande motorik

Förskolan har inte haft något allvarligt fall med barn med bristande motorik. Vid små motoriska brister, blandar förskolan in de moment som behöver övas i rörelseträningen. Under sin tid som förskollärare har hon inte haft något barn med större motoriska svårigheter.

2.1.3 Förskolans utrymmen, lokal och material tillgång

Förskolan har ett rörelserum och har även möjlighet att låna skolans idrottssal, som ligger vägg i vägg med förskolan. Förskolläraren kan känna sig begränsad av inre utrymmet ibland, rörelserummet känns litet jämfört med skolans idrottssal. Det är härligt med stora idrottssalen, men menar att den också kan bli för stor ibland när de har få barn. På gården har de en längdhoppsgrop som är mycket uppskattad, och fina parker ligger nära tillhands. Två gånger i veckan går förskolan i väg på långa promenader, oftast till olika grönområden. Förskolans lokal inne är ganska liten, men har tillgång till mycket redskap och material. Bland annat romerska ringar, madrasser av olika slag, bollar och bänkar. Gården är stor med kuperad mark och det finns flera klätterhus, gungor och en sandlåda tillgängligt. Förskolan ligger i slutet på en gränd, med utsikt över ett parkområde. Området är lugnt och tryggt, fastän förskolan är belägen i en annars mycket trafikerad del av Stockholm.

2.1.4 Förskolan syn på behovet av rörelseträning

Respondenten tror att det finns ett ökat behov av rörelseträning. Speciellt utifrån alla larmrapporter som skrivs om ökad fetma, diabetes och stillasittande. Respondenten tycker att barn rör sig mindre i dag.

Det finns sexåringar som kommer hit, dragna i vagn när de bor två kvarter bort, det är skrämmande. Andra barn förs och hämtas med bil. [---] Jag tycker att det är viktigt att

barnen får ett intresse av rörelse i tidig ålder, för att även fortsätta med fysisk aktivitet i kommande år. [---] Får barn positiva upplevelser i unga år finns det en benägenhet för fortsatt intresse. Jag tror att samhället har en del i den rådande situationen. Människor har blivit latare, är mer stressade och har tidsbrist. För arrangerade former väljs bort.

På förskolan finns det både chefer och annan personal på avdelningen som vill ta bort rörelserummet för att göra om det till matsal eller ateljé. Men respondenten och en annan kollega vägrar gå med på förslaget.

Vi kedjar fast oss i rummet för att det ska vara kvar som det är. Bland annat tycker chefen här att röra på sig, det kan man göra ute. Men det är speciellt att få göra övningar inne, det är en annan grej ute. Det är mycket klumpigare att röra sig med alla kläder och overaller. Föräldrarna håller med oss, och vi gör det för barnens skull, om inte barnen skulle vara intresserade skulle inte vi heller bry oss lika mycket. Barnen håller ens eget intresse vid liv.

Respondenten tror att rörelseträning brister i tidig ålder, och att förskolan och samhällets syn på rörelse har en del i den rådande situationen.

Jag tror att rörelseträning brister i tidig ålder. Barnen rör sig för liten, och när de kommer till skolan har det inget intresse för att röra sig, vilket kan leda till en ond cirkel. Det handlar om att börja tidigt. Det är för sent i skolan och gymnasiet. Ettåringar kan gå, de behöver inte sitta i vagn 24 timmar i dygnet. [---] Förskolan har också del i den rådande situationen. Färre och färre har schemalagd rörelseträning. Förskolan förändras och fokus ligger mycket mer på en spontan förskolebild i dag. Veckoplaneringarna ska tas bort, man ska utgå från barnets intresse och medveten rörelseträning faller bort. Vi är speciella i enheten med att ha schemalagd rörelseträning. En annan förskola i enheten har precis tagit bort rörelseträningen för de äldre barnen. Motiveringen var att barnens intresse ska styra förskolan. Våra barn skulle bli jätte besvikna ifall gympan togs bort. [---] De barn som rör sig i dag har hockey träning på lördag och tennis på tisdag, allt är uppstyrt. Den naturliga spontana rörelsen finns inte längre. När vi går och handlar, så går vi inte. Barn springer naturligt. När vi är ute, springer de i naturen, på gården och i parken. Det är inte vi som säger åt dem att de ska springa. När man öppnar dörren så rusar de ut. Barn har svårt för att gå, även inne. Man kan ju undra vart det där tar vägen?

2.2 Intervju förskola 2

Respondenten är enhetschef på en privat förskola i Stockholm med 88 barn, varav fem avdelningar med barn från ett till fem år. Respondenten är barnskötare och förskollärare i botten och har arbetat som förskollärare sedan 1982. Förskolan blev privat 1993 då blev respondenten föreståndare och har varit enhetschef sedan 1995. Förskolans inriktning är att de arbetar med medveten rörelseträning och skattar barnen efter Britta Holles utarbetade skattningsschema⁴⁰. Förskolepersonalen har gått en två dagars kurs i Britta Holle pedagogik vid sensomotoriska centret i Mjölby. Där utbildas personalen i arbetet med skattningsschemat och medveten rörelseträning. Förskolan har arbetat med medveten rörelseträning sedan 1993. Från två års ålder skattas alla barn på förskolan enligt skattningsschemat. Det medför att förskolan har koll på att barnen ligger där det ska i sin utveckling efter sin förmåga. Gör barnen inte det, hjälper förskolepersonalen dem på vägen och vet då vad de ska hjälpa dem med. Anledningen till att förskolan tog denna inriktning var en föreläsning med en kvinna som heter Ylva Ellneby som jobbar på sensomotoriska centret i Mjölby.

Yes, vad hon är bra, det var som en aha-upplevelse, hennes tankar och idéer var så himla bra.

Förskolan fick otroligt mycket tips och idéer och blev väldigt fascinerade av hur de arbetade i Mjölby.

2.2.1 Rörelseträning

Förskolepersonalen har möte en gång i månaden, då diskuteras rörelseträning, nya tips och idéer. En gång på höstterminen kontrollerar personalen barnens ryggradsreflexer och nackreflexerna (asymmetriska och symmetriska).⁴¹ Varje avdelning utarbetar egna rörelseprogram som de arbetar med. Vid utformandet av programmen utgår de från olika böcker och jobbar mycket utefter grundrörelserna. Förskolan har schemalagt rörelsepass en gång i veckan. Förskolan har även gjort ett litet program som de kallar för checklistan:

⁴⁰ Se bilaga 2 – Ordförklaring.

⁴¹ Ibid.

”Det här bör varje barn göra varje dag.” Förutom detta arbetar förskolan också indelade i små grupper där de har ett rörelsemoment varje dag efter samlingen, till exempel ”i dag rullar vi, hoppar vi etc”. Förskolan dokumenterar barnens utveckling efter Britta Holles skattningsschema en gång i halvåret.

Nedan följer ett exempel på hur rörelseträningen kan se ut i praktiken för femåringarna. Rörelseträningen börjar med uppvärmning, sedan arbetar förskolan vidare med barnens grundrörelser, de använder sig mycket av hinderbanor, lite styrka och lite bollkull. Det är viktigt att få med alla delar menar respondenten. Lite mjukt, lite tempo och avslutar rörelseträningen med avslappning, till exempel massagesagor. Responsen förskolan får av barnen är mycket positiv. ”De tycker det är jätte kul” respondenten blir lyrisk när hon talar om det och berättar när barnen masserar varandra, ”det är underbart att se dem, vissa blir som trasdockor”. Personligen tror respondenten att barn har lättare att lära sig om de får träna kroppens olika rörelser.

Har de rört på sig har de lättare att ta till sig saker, lättare att koncentrera sig, sitta still och lättare att lyssna. Rör man på sig, får kontroll över sin kropp då bli livet så mycket lättare. Man måste kunna grundrörelserna för att kunna gå vidare.

På frågan varför förskolan har stort fokus på rörelseträning funderar respondenten inte länge innan hon svarade:

Det är livsviktigt, det är ju det. Jag tror stenhårt på sambandet mellan rörelse och inläring, att man genom rörelse tar till sig inläring.

Respondenten ser inget problem med att ha stort fokus på rörelseträning. Förskolans mål är: ”Att stäva efter att få rörliga barn som är mottagliga för inläring.” Deras medvetna arbetssätt är att de följer skattningsschemat, och målet är att alla barn uppfyller det som står i skattningsschemat för respektive ålder. En gång i månaden har förskolan möte där de följer upp hur långt personalen har kommit i arbetet, hur det går för barnen, om det är något problem som har uppstått på vägen, tips, idéer och om någon har läst eller hört något nytt som man kan delge varandra.

2.2.2 Barn med bristand motorik

Personalen uppmärksammar barn med bristfällig motorik genom skattningsschemat och extra träning sätts in för dem som behöver det. Det är viktigt att barnen inte plockas ut en och en poängterar respondenten, utan några kompisar följer med på samma gång. Personalen sätter av tid då gruppen går till rörelserummet *Kuddis* och har extra motorisk träning där man lägger in de olika rörelsebitarna som behöver övas. Förskolan har en resurs i huset som är anställd för två elever av behov av särskilt stöd, och brukar hjälpa till i dessa fall. Förskolan tror att vanligaste orsaken till att barn har svårigheter med motorik är att barnen rör sig för lite.

Det märker vi genom skräckexempel, som att fyraåringar kommer hit i vagn. Vi ser också att vissa barn är osäkra i sitt rörelsemönster och att de har kvar reflexer, vilket inte alls är ovanligt.

Ryggradsreflexen är den vanligaste kvarvarande reflexen hos barnen. Respondenten tycker att alla förskolor borde kontrollera barns reflexer, men tror inte att det är vanligt förekommande.

Det är inte svårt att testa reflexer. Det är jätte intressant och fascinerande. Det är inte vanligt men det har hänt att vi har haft femåringar som uppvisat rester av reflexer, barn som till exempel börjat som fyraåringar hos oss. Då har jag informerat skolan om att det här barnet har rester av ryggradsreflexen och att de tänker på barnets träning, och skolpersonalen har sett ut som fågelholkar, då blir man rädd.

Har förskolans barn motoriska brister tas det upp med föräldrarna, och förskolan ger tips om hur föräldrarna kan öva hemma, så att barnet får den träning som behövs. Förskolan brukar få positiv respons från både skola och barnavårdscentral (BVC) när det gäller barnens utveckling i jämförelse med barn från annan förskola.

Ja, skillnad syns. Vi brukar få beröm, även från BVC. De brukar säga att det är så skönt med våra barn, för de känns så mogna.

2.2.3 Förskolans utrymmen, lokal och material tillgång

Förskolan har ett rörelserum som de kallar för *Kuddis* där de har rörelseträning. Men de har även mycket utrymme att tillgå ute, de har en stor gård som sträcker sig både på förskolans baksida, byggnadens ena långsida och en slänt på framsidan. Förskolan har förutom detta nära gångväg till en stor idrottsplats och skog. Till skogen promenerar de en gång i veckan. Med bussen några hållplatser bort kan de ta sig till ett friluftsområde med skog, löparbanor, olika utstakade motionsbanor, grillplats och ängar. Begränsad av utrymmet ute tycker förskolan inte att de är, inne är de mer begränsat, men motiverar det med att säga ”man är väl aldrig nöjd”. Hon skulle vilja ha tillgång till en skolgymnastiksal, men det finns inte tid för förskolan i skolan. Tidigare gick femåringarna i simskola, men det har dragits in, förskolan fick inte längre tid i simhallen, vilket respondenten tycker är synd. Det var uppskattat av både barn, föräldrar och personal. Förskolan har köpt in en väska med hjälpmedel *Tress*⁴², vilket förskolan har haft mycket glädje av och används vid olika aktiviteter och hinderbanor.

Rörelserummet är ljust och relativt stort. Ribbstolar finns på väggen och en hoppbage fastklistrad på golvet. Materialförrådet är fullt av saker, allt från bollar och ärtpåsar till stora repnät. *Tress* väskan är även den full av roliga tillbehör med bland annat balans redskap i olika former och storlekar. Förskolan har stor kuperad gård att röra sig på. På baksidan finns klätterhus, sandlåda och gungor. Förskolan ligger längst in på en liten väg som inte verkar vara speciellt trafikerad.

2.2.4 Förskolan syn på behovet av rörelseträning

Förskolan tror att det finns ett ökat behov av rörelseträning. Barn rör sig mindre idag, en BVC sköterska har berättat för respondenten att man ser ett ökat behov redan hos spädbarn. Man låter inte barn ligga på golvet längre, man ger inte barn tid och frihet till utveckling. Barn ska sitta eller bäras, vilket hindrar barnet i den motoriska utvecklingen. Barnets första motoriska utvecklingssteg är att ligga på mage och rygg. I magläget tränar

⁴² “*Skandinaviens största utbud av materiel till nästan alla sporter samt ett stort och spännande program inom lekplatsutrustning...*” balansplattor, ärtpåsar, jongleringsutrustning, hopprep m.m. se vidare <<http://www.tress.com/>>

barnet upp muskler i nacke och rygg och klarar efter träning att lyfta huvudet och se sin omgivning. Respondenten tycker att det är svårt att se någon skillnad på barns motorik över tid.

Det som syns är att det finns mer kraftiga barn i dag, vilket också leder till att de har svårare att röra sig. Orsaken till det är att man inte rör sig tillräckligt mycket.

Samhällets uppbyggnad har en del i barns inaktivitet, respondenten tror att det är lätt att man hamnar i ett ekorrhjul som förälder.

Man jobbar mycket, är stressad, hämtar barnen, äter McDonalds mat och sitter framför tv:n, det är kanske värsta scenariot men verkligheten lutar åt det hållet. Tidsutrymmet finns inte och barn leker inte ute på samma sätt som tidigare. Tillgången till natur finns, men den utnyttjas inte. Om man gör något fysiskt så är det hockeyträning eller fotbollsträning som gäller. De spontana rörelselekarna som bollkull på gården har försvunnit. Det är för ensidig träning som förekommer, idrottslektionerna dras ner i skolan och man måste vara medveten om hur barnen rör sig och att de kan grundrörelserna, där tror jag att det brister i dag. [---] Det finns även vissa brister i förskoleutbildningen. Redan från spädbarn behöver man medveten rörelseträning för att inte släpa efter med konstiga reflexer. Man lägger inte tillräckligt stor vikt vid det i utbildningen. I dag är det mycket fokus på moderna inriktningar som till exempel Reggio Emilia, allt är så fixerat vid inriktningen och det finns en risk att man glömmer bort resten om man går in i inriktningen för mycket.

2.3 Intervju förskola 3

Respondenten är i grunden barnskötare och har läst vidare en termin pedagogik för förskola/skola och barn i behov av särskilt stöd. Respondenten har även läst olika specialkurser i gymnastik och rörelse privat. Hon är barn och ungdomsledare i gymnastik och har lett grupper i barngymnastik sedan sju år tillbaka. Som huvudledare har hon gymnastikutbildning och påbyggnadsutbildning i redskap och aerobics. Respondenten brinner mycket för rörelse och tycker det är en väldigt viktig och intressant bit i barns utveckling.

Respondenten har arbetat två år på den nuvarande förskolan, men arbetat inom barnomsorgen sedan 1989. Förskolan har 33 barn varav två avdelningar, med barn från

ett till fem år. Förskolan är kommunal och präglad av många olika kulturer, vilket respondenten finner spännande. Förskolan har en traditionell profil men arbetar mycket med tankar kring medveten rörelse, musik, skapande och fri lek. Många bitar är viktiga, anser hon och det ligger även stort fokus på språkutveckling. Förskolan har funderat på vilka olika sätt de kan arbeta med barns språk, det är också en anledning till att de har stort fokus på rörelse, sång och musik. Respondenten förklarar att det oftast är lättare för barn att sjunga på ett annat språk än att prata, och använder det som en inkörsport för att komma igång med språket. Respondenten är drivande på förskolan för tänkandet med rörelse och musik. Personalens arbete har influerats av en pedagogik som hon kallar Orff.⁴³ Anledningen till denna inriktning var att de först läste ett kursmaterial och tyckte det lät intressant, därefter var de på en föreläsning i ämnet. Förskolan har nu köpt in instrument och även gjort egna marackas och arbetar mycket med olika takter och handklappar för att känna rytmer. Orff är ingen färdig metod, utan snarare ett synsätt att arbeta med.

... inte enbart en modell för musikinläring, utan handlar också om hur man aktivt kan ha med sig tankarna i musiken, rörelse och tal i olika vardagssituationer. Vi lägger in instrument, och takter i rörelseträningen och utgår från vad barnet kan, barnets intressen och bygger vidare på det. Vi har plockat delar ur Orff - pedagogiken som vi tycker är bra och kombinerat det med gymnastik och rörelse. På det viset har vi gjort ett eget pedagogikmaterial av olika influenser.

2.3.1 Rörelseträning

Respondenten håller i rörelseträningen på förskolan som de har schemalagt två gånger per vecka och cirka 45 minuter per gång. Barnen tar utöver det ofta eget initiativ till musiklekar på eftermiddagarna. Förskolan sätter på olika band med musik, på barnens begäran. Grovplaneringen av rörelse gör förskolepersonalen tillsammans, men eftersom respondenten är ansvarig för ansvarsområdet rörelse, gör hon finplaneringen av rörelseträningen.

⁴³ Orff-schulwerk metoden är ett arbetssätt där man använder sig av musik och rytmik för att stimulera barns språkliga utveckling.

Det märks att barnen inspireras av rörelsepassen, och vill själva. Det är ofta som vi sätter på musik och dansar och leker spontant. Barn tycker överlag mycket om att röra på sig.

Vid planering av rörelseträningen tycker respondenten att det är viktigt att få med alla grundformerna som att åla, krypa, rulla, hoppa, och att observera var barnen ligger motoriskt, samt om de gör framsteg som till exempel klara av att stå på ett ben. Det som är speciellt viktigt att träna är grovmotoriken däribland gå, hoppa, springa, balansera och förskolans rörelsepass utgörs av mycket grovmotorisk träning. Nedan följer ett exempel på hur rörelseträningen kan se ut i praktiken.

Mycket går ut på att rörelseträningen har samma upplägg varje gång, genom att de börjar likadant och gör saker som barnen känner igen. Sedan lägger förskolan successivt till nytt. Förskolan har en speciell startsång, då skickas en trumma runt och alla barnen får sjunga vilka barn som är där. Efter det fortsätter de med lite mer instrumentspel, sång och taktklappning. Sedan leker de rörelselekar, där barnen bland annat hoppar, rullar, använder fallskärm, sjalar och ärtpåsar. Rörelsepassen avslutas med en lugn avslutningssång. Grunden är upplagd enligt ovanstående, men sedan läggs även spontana övningar in i passet. Man får se efter hur mycket barnen orkar, förklarar respondenten.

Förskolan dokumenterar barnens motorik och gör individuella utvecklingsplaner för varje barn. Motorikobservationer sker varje termin och förskolan har en mall/observationsschema som de fyller i och följer upp varje termin. Förskolepersonalen har ansvarsbarn som de specifikt skriver om. Men förskolepersonalen går även gemensamt igenom alla barn och sammanställer. Detta för att kontrollera att personalen har samma uppfattning om respektive barns utveckling. Efter den gemensamma genomgången går förskolan igenom barnens utveckling med föräldrarna, hur barnen är hemma, och om de i sin tur delar samma uppfattning samt hur de tillsammans ska arbeta vidare. Skulle det vara något speciellt utvecklingsområde som behöver tränas lite extra, tas det upp och görs i samverkan med föräldrarna.

Har barn en bra grundmotorik så kommer finmotoriken, språket, allting. Jag ser det som grunden till allt. Jag tror och förespråkar att motorik förbättrar barns inläring inom andra områden.

Respondenten har dragit igång rörelseträning på de förskolor hon arbetat. Hon menar att har personalen intresset för rörelse så finns det på förskolan. Men att alla har olika syn, olika intressen, och det finns säkert de som tycker att exempelvis skapande är grunden till allt. Hon poängterar att en kombination är viktig, det finns många olika bitar som måste falla på plats och har man då olika intressen i arbetslaget får barnen således del av olika bitar. På förskolan håller personalen i olika delar som är deras intresseområden.

Vi har stort fokus på rörelseträning för att vi anser att det är viktigt att röra på sig. I det här området är inte barnen speciellt vana att röra på sig. Många av barnen som kommer hit har knappt aldrig gått, utan körs runt i vagn hela tiden. Så bara det att vi är ute och går, gör mycket. Jag tycker rörelse är enormt viktigt och att barnen får det redan från början och att de faktiskt tycker det är roligt. [---] Jag ser inget problem med stor fokus på rörelseträning. Man kan göra det på så många olika sätt, man behöver inte göra det som ett specifikt rörelsepass, man kan lika gärna gå ut och gå i skogen, klättra i träd, det kan göras på olika sätt. På våren och sommarn då det är varmt är rörelseträningen mycket mer ute, vi tar med en boll och är ute i skogen. Det blir minst lika bra träning det. [---] Målet med förskolans rörelseträning är kroppsmedvetenhet och att stärka barnens självförtroende. Känner jag min kropp och vet vad jag klarar av, då ökar självförtroendet. Får man in alla grundrörelser då ser man också mycket avvikelser, och kan tidigt fånga upp om det är någon som har svårt med det ena eller andra. Då kan man lägga in det lite extra för att komma vidare.

2.3.2 Barn med bristande motorik

Barn med bristande motorik uppmärksammas främst vid motorikobservationer. På förskolan har de inte haft något fall med stora motoriska brister under de två år som respondenten arbetat, men det tror hon också kan bero på att man börjar med rörelseträning väldigt tidigt.

2.3.3 Förskolans utrymmen, lokal och material tillgång

Förskolan har ett stort rum för rörelse, men man skulle alltid önska att man hade tillgång till mer, säger respondenten. För de äldre barnen har förskolan en lokal i skolan att tillgå. Material som förskolan använder sig av är bland annat ärtpåsar, sjalar, instrument och mycket musik. Rörelseträningen får endast positiv respons av barnen. ”Överhuvudtaget

så är musik och röra på sig, något som är automatiskt för barn.” Förskolans gård är liten, men de har nära till grönområden och går ofta iväg till närliggande skog, ängar eller parker, tillgången och möjligheter ute finns. Förskolan känner sig ibland begränsad av utrymmena, och skulle önska att de hade ett riktigt stort rum för de äldre barnen med ribbstolar och allt som man har att tillgå i en gymnastiksal, det är nämligen svårt att få tid som passar i skolans lokal. Material tycker respondenten att man aldrig kan få tillräckligt av, och förskolan har för tillfället lite pengar över som de ska köpa in nya instrument för och även satsa på fortbildning. Förövrigt tycker respondenten att förskolan och även stadsdelsnämnden är framåt när det gäller det mesta, och får saker att hända. På gården finns ett klätterhus, en liten rutschkana och en sandlåda att tillgå. Förskolan är belägen i ett lugnt område i utkanten av en liten gränd.

2.3.4 Förskolan syn på behovet av rörelseträning

Respondenten tror att det finns ett ökat behov av rörelse generellt.

... kanske inte att det blir större, men att det allmänt behövs hela tiden. Speciellt med tanke på ökad fetma och allt som alarmeras i skolor och media. Jag ser själv ökade tendenser till barnfetma, övervikt och att det är mycket mer stillasittande nu än det har varit tidigare. Får då barnen en bra grund här i förskolan så lär det inte bli ett så stort problem när de kommer till skolan. [---] Jag tror även att föräldrarna måste bli mer medvetna. Barn rör sig mindre i dag, det ser jag på mina egna barn, och då är de ändå väldigt aktiva och har gymnastik flera gånger per vecka. När de leker med sina kamrater, så är det gärna spel på dator eller gameboy som gäller. Det är inte samma som när jag var liten, då var man ute och lekte. Barn skjutsas hit och dit, till aktiviteter och till kompisar. [---] Anledningen till att det ser ut som det gör i dag, är att vi lever i ett stressat samhälle, med arbetande föräldrar, mycket som ska hinnas med, långa dagar och förpliktelser.

Respondenten tror att barns motorik successivt sjunkit de senaste åren, att motoriken sjunkit lite hela tiden, och att det till stor del beror på datorer och mycket stillasittande. Hon tror att rörelse måste integreras överallt för att ändra på den rådande situationen.

Det måste finnas en medvetenhet från början, hos föräldrar och förskola som följer med upp i skolan. Medvetenheten måste finnas med hela tiden. Flera skolor har börjat med rörelse/RÖRIS under lektioner, olika föreningar och fritis presenter olika idrotter för att

barnen ska bli mer aktiva. Ansvaret ligger hos förskola, förskolepersonal och att föräldrarna är medvetna. [---] Man måste känna sig trygg i det man gör och alla har vi olika intressen, som man tycker är extra viktiga. Det ligger stort fokus på olika inriktningar i dag, och jag tror att tankarna kan bli för fokuserade på inriktningen. Det måste finnas en eldsjäl för att det ska finnas medveten rörelseträning på förskolan.

2.4 Intervju Förskola 4

Respondenten har arbetat som barnskötare och sedan förskollärare i samma stadsdel sedan 1977. Hon har varit förskolechef sedan maj 2004 på en kommunal förskola med 77 barn varav 5 avdelningar med barn i åldern ett till fem. Förskolan arbetar efter profilen medveten rörelselek, och har arbetet med inriktningen sedan 1989 då förskolan startade ett projekt på skolans begäran. Förskolan fick signaler från skolan om att barnen hade koncentrationssvårigheter, och undrade vad förskolan kunde göra för att förebygga problemet. Specialpedagogen Ylva Ellneby som arbetade inom samma stadsdelsnämnd som talpedagog och var intresserad av barns motorik kontaktades. (Detta var innan hon skrev böcker och blev ”känd”.) Tillsammans med Ellneby utarbetade förskolan ett program. Programmet finns på videoband, och har givits ut i samarbete med utbildningsradion. Efter projektets start 1989, har alla i förskolans personal gått en två dagars utbildning i barns motorik (Britta Holle pedagogik) vid sensomotoriska centret i Mjölby. Tidigare kom Ellneby till förskolan på planeringsdagarna. Numera så ringer förskolechefen henne endast om de behöver henne. Oftast gäller det förankring av inriktningen hos ny personal. Ellneby kommer till förskolan ungefär en gång i året numera. Personalen gör även studiebesök till Baldershus i Norrtälje som är en träningskola för handikappade barn, studiebesöken ger mycket tips och idéer.

2.4.1 Rörelseträning

Förskolan har ett avstämningspass en gång i veckan med barnen som är tre till fem år, vid avstämningspasset följer förskolan rörelseprogrammet som även finns med på videobandet. Pedagogerna kontrollerar att barnens rörelser är automatiserade, däribland måste grundrörelserna rulla, åla och krypa vara automatiserade.

Programmet som vi utvecklat tillsammans med Ylva Ellneby går ut på att medvetande göra pedagogerna, så att de vet vad de ska titta på, vad de ska lägga in i träningen, ser när barnen ”fuskar” och tar genvägar. Till exempel när barnet bara rullar åt ena hållet. Pedagogerna är medvetna om hur de ska observera och det gör också att de hittar de barn där det brister. Alla förskolor har säkert motorik, men alla ser kanske inte det som brister.

Avstämningspasset är ungefär 40 minuter långt och hålls i rörelserummet som förskolan kallar lekhallen. Förskolan har integrerade syskon grupper tre till fem år. Men under rörelsepassen delas barnen upp efter respektive ålder, treåringarna för sig osv. Tvååringarna har rörelse på sin egen avdelning, och ettåringarna har ingen schemalagd rörelseträning men är de som trycker ”näsan mot rutan” och tittar på. När de blir äldre vet de vad rörelseträningen går ut på. Skillnaden mellan denna förskola och en ”vanlig” förskola tror respondenten är deras avstämningspass en gång i veckan. Förskolan har fått Stockholms stads utmärkelse för god kvalitet⁴⁴. ”Jag är stolt över att vara chef över en vanlig kommunal förskola med god kvalitet.” Förskolan har rörelse både inne och ute. Ett arbetssätt pedagogerna använder utomhus är ett system som de kallar fast och rörlig resurs. Det betyder att en pedagog är ”fast” vilket menas att pedagogen sitter stilla, till exempel i sandlådan. Den andra är en rörlig resurs, som går runt och rör sig med barnen. Framförallt arbetar småbarnspedagogerna med fast och rörlig resurs.

Som liten vill man vara nära och det känns tryggt. Det finns inget värre än när alla vuxna springer runt. När man är barn och äntligen vågar ta de där första stegen ifrån, och vänder sig om och pedagogen sitter kvar, blir man jätte glad. Det skulle vara fruktansvärt hemskt om platsen plötsligt var tom.

Nedan följer ett exempel på hur avstämningspasset kan se ut i praktiken. Först har förskolan samling i lekhallen till exempel med en sång. Två pedagoger är med i lekhallen, den ena leder passet den andra är med barnen. Respondenten poängterar vikten av att en leder och den andra vuxna är tyst. Pedagogen som är med barnen har också lättare att observera och följa barnen. Efter samling följer pedagogerna ett musikband med olika övningar som till exempel snurra visor, hoppa visor, elefantbaletten (barnen går som elefanter och hålla armarna som en snabel), tänk att storken orkar (stå på ett

ben). Efter det momentet fortsätter avställningspasset med rörelselekar, till exempel ”kom alla mina barn”⁴⁵.

Barnen tycker att det är jättekul, och kan hålla på hur länge som helst. Den som leder säger hur de ska gå över golvet, till exempel på tårna, hälen, krypa, rulla som stockar, och det svåraste av allt som är att gå. Leken kan varieras på otaliga sätt och avslutas alltid med att springa. Mitt tips till pedagoger är att göra samma saker många gånger och i samma ordning. Vuxna tröttnar fortare än barn. Det måste vara tryggt för barnet, att det vet vad som kommer att hända, och man märker när barnet tröttnar. Byter man för ofta blir det ett orosmoment. Barn orkar längre än personalen och barn vill kunna.

Förskolan kontrollerar och dokumenterar barnens motorik efter ett observationsschema två gånger per termin, och har föräldrasamtal en gång per termin. Barnens motorik tas upp med föräldrarna om det skulle vara något särskilt. Ett problem som förskolan märker är att en del föräldrar vill hålla barnen små, till exempel kommer en del femåringar till förskolan i vagn. I dessa fall tar förskolan en diskussion med föräldrarna, förklarar och uppmuntrar dem att ta den krångligaste, svåraste vägen hem, där det finns trappor och kuperad mark. Att det är för barnens bästa. Respondenten ser inget problem med stort fokus på rörelseträning.

Inte i min värld finns det. Min personliga åsikt är att det inte existerar, så länge barnen tycker att det är skoj och roligt kan man träna hur mycket som helst. Man måste få pedagogerna att tro på arbetet. Om pedagogerna tror verksamheten de arbetar med är bra, så blir det bra oavsett hur de jobbar. Det som pedagogerna absolut brinner för, det är det som är rätt för dem. Huvudsken är att man tror på det man gör, då blir resultatet bra.

Förskolans mål med rörelseträningen är att alla barn ska ha automatiserade grundrörelser, och att de är så säkra i sin kropp att de vågar pröva nya utmaningar, leka och behärska sig själv. Tidigare arbetade förskolan med mycket grovmotorik som, rulla, åla och krypa. De senare åren har förskolan börjat arbeta mer med stimulering av olika sinnen till exempel ljus, vackra föremål och ljud. Alla i personalen har gått utbildning i barnmassage och

⁴⁴ Se bilaga 2 – Ordförklaring.

⁴⁵ Ibid.

förskolan har massage varje dag 30 minuter för alla barn efter lunch. Förskolan sätter på lugn musik, tänder ljus, och de stora barnen masserar de mindre. De små får vänta med att massera tills det blir äldre. Den regel har förskolan för att barnen dels ska lära sig att de inte alltid får som de vill, dels ska ha något att se fram emot, en motivationsfaktor att längta efter. Förskolan har alltid arbetat med rörelse men inte på det här medvetna sättet. För förskolan innebär rörelseträning att automatisera grundrörelserna.

Om rörelserna är automatiserade så är barnet säker i sin kropp, vilket leder till att det mår mycket bättre, orkar lyssna och sitta still. Vi ser även att barn som behärskar sin kropp leker mycket på skolgården, och de som är osäkra i sin kropp står tryckta mot skolväggen. De leder i sin tur till att barn som är duktiga får träning, medan barn som är osäkra inte får träning. [---] Jag tror att motorik och rörelseträning är grunden för all inläring. Jag tror att barn som behärskar sin kropp och som automatiserat sina grundrörelser, är fräscha i hjärnan för att ta in annan inläring. Jag tror det är grunden, och jag tror att man måste lära sig stora vägen innan man överhuvudtaget kan lära sig den lilla vägen.

2.4.2 Barn med bristande motorik

Barn med bristande motorik, om ett barn exempelvis inte kan åla, lägger förskolan in extra träning i lekhallen ungefär 10 minuter per dagen. Vid träningstillfället har barnet någon kompis med sig.

Personalen förklarar att det här sättet inte fungerar och nu ska jag hjälpa dig. Alla barn vill kunna, den som har rollen som pajas kan oftast inte, och döljer det med att stoja och göra annat. I skolans värld är det ofta den som skickas ut, vilket betyder att den som verkligen behöver inte får träning. Det är egentligen de andra som kan gå ut. Alla barn vill kunna, och blir nöjda och glada när de slutligen kan. Ingen önskar att vara pajasen eller strulputten. Det handlar om att se till att få dem som inte kan, att få dem att känna att jag kan.

Barn med bristande motorik uppmärksammas under rörelsepassen inne, eller ute i leken. Förskolan behöver aldrig ta in specialister för att hjälpa barn med motoriska brister.

Den vanligaste orsaken till att barn har bristande motorik, beror på att barn inte rör sig tillräckligt. Många barn åker vagn för länge, sitter stilla framför tv: n, och är inte ute och leker. När de är hemma så är de inne, barnen går aldrig ut. De är i köpcentret eller på

McDonalds och barnen använder inte kroppen. Det finns inte en enda familj här på förskolan som går ut i skogen på helgen, det förkommer inte.

2.4.3 Förskolans utrymmen, lokal och material tillgång

Förskolan har ett stort och ljust rörelserum som de kallar lekhallen. På vintern har förskolan skridskoåkning för femåringarna en gång i vecka. Förskolan har specialredskap som de har utformat själv samt specialmaterial från *Tress*. Förskolan känner sig inte begränsad av rörelseutrymmet inne. Men däremot ute och det är av ekonomiska skäl. Förskolan skulle nämligen vilja bygga om gården, så att den skulle ge mer motorisk träning. Förut hade de balansstänger och en stor kana, men de togs bort då nya EU-reglerna inträdde, då var de plötsligt farliga. Föräldrar har hjälpt till att gräva ner stubbar på gården för balansgång, men förskolan skulle vilja ha tillbaka balansstängerna och även snurrplattor. Förskolan har näraliggande fält och skog som de kan promenera till. På gården har förskolan små klätterhus, en liten rutschkana, sandlåda samt balansstubbar. Förskolan ligger inhägnad mellan två promenadgator och skolgården. Ingen biltrafik råder i närheten men förskolan ligger ändå på ett område med mycket liv från skolbarn och förbipasserande människor. Lekhallen är mycket stor, ljus och högt till tak. Ribbstolar finns på väggen och en hopphage fastklistrad på golvet. Materialförrådet är fullt av saker. Respondenten berättade att IKEA har varit och gjort studiebesök hos förskolan, och konstruerat hjälpmaterial och redskap utifrån förskolans materialförråd.

2.4.4 Förskolan syn på behovet av rörelseträning

Respondenten tror att det finns ett stort ökat behov av rörelseträning. Hon tror också att det är mer akut nu än när rörelseprojektet startade 1989.

Det startades då, vi håller på jätte mycket med rörelseträning och barnen blir sämre och sämre. Här är vi jätte medvetna och jobbar aktivt och det bara faller. Vi ser att barnen inte klarar det som de klarade för 10 år sedan. Vi ser att barnen blir sämre och sämre på motoriken, fast vi har inriktning inom träning, det går inte ihop. [---] Barns motorik är försämrade, de kan inte hoppa, en del kan inte lyfta från golvet. En del tycker det är långt att gå till förskolan då de bor bara något kvarter bort, förr fick folk gå hur långt som helst för att ta sig. Man går ingenstans i dag, man byter förskola om det finns en närmare hemmet, det ska vara så enkelt som möjligt.

Anledningen till att det ser ut som det gör i dag, tror respondenten beror på hur barnen växer upp idag. ”De lär sig att sitta still, går inte ut och använder inte sina kroppar.” Förskolan ser absolut ett ökat behov. Stillasittande barn och ökad barnfetma uppmärksammas i media men ingen jättesatsning görs. Förskolan hade en optiker på besök som berättade att barn som tittar mycket på tv och som sitter stilla med blicken rakt fram hela tiden, deras sidomuskler förtvinar i ögonen. När de sedan är 13 år kan de inte följa textraderna och läsa en bok utan att röra på huvudet, vilket blir fruktansvärt jobbigt. Det kan handla om bara en sådan liten sak som att röra på ögonen.

Respondenten tror att det behöver satsas mycket mera på motorik, och mycket mera information till föräldrar i tidiga år, så att man inser hur viktigt det är för totala utvecklingen. Respondenten anser att barns motorik har försämrats, trots medveten personal och träning. Förskolan skulle vilja att det satsades på föräldrarutbildning. Bland annat att göra föräldrar medvetna om att det är rent farligt att titta för mycket på tv och att sitta stilla. Att få föräldrar att förstå att lära barnen stommen först ”det stora” sen ”det lilla” däribland läsa och skriva. Få dem att förstå hur viktig leken är och vad man lär sig i leken.

Vi är medvetna pedagoger men dåliga på att förmedla vår kunskap. Vi sitter på en massa kunskap som vi inte alltid delger, det kan också vara svårt som förälder att förstå vad vi menar. Från samhällets del skulle en informationskampanj kring att vara ute i ur och skur vara på plats. Barn blir inte sjuka av att gå ut i regn.

3. Slutsats och diskussion

Syftet med detta arbete har varit att undersöka hur förskolor med motorisk inriktning arbetar för att stimulera barnets rörelseutveckling. I detta kapitel redogörs närmare för tolkning och analys av resultatet, avslutande tankar kring arbetet, metodkritik samt tänkbar vidare forskning.

3.1 Tolkning och analys av resultat

Efter att ha gjort en helhetsanalys av svaren jag erhållit av de fyra intervjuerna, tolkar jag det som att tre av respondenterna tycks ha ett mer likvärdigt tänkande kring innebörden och arbetet med rörelseträning. Dessa tre tycker alla att rörelseträningen ska präglas av en aktiv medvetenhet, vilken förutsätter erfarenheter i motorikobservationer och kunskap om barns motoriska utveckling. Vidare innebär det att pedagogerna ska vara medvetna om vad och hur man ska observera, och därmed se när barnet ”fuskar” och har avvikande rörelsemönster. De lyfter fram vikten av att rörelseträning ska ha en utformad planering och en djupare intention samt att det är viktigt att upplägget är samma varje gång, så att rörelsepasset upplevs bekant och tryggt. ”Gör samma saker många gånger i samma ordning”.⁴⁶ Dokumentation av barns motoriska utveckling förs i ett observationsschema, vilket anses underlätta upptäckten av barn med motoriska svårigheter. Rörelseträningen ska vara mer än bara rolig, den har ett bakomliggande syfte, vilket är att automatisera kroppens rörelser. Extra träning erbjuds för barn som har motoriska brister. Har barnet kontroll över sina rörelser har barnet ett bättre utgångsläge för annan inlärning, samt att kroppsmedvetenhet bidrar till stärkt självkänsla och tillit till egen förmåga. ”Ett barn som har ett positivt förhållande till sin egen kropp, och som kan använda den ledigt i alla sorters lek, har de bästa möjligheterna för att samspela med den miljö där de lever.”⁴⁷

Anledningen till att en av respondenternas svar skiljer sig en del från de andra, kan självfallet vara många; arbetslivserfarenhet kan vara en orsak, stöd från ledningen kan vara en annan, förskolläraren får jobba i motvind eftersom det föreligger hot om rörelserummet ska få finnas kvar, och/eller personalen är inte enig om hur rörelseträning ska bedrivas. Det har säkerligen även hänt en del förändringar beträffande utbildningen, vilket genomsyrar respondenternas tankar och ger uttryck i olika arbetssätt. Britta Holles teorier kring motorik tog kanske större plats i utbildningen på 70- och 80- talen jämfört med vad de gör i dag.

⁴⁶ Förskola 4.

⁴⁷ Tora Grindberg, *Barn i rörelse* (Lund: Studentlitteratur, 2000), s. 16.

Samtliga respondenter är dock överens om att det finns ett ökat behov av rörelseträning. Dagens barn växer upp i en miljö där man vant sig med, och blivit beroende av olika slags hjälpmedel. De får därmed inte möjlighet och frihet till att utveckla sin rörelseförmåga. ”Ettåringar kan gå, de behöver inte sitta i vagn 24 timmar i dygnet.”⁴⁸ Ovanstående kan tolkas som att kunskapen om barnets rörelseutveckling och rörelsebehov är bristande bland föräldrar, eller att man inte reflekterar kring att hjälpmedel ibland ger mer skada än nytta. Detta tillsammans med dagens stressade samhälle kan vara anledningen till prioriteringar utifrån bekvämlighetskäl och tidsbrist.

Det är inte speciellt revolutionerande att barn inte rör på sig på samma sätt som tidigare och detta ältas allt mer. Media skyltar allt som oftast på att barn blivit kraftigare och reagerar på larmrapporter om ökad fetma, diabetes och stillasittande bland barn. Jag kan tänka mig att det finns paralleller mellan kraftiga barn och motoriska svårigheter. En tung kropp är till nackdel vid fysiska moment då kroppens vikt är av betydelse till exempel hänga, klättra, stödja, hoppa, balansera med mera. För att få mer rörliga barn anser jag att attityderna till rörelse måste förändras. Kunskapen om innebörden av rörelseträning tror jag är till viss del bristande och betraktas inte i ett långtidsperspektiv. Ett exempel på det är när chefen på en förskola säger att ”röra på sig, det kan vi göra ute”. Jag kan tycka att påståendet gestaltar brist på kunskap om hur barns helhetsutveckling hänger samman. Men å andra sidan är detta ett hänvisande från en mellanhand och jag är inte insatt i hela resonemanget, vilket kan resultera i misstolkning. Andra exempel som är mer påtagliga är att idrottslektionerna i skolan har minskat, och medveten schemalagd rörelseträning i förskolan tas bort. I och med detta kan det tolkas som att samhället ger signaler om att idrott och rörelseträning inte är speciellt viktigt.

En av respondenterna menar att man går mer och mer ifrån att dokumentera barn efter deras färdigheter och att man inte ska haka upp sig på barnets brister, utan se till dess möjligheter. Respondenten tog förskollärarexamen för fyra år sedan, det kan tolkas som att hon har mest tidsenlig uppfattning om hur utbildningen ser ut och en förskoleverksamhet bör se ut, jämfört med de övriga respondenterna. Min reflektion

⁴⁸ Förskola 1.

kring detta blir, hur kan ett förskolebarn med motoriska brister gynnas av att förskollärare tänker att man inte ska haka upp sig på barns brister, utan se till dess möjligheter? Bortser man från barns brister, kan det i det här fallet tyckas att man blundar för problem som kan leda till negativa konsekvenser för barnets helhetsutveckling. Jag har själv hört denna fras i min utbildning, och ställer mig tveksam till argumentet. Men det måste förstås, som allt annat, ses i ett större sammanhang. Vidare kan man ställa sig frågande till hur tillförlitlig informationen är om att förskolan inte har haft barn med motoriska svårigheter, då förskolan inte dokumenterar barnens motoriska utveckling? Respondenten är säkert kompetent och duktig i sitt arbete, men frågan är på vilka grunder hon lämnar uppgifter till denna studie. Det kan tyckas att respondenten inte ser på rörelseträning på det sett som förväntats i detta arbete. Men respondenten utgör ändå en viktig källa för arbetet eftersom den påvisar viktiga skillnader mellan olika förskolor.

Förskolans tillgång till utrymmen och material, har betydelse för barns möjlighet till rörelsestimulans. Enligt Tora Grindberg måste det finnas utrymme för fysisk aktiv lek i förskolan. Det är viktigt eftersom förskolan ansvarar för barnen under den bästa tiden på dagen när det är ljus ute, vilket underlättar utevistelse och ger goda möjligheter till rörelseaktivitet.⁴⁹ De fyra förskolorna som besöktes och intervjuades, hade alla ett rörelserum, tillgång till olika slags material, samt möjlighet att nyttja gård eller näraliggande grönområden för ute aktiviteter. Respondenterna kunde ibland känna sig begränsade utrymmesmässigt, men i det stora hela hade de goda möjligheter till rörelse.

3.2 Avslutande tankar

Vid sökandet efter förskolor som motsvarade kriterierna till denna studie, tillsammans med respondenternas information, är min uppfattning att väldigt få förskolor i Stockholms stadsdelar arbetar med rörelseträning på ett medvetet sätt. Om detta arbetssätt är det optimala för barns motoriska- samt helhetsutveckling kan jag förstås inte säga. Men jag tror att förskolan med ett medvetet arbetssätt kan stimulera barns rörelseutveckling i positiv riktning, samt bidra till en förändring beträffande barns

⁴⁹ Grindberg, s. 80

motoriska status. Denna status som hos många barn anses vara bristfällig enligt forskningsrapporter.⁵⁰ Men förskolan kan inte göra arbetet själv, utan det måste ses i ett större perspektiv, ansvaret ligger hos oss alla och speciellt föräldrar.

Utifrån litteraturstudien och de resultat som jag har erhållit från intervjuerna anser jag att medveten motorisk träningen ger goda förutsättningar för förskolebarns utveckling, både motoriskt, men även inom andra utvecklingsområden, socialt, kognitivt och emotionellt. Det är viktigt att förskolepersonalen har goda kunskaper i barns motoriska utveckling, samt är medvetna om hur de ska stimulera till rörelse, och att de tidigt kan fånga upp och hjälpa barn med svårigheter. Stimulansen är speciellt viktig i unga år, och ett redan positivt förhållningssätt till rörelse kan vidmakthållas och stimuleras. ”Får barnen en bra grund här i förskolan så lär det inte bli ett så stort problem när de kommer till skolan.”⁵¹ Enligt Kadesjö och Weibull så är bland annat idrottslärare lämpliga personer att hålla motorikträning för skolbarn. Det är viktigt att personerna har kunskaper om motorikens betydelse för barns skolgång, och speciellt att barn med motoriska svårigheter får förståelse och hjälp.⁵² När jag valde att studera detta område trodde jag att idrottslärarutbildningen givit mig relativt goda kunskaper inom området, men jag har kommit till klarhet med att vi bara skrapat på ytan. Om vi som idrottslärare ska leva upp till det Kadesjö och Weibull säger, tycker jag att barns motorik skulle betonas tyngre i utbildningen än vad som görs i dagsläget. Till exempel behöver lärarstudenter fördjupa sig inom betydelsen av kvarvarande reflexer, hur man rent praktiskt testar reflexer samt hur man gör det på ett bra sätt. Detta kan förstås alltid ses ur flera perspektiv, skulle jag valt att fördjupa mig inom ett annat område skulle jag förmodligen tycka att det området borde få större utrymme i utbildningen. Men med tanke på forskningsanknytning av utbildningen och dagens trender när det gäller ohälsa, står jag fast vid att motorik är en viktig grundsten i varje barns helhetsutveckling. Jag tror att man måste börja i tidig ålder och därför har förskolan en viktig del i detta arbete. Avslutningsvis vill jag belysa vikten av motorisk träning och att barns rörelser är automatiserade när de börjar skolan. Detta

⁵⁰ Ericsson, 2003.

⁵¹ Förskola 3.

⁵² Björn Kadesjö, Jenny Weibull, Lågstadiesbarn med motoriska svårigheter: ”Värmlandsmodellen” (1987), s. 7.

gör jag med hjälp av en artikel skriven av Inger Johansson, publicerad i *Tidskrift gymnastik och idrott*.

Tänk dig två åttaåringar. Det ena är en pigg och alert flicka och det andra en klumpig pojke med motoriska svårigheter. Tänk dig att de sitter i ett klassrum och lyssnar på sin lärare. Plötsligt tappar de sina pennor. Flickan har god simultanförmåga så hon böjer sig ner och tar upp pennan utan att egentligen tänka på vad hon gör och hela tiden fortsätter hon lyssna på läraren. Pojken däremot koncentrerar sig helt på den tappade pennan, han böjer sig ner och kanske råkar han stöta till pennan så att den rullar lite längre bort. När han till slut lyckas få tag i sin penna och sätter sig upp igen har han absolut ingen aning om vad läraren sagt och eftersom han inte förstår vad det handlar om, slutar han lyssna – i värsta fall för resten av lektionen.⁵³

3.3 Metodkritik

I det här avsnittet kommer jag att diskutera syfte, frågeställningar, metod och genomförande med hjälp av de erfarenheter jag har gjort under tiden för undersökningen. Mitt syfte med uppsatsen har varit att undersöka hur förskolor med motorisk inriktning arbetar för att stimulera barnets rörelseutveckling. I mitt arbete har jag definierat motorisk inriktning. Denna kan diskuteras och ifrågasättas i förhållande till mitt syfte vill jag mena att definitionen har haft relevans. Genom min uppsats kan förskollärare, lärare och föräldrar få en ökad kunskap om hur man kan arbeta med rörelseträning på ett medvetet sätt. När det gäller frågeställningarna; vad karaktäriserar de studerade förskolornas rörelseträning, mål med rörelseträning, hur de beskriver rörelseträningens inverkan på barnet och behovet av rörelseträning, kan man finna svar på dessa i resultatkapitlet. De har även lyfts fram under rubriken Slutsats och diskussion.

Den kvalitativa metoden djupintervju och observation tycker jag har varit relevant i förhållande till det som skulle undersökas. Jag ville få en inblick i förskolornas arbetssätt beträffande rörelsestimulans och tycker att jag genom intervjuerna har fått fram ett material, med utgångspunkt i vad de intervjuade har berättat, som lyfter fram åsikter och erfarenheter. Vid tolkningen av intervjuerna har jag hela tiden haft intervjuerna i

⁵³ Inger Johansson, ”Se till hela barnet: om motorisk träning”, i *Tidskrift gymnastik och idrott* (119:1996:3), s. 28-30.

bakhuvudet och försökte se helheten i svaren, samtidigt som jag har försökt skilja ut specifika delar som berörde mitt syfte och frågeställningar. Vid genomförandet av undersökningen har jag stött på vissa problem som jag anser viktiga att redovisa. Det har varit svårt att hitta förskolor som passar mitt strategiska urval. Problemet var att finna ansvariga personer som kunde ge upplysningar kring förskolor som var motoriskt inriktade i deras stadsdel. Men utifrån respondenternas svar att döma, samt utifrån mina sökningar efter förskolor, verkar det som om det inte finns många förskolor i Stockholms stad som arbetar med rörelseträning på ett medvetet sätt. Men det kan också hända att det finns många fler förskolor och att jag har letat på fel ställen och därför inte funnit dem. När jag hittade intressanta förskolebeskrivningar på serviceguden, medförde en noggrannare undersökning per telefon många gånger att ordbeskrivningarna inte stämde överens med verkligheten. Därmed kan användandet av serviceguidens tillförlitlighet ifrågasättas. Mitt urval skulle kanske kunna ha kompletterats med förskolor som inte angivit rörelseträning som inriktning, vilket skulle kunna leda till ett mer omfattande material och kanske andra viktiga resultat.

Om jag skulle göra om undersökningen skulle jag vilja göra en observation av förskolornas rörelseträning. Det tror jag skulle ge en större helhet, men det förutsätter att förskolan tycker det är lämpligt att främmande människor är med på rörelsepassen. Vid intervjuerna fick jag signaler om att det inte var speciellt populärt, de vill inte ta in okända personer, av rädsla för att barnen skulle känna sig otrygga.

3.4 Vidare forskning

I detta avsnitt följer tre olika tankar som vuxit fram under undersökningens gång, vilka skulle kunna vara tänkbara för vidare forskning inom området.

3.4.1 Undersökning av barns motorik ur ett genusperspektiv.

De forskningsrapporter som jag läst tyder på att flickor har bättre motorik än pojkar i tidiga skolår. Det skulle vara intressant att veta varför, och vad som händer när pojkarna kommer i kapp flickorna motoriskt samt vilka skillnader som finns i grov- respektive finmotorik.

3.4.2 Uppföljning av barn från förskola till skola.

Vid djupintervjuerna för denna studie var det väldigt få som följde upp barnen efter att de lämnat förskolan. Det skulle vara intressant att följa barns skolgång som gått i förskolor med medveten rörelseträning för att se om deras skolprestationer i olika ämnen skiljer sig från andra skolbarn. Finns det något synligt samband mellan barn från förskolor med medveten rörelseträning och deras förmåga till inläring, jämfört med barn som gått i en förskola utan medveten rörelseträning?

3.4.3 Utvärdering av förskolläraryrket

En annan tanke som uppkom under detta arbetes gång, är att förskolläraryrket syn på rörelseträning kanske har förändrats en del de senaste åren. Om fallet är sådant, kanske det finns anledning att studera förskolläraryrket innehåll beträffande rörelseträning för yngre barn.

4. Käll- och litteraturförteckning

Tryckta källor

Böcker

Ayres, Jean, *Sinnenas samspel hos barn* (Stockholm: Psykologiförlaget, 1988).

Dessen, Gunilla, *Barn och rörelse: barns rörelseutveckling 0-8 år* (Stockholm: HLS, 1990).

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

Gustafsson, Björn, Hugoh, Sol-Britt, *Full fart i livet- en väg till kunskap: en bok om barns behov av aktivitet på förskole- och grundskolenivå* (Mjölby: Cupiditas Discendi, 1987).

Holle, Britta, *Normala och utvecklingshämjade barns motoriska utveckling*, 3. uppl.(Stockholm: Natur och kultur, 1994).

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

Kadesjö, Björn, *Barn med koncentrationssvårigheter* (Stockholm: Liber, 1992).

Kadesjö, Björn, Weibull, Jenny, *Lågstadiebarn med motoriska svårigheter: "Värmlandsmodellen"* (Karlstad: Barnhabiliteringen, 1987).

Kvale, Steiner, *Den kvalitativa forskningens intervju* (Lund: Studentlitteratur, 1997).

Løkken, Gunvor, Søbstad, Frode, *Observationer och intervju i förskolan* (Lund: Studentlitteratur, 1995).

Lärarens handbok, skollag, läroplaner, yrkesetiska principer (Solna: Lärarförbundet, 2002).

Nyberg, Marie, Tidèn, Anna, "Flå katt är det något att kunna?", i *Mellan nytta och nöje: bilder av ämnet idrott och hälsa*, red. Håkan Larsson & Karin Redelius (Stockholm: Idrottshögskolan, 2004), s.189-204.

Sandborgh - Holmdahl, Gun, Stening, Birgitta, *Inläring genom rörelse*, 2. uppl. (Sverige: Liber utbildning, 1993).

Trost, Jan, *Kvalitativa intervjuer*, 2. uppl. (Lund: Studentlitteratur, 1997).

Avhandling

Ericsson, Ingegerd, *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestation: En interventionsstudie i skolår 1-3* (diss. Malmö: Malmö högskola, 2003).

Artiklar/ Tidskrifter

Asker, Anna, Carling, Maria "Vadå ute", *Svenska Dagbladet*, Artikel 1-4, 7-10/03 2005.

Ericsson, Ingegerd Motorik, "Koncentrationsförmåga och skolprestation: En interventionsstudie i skolår 1-3", *Svensk Idrottsforskning*, (2002:3), s. 44-48.

Ericsson, Ingegerd, "Mer medveten motorisk träning behövs", *Svensk Idrottsforskning*, (2004:1), s. 44-47.

Johansson, Inger, "Se till hela barnet: om motorisk träning", *Tidskrift gymnastik och idrott*, (årg.119:1996: 3), s. 28-30.

Nyberg, Marie, "För lite gympa ger motoriska problem", *Gymnastikmagasinet* (2004:2 oktober), s. 14-15.

Trudeau, Francois, Daily primary school physical education: effects on physical activity during adult life, *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 31 (1999:1), s. 111-117.

Broschyr

Förskoleplan för Stockholms stad, Utbildningsförvaltningen 2003.

www.stockholm.se/utbildningsforvaltningen

Elektroniska källor

Ingegerd Ericsson, <aage.radmah@lut.mah.se> Finns det tid och rum för barn?, 2004-03-23

<<http://www.idrottsforum.org/features/vadstena/vadstena.html>> (2005-03-14).

Ingemar Wedman, <ingegerd.ericsson@sempera.se> *Idrott och fysisk aktivitet som hjälpmedel i skolan*, Under Forskning: Recention.

<<http://hemsida.sempera.se/xav3532/mugi/mugi.htm>> (2005-03-15).

Per Gärdsell, <per.gardsell@bunkeflomodellen.com> Bunkefloprojektet

<http://www.bunkeflomodellen.com/bunke_project.aspx>(2005-04-16).

Stockholms stad <infostab@stadshuset.stockholm.se>

<http://www.stockholm.se/templates/template_121.asp>(2005-04-16).

Tress General Sport AB <info@tress.com> Tress

<<http://www.tress.com/>> (2005-04-18).

Muntliga källor

I författarens ägo

Bandupptagning

Intervju 15/03 2005 med förskola 1

Intervju 16/03 2005 med förskola 2

Intervju 16/03 2005 med förskola 3

Intervju 30/03 2005 med förskola 4

Bilaga 1 - Intervjuguide

Bakgrundsfrågor om respondenten och förskolan

Respondenten

- Kön
- Utbildning
 - o När tog du examen?
 - o Var tog du examen?
 - o Har du specialiserat dig inom något område? (vilket/vilka)
 - o Annan utbildning?
- Arbetslivserfarenhet
 - o Hur länge har du arbetat som förskollärare?
 - o Hur länge på den här arbetsplatsen?

Förskolan

- Kommunal eller privat?
- Förskolans profil?
- Förskolans storlek? (antal avdelningar, barn/avdelningar, special avdelningar)
- Vilken avdelning jobbar du på?
- Har förskolan alltid varit inriktad på motorik? (Hur länge)
- Vad var orsaken till att förskolan tog den inriktningen?

Rörelseträning

- Hur sker planeringen för rörelseträningen?
- Hur ser rörelseträningen ut i praktiken?
- Följer förskolan någon speciell pedagogik eller färdig modell?
- Hur ofta har ni rörelseträning?
- Dokumenteras barnens motoriska färdigheter?
 - o Observationsschema?
 - o Hur ofta?
 - o I vilka åldrar?
- Vilka effekter har rörelseträningen på barnen?
- Vad är speciellt viktigt att träna i förskoleålder?
- Är det olika moment i olika åldrar?
- Varför har ni fokus på rörelseträning?
- Ser du något problem med att ha stort fokus på rörelseträning?
- Vad innebär rörelseträning för dig?
- Vad är målet med din rörelseträning?
- Hur arbetar du/ni medvetet för att förbättra barns motorik?

Utrymmen: lokaler/material

- Vilka utrymmen används för rörelseträning?
- Hur ser lokalerna/gården ut?
- Är förskolans rörelseträning begränsad av utrymmena?

- Är förskolans rörelseträning begränsad av ekonomiska orsaker? (t.ex. personalbrist, material, redskap, arbetstid?)
- Har ni några specialredskap för rörelseträning?

Barn med bristfällig motorik

- Hur uppmärksammas barn med behov av extra rörelseträning?
- Vad är vanligaste orsaken till att barn har bristfällig motorik?
- Har ni åtgärdsprogram för barn med motoriska svårigheter?
- Hurdant samarbete har ni med föräldrar/specialister?

Övriga tankar hos respondenten

- Tror du det finns ett ökat behov av rörelseträning i förskolan?
- Har ni fått respons från skolan hur barnen klarar av skolgången?
- Ser du några tecken på att rörelseträning skulle förbättra barns inläring?
- Hur är din uppfattning om barns motorik idag, jämfört med tidigare då du började arbeta inom barnomsorgen?
- Tror du dagens samhälle har påverkat barns motorik? (Fördelar/nackdelar?)
- Rör barn mindre på sig idag?
- Aktuell forskning visar att 40 % av elever i årskurs 6 i Sverige har små eller stora motoriska svårigheter. Varför tror du att det ser ut så?
- Var brister rörelseträningen i barns utveckling?

Bilaga 2 - Ordförklaring

Kom alla mina barn

Kom alla mina barn är en lek där barnen står på ena sidan av rummet, och ledaren står på andra sidan. Ledaren ropar ”Kom alla mina barn”. Barnen svarar ”Hur då”. Ledaren föreslår olika förflyttningssätt exempelvis ”hoppa harskutt”.

MUGI- modellen

Barns motoriska status bedöms utifrån motorikobservationer med MUGI observationsschema som underlag. Med god motorik avses 0-2 MUGI-poäng, små brister innebär 3-9 p och stora brister 10 p eller mer.

Reflexer

Ryggradsreflexen

Reflexen finns från födseln och upp till 9- månaders ålder. Reflexen utlöses vid lätt strykning upp och ner längs ryggraden ett par centimeter från den, och medför att höften drar sig över mot den sida av ryggen som stimuleras. Rester av denna reflex kan medföra att barnet har svårt att sitta still med ryggen mot ett ryggstöd. Stela och trånga kläder som sitter ordentligt mot ryggraden kan också medföra oro.

Symmetriska toniska halsreflexen (sym. t.h.r.)

Reflexen är medfödd och har vanligtvis försvunnit efter 9-12 månader. Vid huvudböjning bakåt sträcks armarna och benen böjs och vid huvudböjning framåt böjs armarna och benen sträcks. Reflexen måste inhiberas, annars hindrar det barnet i dess fortsatta normala motoriska utveckling. Reflexrester kan ge svårigheter att krypa, hålla kroppsställningen, att styra pennan vid teckning och skrivning. Reflexen hindrar också barnet, när det ska lära sig simma och förorsakar att barnet i stället väljer att simma under vattnet. Den påverkar också barnets förmåga att göra en kullerbytta.

Asymmetriska toniska halsreflexen (asym. t.h.r.)

Man ska vara uppmärksam på om denna reflex fortfarande uppträder hos barn efter 3-4 månaders ålder. Denna reflex kan visa sig, när barnet ligger på rygg och huvudet vrider sig åt sidan. Då sträcks samma sidas arm och ben ut och andra sidans arm och ben böjs. Om reflexen kvarstår hos ett barn, som befinner sig i utvecklingsstadiet, där det börjar vända sig, kan den sträckta armen hindra barnet från att rulla. Den kan också hindra barnet från att lära sig cykla. När barnet vrider på huvudet, rycker armen till och påverkar balansen. I skolsituationer kan barnet få svårt att forma siffror och hållas på rader, eftersom armen och handen påverkas då barnet vrider på huvudet.

RÖRIS

För att få in rörelse som en aktiv och lättillgänglig del av skoldagen har IF Friskis & Svettis skapat ett rörelseverktyg för lågstadiet – RÖRIS. I rörelseprogrammet RÖRIS ingår kondition, styrka, rörlighet, balans och avspänningsövningar som görs till musik. RÖRIS vänder sig till målgruppen lågstadielärare: huvudlärare och idrottslärare, samt fritidspersonal. <www.friskissvettis.se/stockholm/>

Skattningsschema (Britta Holle)

Motorisk- Perceptuell Utveckling 0-7 år Tvärfackligt behandlingsunderlag är tänkt som: ett *observationsschema*. Schemat är indelat i 14 områden och används som *behandlingsunderlag*, bedömning av *barnets eventuella framsteg*, för att *undvika testsituation* samt *minneslista*, så att inget område blir bortglömt. Områden som bland annat berörs är huvudbalans, arm- och benmönster, rulla-krypa, stå-gå-springa, balanshopp, visuell perception, känselsinnet, riktningssuppfattning etc.

Stockholms stads utmärkelse för god kvalitet

1995 stiftades ett kvalitets pris för Stockholms stads förskolor. Förskolan skriver ett brev utifrån olika kriterier, gällande förskolans arbete, kompetens utveckling och ledarskap där man svarar på frågor och skickar därefter in det till stadshuset. Blir man nominerad, kommer examinatorer och intervjuar pedagoger på förskolan. Därefter hålls en Bankett på stadshuset för de nominerade och där tilldelas sedan utmärkelsen. Förutom äran vann förskolan i det här fallet en summa pengar och en studieresa till Spanien.

Bilaga 3 - Käll- och litteratursökning

VAD?

Ämnesord	Synonymer
Motor Training Physical activity Children	<i>Infant</i>

VARFÖR?

Jag har valt dessa ämnesord, för att jag vill hitta studier som berör träning av förskolebarns motorik. Jag har valt infant istället för children för att få fram träffar som berör den åldersgrupp som jag vill studera.

HUR?

Databas	T	Antal träffar
ERIC	SU motor And SU training And SU infant	21
	SU motor And SU physical activity And SU children	64
	SU motor And SU physical activity And SU infant	17

KOMMENTARER:

Det var svårt att hitta något relevant när jag sökte på training. Överlag fick jag bättre träffar då jag använde physical activity.