



Grovmotoriska färdigheter hos elever i årskurs 6 i Stockholmsområdet

- En observationsstudie utifrån NyTidstestet

Anna Gustafsson & Josefin Larsson

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN
Självständigt arbete grundnivå 125:2012
Läroprogrammet 2009-2012
Seminariehandledare: Linda Bakkman
Examinator: Jane Meckbach

Sammanfattning

Syfte och frågeställning

Studiens syfte är att, utifrån NyTidstestet, undersöka elevers grovmotoriska grundfärdigheter i årskurs 6 i Stockholmsområdet.

Utifrån detta syfte har vi valt att använda oss av följande frågeställning:

- Hur ser de grovmotoriska färdigheterna ut för elever i årskurs 6, när de bedöms enligt NyTidstestet?
- Vilka skillnader framkommer, hos eleverna, mellan de undersökta stationerna?

Metod

Frågeställningen har besvarats genom en observationsstudie på sjätteklassare i Stockholmsområdet, sammanlagt 113 elever. Varje elev har observerats utifrån NyTidstestens observationsschema, där eleverna vid sju stationer bedömts enligt fyra kriterier: ”mycket tillfredställande”, ”tillfredställande”, ”små brister” och ”stora brister”. Varje station innehåller en eller två grovmotoriska grundformer.

Resultat

De undersökta elevernas grovmotoriska färdigheter är bristande. Hela 48 procent av övningarna kunde inte utföras på ett tillfredställande eller mycket tillfredställande sätt.

Slutsats

Undersökningen visar att eleverna får en allt sämre grovmotorik och i och med den nya läroplanen (Lgr 11) tror vi inte att elevernas grovmotoriska färdigheter kommer att bli bättre. Detta på grund av att måluppfyllelse, vad gäller grovmotoriska grundformer, fått en mindre plats när Lgr11 ersätter Lpo 94. Mer grovmotorisk träning behövs ute på skolorna.

Innehållsförteckning

1. Inledning.....	4
1.1 Introduktion.....	4
1.2 Forskningsläge	5
1.2.1 NyTidstestet.....	5
1.3 Teoretisk utgångspunkt.....	6
1.3.1 Motorisk inläring	6
1.3.2 Motorisk utveckling.....	7
1.3.3 Motoriska färdigheter	7
1.3.4 Grovmotoriska svårigheter	8
1.3.5 Skolans uppdrag	8
1.3.6 Sammanfattning av teoretiska utgångspunkter	9
1.4 Syfte och frågeställning	10
2. Metod	11
2.1 Procedur	12
2.2 Urval	12
2.3 Utformning av observationsschemat.....	13
2.4 Pilotstudie	13
2.5 Observationerna	14
2.6 Etiska överväganden	15
2.7 Reliabilitet och validitet	15
2.8 Resultatredovisning.....	16
3. Resultat.....	17
3.1 Redovisning av observationsundersökningen.....	17
3.1.1 Rulla stock	17
3.1.2 Kullerbytt framåt.....	17
3.1.3 Stödja på raka armar mellan plintar/ förflyttning genom handgång	18
3.1.4 Kärnkast stillastående	19
3.1.5 Jämfotahopp samt enbenshopp	19
3.1.6 Åla under lågt hinder	20
3.1.7 Balansgång framlänges och baklänges	21
3.1.8 Nedhopp på matta	21
3.1.9 Kasta ärtpåsar i rockring.....	22
3.2 Sammanfattning av resultat.....	22
3.2.1 Sammanställning.....	23
4. Diskussion	25
4.1 Våra resultat i jämförelse med NyTidstestet	25
4.2 Tänkbara bakomliggande orsaker	25
4.3 Fortsatt forskning	27
4.4 Slutsats	27
Käll- och litteraturförteckning.....	28

Bilaga 1: Litteratursökning

Bilaga 2: Stationerna

Bilaga 3: Beskrivning av hur stationerna är konstruerade

Bilaga 4: Bedömningskriterier för stationerna

Bilaga 5: Sammanställningsmall för stationerna

Bilaga 6: Grovmotorisk färdighet som tränas vid varje station

Bilaga 7: Missivbrev

Bilaga 8: Påminnelse brev till skolorna

1. Inledning

1.1 Introduktion

Grovmotoriska grundformer är de rörelser som ligger till grund för fortsatt rörelseutveckling. De grovmotoriska grundformerna är; klättra, krypa, balansera, hänga, åla, stödja, kasta och fånga, hoppa, landa, rulla/rotera, springa och gå. (Hwang & Nilsson 2003, s. 18)

Vår kropp är byggd för aktivitet och rörelsen är en central del för den mänskliga utvecklingen. Motorik delas in i:

- Grovmotorik; där stora muskelgrupper används som då vi till exempel rullar, kryper, går eller hoppar.
- Finmotorik; där små muskelgrupper används som då vi rör våra fingrar eller ögon. (Annerstedt 1987, s. 51)

Ämnet idrott och hälsa skall per automatik nå alla barn och är viktig när det gäller barns motoriska utveckling. Framförallt för barn som är fysiskt inaktiva på fritiden. Minskad undervisning skulle kunna leda till ökad risk för motoriska problem. (Ericsson 2003, s. 16-17) Motorisk träning utvecklar en hel rad mänskliga attribut, såsom tal, hörsel, förbättrad skrivförståelse samt mindre risk för att utveckla Parkinsons sjukdom (Cratty 1979, s. 40). Barn i åldrarna sex till tolv år utvecklar inte sina motoriska färdigheter lika fort som ett barn vid ett till fem års ålder, men fortfarande utvecklas mycket inom detta åldersspann. Hos äldre barn (sex till tolv år) finns en förväntan på att klara en variation av komplicerade rörelseuppgifter. Dessa barn kräver fortfarande mycket rörelse för att utvecklas, dock inte lika mycket som barn i åldrarna ett till fem gör. Pojkar i åldern sex till tolv år ligger före flickorna i utvecklingen vad gäller att kunna kasta, medan flickorna ligger före i kategorierna smidighet och rytm. (Ibid, s. 195)

Enligt läroplanen från 1994 (Lpo 94) skulle eleverna i slutet av årskurs 5 uppnå följande mål vad gällde grovmotorik:

- behärska olika motoriska grundformer och utföra rörelser med balans och kroppskontroll [...] (skolverket)

I den senaste läroplanen från 2011 (Lgr 11) finns inga specifika mål vad gäller de grovmotoriska grundformerna för elever i årskurs 4-6. Däremot finns för årskurs 4-6 följande mål, vilka kan kopplas till grovmotorik:

- Eleverna ska i slutet av årskurs sex behärska sammansatta grundformer i kombination med gymnastikredskap och andra redskap. (Skolverket)

Motivet till denna omskrivning är oklar, speciellt då goda motoriska färdigheter har visat sig bidra till positiva effekter såsom skrivförmåga, läsförmåga, rumsuppfattning och taluppfattning/tankefärdigheter (Ericsson 2003, s. 175).

Studien kommer, till skillnad från Nyberg och Tidéns (2006) studie, endast rikta in sig mot hur elever i årskurs 6 utför utvalda grovmotoriska grundformer. Detta eftersom vi tidigare inte hittat forskning som endast riktar in sig mot utförandet av enskilda grovmotoriska grundformer, vilket vi anser vara ett viktigt område att undersöka då god grovmotorik leder till en rad positiva effekter.

1.2 Forskningsläge

1.2.1 NyTidstestet

NyTidstestet ingick som en delstudie i SIH-projektet (Skola-Idrott-Hälsa 2001). Författarna gjorde en undersökning av huruvida unga idag behärskar olika motoriska grundformer såsom rulla, hoppa, hänga, stödja och så vidare (Nyberg & Tidén 2006, s. 13). Motoriktestet som utformades gynnade inte något kön eller grupp med specifik idrottserfarenhet. De 16 stationerna representerade den allsidiga rörelsekompetensen som författarna ansåg visa en rimlig basnivå av grovmotoriska färdigheter, både enskilda och i kombination. Rörelserna som fanns med i testet går att återfinna i olika idrotter, fritids- och friluftaktiviteter. Några av dessa rörelser var kärnkastet (används i exempelvis handboll och racketspel), balans och kroppskontroll vilket är en viktig förutsättning i alla rörelseaktiviteter, samt kunna behärska grundformer som att hoppa, klättra, hänga, springa och balansera vilka används i äventyrslekar i naturen och gymnastiksalen. Testet innehöll endast slutna färdigheter då dessa ansågs lättare att bedöma. (Ibid, s. 42)

Fyra bedömningsnivåer användes i testet; Stora brister, Små brister, Tillfredställande och Mycket tillfredställande. Kriterier för varje rörelsemoment och bedömningsnivå utformades utifrån författarnas pilotstudie, bedömningsteorier i betygskriterierna samt egna erfarenheter. (Ibid, s. 44).

Eleverna som deltog i undersökningen delades in i mindre grupper, om sex till sju personer, och testet utfördes samtidigt på flera stationer. Författarna tog 16 stycken funktionärer till sin hjälp i observationsundersökning vilka använde sig av samma instruktioner. På så vis fick samtliga elever samma anvisningar. Testet strävade efter att hålla grupperna i rena flick- och

pojkgupper då detta uppfattades innebära en lugnare och mer avspänd testsituation. (Ibid, s. 49)

Resultat av undersökningen visade att en stor andel av eleverna befann sig på de två lägre bedömningsnivåerna vilket bör ses som en tydlig signal på att eleverna inte hade tillgodogjort sig grundläggande motoriska färdigheter tidigare (Ibid, s. 58). Det framkom även att 40 procent av eleverna i årskurs 6 inte kunde utföra de motoriska grundformerna på ett tillfredställande sätt (Ibid, s. 13). Pojkar, i samtliga årskurser som testades (3, 6 och 9), var överlag motoriskt skickligare än flickor (Ibid, s. 58).

1.3 Teoretisk utgångspunkt

1.3.1 Motorisk inlärning

När barnet bestämmer sig för att klara av en motorisk uppgift, använder han/hon sig av sin motoriska förmåga som ett medel för att avgöra vilket rörelsemönster som passar bäst samt på vilket sätt barnet kan förbättra rörelsemönstret till att bäst passa den motoriska uppgiften. Forskning visar att positiva upplevelser i motorisk förmåga kan öka en persons motoriska inlärning, även när personen är omedveten om komponenterna av övningen som skapar förändringen. Det har även framkommit att elever utför och behåller underförstådda delar av uppgifter bättre än tydliga delar. Desto fler underförstådda delar av uppgiften desto bättre utförande av eleven eftersom eleven då blir tvungen att använda sig av sin fantasi för att klara uppgiften. Resultaten understryker sannolikheten att varje gång individer deltar i motorisk träning pågår någon typ av motorisk inlärning. (Schmidt & Wrisberg 2004, s. 14) De flesta elever har vid elva till tolv års ålder automatiserat de grundläggande motoriska rörelserna, där de kan kombinera intellektuell förståelse med utförandet av bestämda övningar och aktiviteter (Grindberg & Langlo Jagtöien 2000, s. 50).

Motorisk förmåga går att observera eftersom den påverkas av faktorer som motivation, uppmärksamhet, trötthet och kondition. Motorisk inlärning däremot är en inre process som reflekterar en individs prestationsnivå för en viss rörelse. Det bästa sättet att bedöma motorisk inlärning är att observera människors motoriska förmåga. Om en persons motoriska kunskaper är relativt stabila, under flera observationer och olika omständigheter, kan observatören göra en bedömning om att personens kunskaper reflekterar hans/hennes nivå av motorisk inlärning. (Schmidt & Wrisberg 2004, s. 11-12)

1.3.2 Motorisk utveckling

Oavsett etnisk tillhörighet, kön eller mognad så sker den motoriska utvecklingen efter fasta principer i en viss bestämd ordningsföljd. Dessa principer framkommer i utvecklingsstadier eller mognadsnivåer. Psykiska och fysiska faktorer påverkar hur snabbt och på vilket sätt det enskilda barnet passerar de olika stadierna i den motoriska utvecklingen. De motoriska stadierna och faserna ser ungefär lika ut för samtliga barn. (Grindberg & Langlo Jagtöien 2000, s. 33) Utvecklingen handlar om att kunna lösa motoriska problem med en ständigt större variation och flexibilitet (Ericsson 2003, s. 27). Då det krävs en viss neuro-fysiologisk mognad för att utföra vissa rörelser kan rörelseutvecklingen betraktas som ett bevis på allmän mognad (Grindberg & Langlo Jagtöien 2000, s. 33).

Barn genomgår följande fyra faser i motorisk utveckling:

- Reflexrörelser, utan storhjärnans medverkan.
- Symmetriska rörelser, inledande medverkan av storhjärnan.
- Viljestyrda-, motiverade- och differentierande rörelser.
- Automatiserade rörelser. (Ericsson 2003, s. 27-28)

Centralt för den motoriska utvecklingen är följande två förhållanden:

- de fysiska förutsättningarna (strukturell grund)
- summan av rörelseerfarenheter (funktionell grund)

Struktur och funktion fungerar tillsammans, dock är funktionen en förutsättning för fortsatt normal utveckling. (Grindberg & Langlo Jagtöien 2000, s. 33)

1.3.3 Motoriska färdigheter

Då barnet behärskar de grundläggande fysiska färdigheterna som att sitta, hoppa, stå, springa och så vidare kommer detta att bidra till att barnet har fler möjligheter att uttrycka känslor, visa spontanitet, leva ut sitt rörelsebehov samt använda fler infallsvinklar då det kommer till yttringar i form av rörelse (Grindberg & Langlo Jagtöien 2000, s. 83). När barnet är moget för en viss rörelse sker rörelsen spontant och barnet får lust att öva den nyfunna färdigheten. Barnet repeterar färdigheten om och om igen tills den blivit automatiserad. Det är därför sannolikt att barns utveckling av grundläggande rörelser är beroende av flertalet faktorer, såsom mognad, möjlighet till övning och social stimulans. (Ericsson 2003, s. 31)

1.3.4 Grovmotoriska svårigheter

Grovmotoriska svårigheter hos barn kan visa sig på flera sätt, till exempel allmän motorisk klumpighet, dålig balans eller svårigheter med att lära sig simma eller cykla. Har barnet grovmotoriska svårigheter visar sig detta genom en eller flera av följande komponenter; bristande automatisering av grundrörelser, svag muskelspänning, balansproblem, motoriska samordningssvårigheter, omogen, otränad samt avvikande motorik. (Ericsson 2003, s. 35–36)

Omogen motorik visar sig på så vis att barnet motoriskt presterar som yngre, åldersmässigt, än vad det egentligen är. Rörelserna är klumpiga, oprecisa, slängiga och dåligt samordnade. Omogen motorik kan bero på att barnet inte fått tillräckligt med motorisk träning samt är oerfaren eller otränad inom området, vilket inte gett barnet förutsättningar för att utveckla en god kroppsuppfattning eller att automatisera grovmotoriska rörelser. (Ericsson 2005, s. 36)

Barn som ligger motoriskt efter sina jämgamla blir ofta utanför, de får sällan vara med att sparka boll eller hoppa hopprep på rasten. Dessutom väljer de ofta själva att inte delta i undervisningen i idrott och hälsa. Barnen kommer in i en så kallad ond cirkel; svårigheter med motoriken leder till minskad övning och därmed också ökade motoriska svårigheter i förhållande till jämnåriga och så vidare. (Ericsson 2003, s. 178) Det är dock viktigt att nämna att barns motorik är påverkingsbar och att lektionsinnehållet har betydelse för utvecklingen (Ibid, s. 180).

1.3.5 Skolans uppdrag

Att utveckla barns och ungdomars allsidiga rörelsekompetens, fysiska förmåga och kunskaper om rörelsens betydelse ur ett hälso- och livsstilsperspektiv anges som skolans uppdrag (Larsson 2007, s. 36). Då eleverna tränar motoriska kvaliteter är begrepp som kroppskontroll, kroppsuppfattning och kroppskänedom i fokus. Som lärare i idrott och hälsa är det viktigt att man lägger upp lektionsinnehållet kring motorik utefter elevernas ålder och motoriska mognad. Detta på grund av att barn i hög grad präglas utav stadier (reflexrörelsen, symmetriska-, viljestyrda- och automatiserade rörelser) som följer varandra i en specifik ordning. (Larsson 2007, s. 48)

Det är viktigt att läraren i idrott och hälsa under elevernas första skolår lägger fokus på den allsidiga rörelsekompetensen. Dock kan detta bli problematiskt då läraren måste hantera stora och heterogena klasser, vilket ställer högre krav på individualiserad undervisning som kan kompensera för individuella olikheter. Svårigheterna med detta kan vara lärarens begränsade tillgångar till gymnastiksalens inredning samt redskapstillgång. (Nilsson 2007, s. 204)

Betydelsen av att träna de motoriska grundformerna under de tidiga skolåren kan ge en stor rörelseberedskap hela vägen upp till vuxenålder. Det är viktigt för lärarna att ha kunskaper och färdigheter kring motoriska grundformer, vilket han/hon kan visa genom att använda sig av bra metoder som möjliggör uppföljning av elevernas utveckling. Det är även att föredra att eleverna testas varje år samt, som lärare i idrott och hälsa, lägga in specifik träning av motoriska grundformer under några veckor för att utveckla elevernas motoriska färdigheter. Med tanke på den begränsade tid som står till lärarens förfogande är det viktigt att testen inte blir för stereotypa, aktivitetsnivån ska fortfarande vara hög under dessa lektionstillfällen. Testet bör ses som en integrerad del av undervisningen i idrott och hälsa. NyTidstestet är exempel på ett bra test som integreras i idrott och hälsa undervisningen utan att tappa aktivitetsnivån. (Nilsson 2007, s. 205)

Viktigt att poängtera är att rörelseträning aldrig får bli ett tvång samt att misslyckanden i största möjliga mån ska undvikas. Endast om barnet känner sig motiverad och tycker det är roligt bör rörelseträning övas. Säkerheten som utvecklas hos barnen ger rörelseglädje och säkerhet vad gäller fysisk självkänsla, vilket kan vara en bra grund för all inlärning. (Ericsson 2008, s. 5)

1.3.6 Sammanfattning av teoretiska utgångspunkter

- Barn genomgår följande fyra faser i motorisk utveckling: reflex-, symmetriska-, viljestyrda- och automatiserade rörelser.
- Det centrala för motorisk utveckling är förhållandet mellan de fysiska förutsättningarna och summan av rörelseerfarenheter.
- När barnet är moget för en viss rörelse sker rörelsen spontant och barnet får lust att öva denna nyfunna färdighet.
- Grovmotoriska svårigheter hos barn kan visa sig genom: bristande automatisering av grundrörelser, svag muskelspänning, balansproblem, motoriska samordningssvårigheter, omogen, otränad samt avvikande motorik.
- Det är viktigt att läraren i idrott och hälsa lägger fokus på den allsidiga rörelsekompetensen samt tar reda på var problemet ligger och vet vilka färdigheter som bör behärskas vid en viss ålder.

1.4 Syfte och frågeställning

Studiens syfte är att, utifrån NyTidstestet, undersöka elevers grovmotoriska grundfärdigheter i årskurs 6 i Stockholmsområdet.

Utifrån detta syfte har vi valt att använda oss av följande frågeställning:

- Hur ser de grovmotoriska färdigheterna ut för elever i årskurs 6, när de bedöms enligt NyTidstestet?
- Vilka skillnader framkommer, hos eleverna, mellan de undersökta stationerna?

2. Metod

Undersökningen är en observationsstudie som undersöker de grovmotoriska färdigheterna hos 113 sjätteklassare i Stockholmsområdet. Studien kommer att utgå från Nyberg och Tidéns observationsmetod från NyTidstestet. Metoden innefattar fyra skalor: Stora brister, Små brister, Tillfredsställande och Mycket tillfredsställande (Nyberg & Tidén 2006, s. 44), vilket kan ses som en nyansering av ”On-Off”- observation. ”On-Off”- observation innebär att man observerar eleverna i tur och ordning och noterar om de är *on* eller *off*. Med *on* menas att eleven gör vad som förväntas av eleven (utför övningen utan motoriska svårigheter), medan *off* innebär att eleven gör något annat. Fördelen med ”On-off” metoden är att den är enkel, eftersom det oftast inte är några svårigheter med att fastställa om elevens beteende är *on* eller *off*. Begränsningen med ”On-Off” metoden är att resultaten inte säger så mycket om bakgrunden till elevens beteende då vi endast placerar in beteendet i *on* eller *off*. (Johansson & Svedner 2006, s. 55-56) Valet av att använda NyTidstestet fyrgradiga skala gjordes eftersom det ansågs att detta skulle ge en tydligare bild om, och i så fall var, eleverna brister i sina grovmotoriska färdigheter. Tillfredsställande och mycket tillfredsställande motsvarar *on*, medan små brister och stora brister motsvarar *off*.

Observationerna som kommer att genomföras är direkta vilket innebär observation av elevers beteende samtidigt som de pågår, där och då (Grindberg & Langlo Jagtöien 2000, s. 106). Eleverna observeras som individer men presenteras som grupp, i kontrast till NyTidstestet (Nyberg & Tidén 2006, s. 35) där eleverna delas in efter kön. Denna ändring gjordes på grund av tidsbrist.

Varje station hade bedömningskriterier som poängsattes enligt Nyberg och Tidéns NyTidstest, detta för att i slutändan få ut ett medelvärde för varje station som visar var på bedömningsskalan eleverna främst hamnar för respektive station. Bedömningskriterierna delades in i följande poängsystem:

- | | |
|-----------------------------|----|
| - Stora brister | 1p |
| - Små brister | 2p |
| - Tillfredsställande | 3p |
| - Mycket tillfredsställande | 4p |

2.1 Procedur

Under litteratursökningen fann vi tidigare forskning inom området som ansågs kunna vara till fördel i undersökningen. Databaser såsom ERIC och google scholar användes, där relevant litteratur fanns. Utifrån Ericssons avhandling 2003, *Motorik, koncentrations-förmåga och skolprestation*, samt Nyberg och Tidéns rapport 2006 i SIH-projektet kunde en ytterligare förståelse inom ämnet fås samt vara till hjälp för att hitta mer relevant forskning.

Undersökningen var beroende av elever i årkurs 6 i Stockholmsområdet, därför sammanställdes ett brev (se bilaga 7), där det förklarades för lärarna i idrott och hälsa vad som förväntades av dessa samt vad undersökningen innebar. Därefter mejlades skolor som vi tidigare haft kontakt med under vår VFU- (verksamhetsförlagd utbildning) period samt skolor i dess närhet, för att underlätta transporten mellan skolorna. Grundtanken var att observera fyra klasser från fyra olika skolor men det visade sig att undersökningen gav större intresse än vad som först var väntat. Med anledning av denna positiva respons fick undersökningen tillgång till sju klasser på fem olika skolor i Stockholmsområdet. Samtliga skolor som tackade ja till medverkan fick ytterligare ett mejl, där angavs det material som behövdes för att genomföra undersökningen. Saknade skolorna något av dessa material hade de möjlighet att underrätta oss detta innan undersökningen påbörjades (se bilaga 8).

2.2 Urval

Studien hade till syfte att undersöka elevers grovmotoriska färdigheter vilket innebar begränsning till ett geografiskt område samt en årskurs 6 för att studien inte skulle bli för tidskrävande eller logistiskt svår. Valet föll på årskurs 6 eftersom det är en av årskurserna som berörs i NyTidstestet, vilket möjliggjorde jämförelsen med vår studie, samt tillgången till undersökningsklasser i och med tidigare verksamhetsförlagd utbildning (VFU).

Ett brev sammanställdes som förklarade undersökningen, detta brev (se bilaga 7) mejlades ut till tio skolor. Fem av skolorna som mejlades ligger i Södermalmsområdet där en av författarna tidigare haft VFU och resterande fem skolor ligger i Lidingöområdet där den andra författaren tidigare haft VFU. Av de tio skolor som mejlades blev det tillslut två skolor från Lidingöområdet, varav en medverkade i pilotstudien, och tre skolor från Södermalmsområdet som medverkade i observationsundersökningen. I studien deltog sammanlagt sju klasser (113 elever) från fem skolor i Stockholmsområdet. Inga interna bortfall förekom under undersökningen. Huruvida externa bortfall förekom undersöktes inte då detta inte påverkade studien.

2.3 Utformning av observationsschemat

Grundformerna som användes i undersökningen var; balansera, hänga, åla, stödja, kasta, hoppa/landa och rulla/rotera (se bilaga 2). Vilket innebar att grundformerna klättra, krypa, fånga, springa och gå inte fanns med. Anledningen till detta val, där samtliga enkla grovmotoriska grundformer inte finns med, var på grund av säkerhetsrisker (vid till exempel klättra). Grundformerna som valdes finns beskrivna i NyTidstestet vilket underlättade framtagningen av observationsschemat (se bilaga 4) (Nyberg & Tidén 2006, s. 84-85) för undersökningen samt risken av att inte hinna genomföra samtliga grundformer under ett lektionstillfälle.

2.4 Pilotstudie

Innan första observationen ägde rum genomfördes två pilotstudier, torsdag vecka 41 samt måndag vecka 42. Första pilotstudien genomfördes på Gymnastik- och idrottshögskolan (GIH) där de nio stationerna ställdes upp (se bilaga 3) för att först kunna genomföras av författarna. Det framkom då att instruktionerna var bristfälliga och svårtydliga, därför utvecklades dessa ytterligare. Därefter fick två GIH studenter, för att få ytterligare förståelse för om de nya instruktionerna fungerade, genomföra de nio stationerna. Stationerna delades upp mellan författarna, en av författarna tog station ett till fem och den andra författaren tog station sex till och med nio.

Andra pilotstudien genomfördes med nitton sjätteklassare i Stockholmsområdet som därmed kunde representera den tilltänkta målgruppen (mognad, instruktionstolkning och koncentrationsförmåga). Lektionen pågick i femtio minuter och inleddes med uppvärmning i form av tunnelkull. Därefter delades klassen upp i två grupper genom att eleverna ställdes upp på en linje och författarna räknade 1-2, 1-2 och så vidare. Alla ettor följde med författare ett och alla tvåor följde med författare två. Då stationerna redan var uppställda och utplacerade med station ett till fem på ena halvan av idrottssalen och station sex till nio på andra sidan, gick författarna ut på respektive halva. Därefter presenterades varje station muntligt med respektive grupp. Varje halvgrupp delades därefter upp på antalet stationer som fanns på varje salshalva, vilket innebar fem respektive fyra grupper. Eleverna började sedan utöva den grovmotoriska färdighet som skulle utövas på respektive station. Författarna påbörjade observationerna genom att gå från station till station och bedöma elevernas grovmotoriska färdigheter enligt observationsschemat (se bilaga 4). När författarna hunnit observera samtliga stationer på sin salshalva informerades eleverna om att det var dags att rotera. Därefter

påbörjades samma observationsprocedur om igen. När alla elever utfört samtliga stationer på respektive salshalva bytte författarna grupper. Grupp ett flyttades således över till författare två och grupp två till författare ett. Observationerna påbörjas på nytt efter muntlig genomgång av samtliga stationer. Då det endast var några minuter kvar av lektionen insåg vi som observatörer att tiden inte skulle räcka till och fick därför avbryta observationerna för att plocka undan. Alla elever hann inte genomföra samtliga stationer vilket innebar ofullständiga observationsresultat.

Efter pilotstudie två togs följande beslut inför kommande observationer på grund av tidsbrist:

- Ingen uppvärmning.
- Borttagning av stationen ”bygga tak”.
- Fem ärtpåsar istället för tio stycken på stationen ”kasta ärtpåsar i rockring”.
- Eventuellt en lek (svanskull) på slutet om det fanns tid.
- Strategisk utplacering av stationen ”kasta ärtpåsar i rockring”, där denna station fick vara i mitten av salen för att på så sätt ge båda författarna möjlighet att observera stationen. Detta för att både grupp ett och grupp två skulle hinna bli klara ungefär samtidigt, vilket skulle underlätta byte av grupper för författarna
- Hopslagning av stationerna ”rulla stock” och ”kullerbytta framåt”.

Stationerna som användes i studien finns att hitta i bilaga 2.

2.5 Observationerna

Observationerna genomfördes under vecka 42 år 2012. Varje observation pågick under en ordinarie lektionstimme i idrott och hälsa, cirka 50 minuter, där lektionen hölls utan ordinarie lärares hjälp. Innan lektionen startade hade stationerna iordningställt. Varje lektion började med att vi förklarade vilka vi var och att vi var där för att undersöka elever i årskurs 6 grovmotoriska färdigheter. Resten av lektionen följde proceduren vid pilotstudien beskriven ovan.

Vid observationstillfällets slut hjälpte eleverna till att plocka bort redskapen, men vid skolor där två lektioner efter varandra observerades stod redskapen kvar efter första lektionstillfället. Vid observationens slut informerades eleverna om vad det var som observerats vid varje station (se bilaga 6) samt tackade vi som observatörer eleverna för deras medverkan i undersökningen.

Under observationstillfällena uppmärksammades felkällor;

- ”Åla under lågt hinder” – där bänkarna flyttade sig under lektionens gång, vilket gjorde att vissa elever fick mer eller mindre utrymme i sidled att röra sig på.
- ”Stödja på raka armar mellan plintar/ förflyttning genom handgång” – plintarna rörde sig i sidled vilket resulterade i att eleverna fick olika utrymmen att röra sig på.

2.6 Etiska överväganden

Eftersom de undersökta eleverna var under 15 år kontaktades rektorerna på de medverkande skolorna för att få ett godkännande innan lärarna, för respektive klass, kunde kontaktas och studien kunde påbörjas. Samtliga skolor och deltagande i studien var anonyma.

2.7 Reliabilitet och validitet

Reliabiliteten avser noggrannheten och säkerheten i en mätning (Hassmén & Hassmén 2008, s. 124). Studien ökar i reproducerbarhet på grund av dess specifika observationsscheman med anvisningar och bedömningskriterier, vilka blir tydliga för läsare och för andra som eventuellt vill genomföra studier med samma syfte (undersöka sjätteklassares grovmotoriska färdigheter). Undersökningen visar även vilket material som använts till stationerna under observationerna. Svårigheter med att få studien helt reproducerbar ligger i att samma område, skolor och klasser måste observeras samt kan skillnader i observatörernas tolkningar hos elevernas beteende finnas, vilket kan leda till olika resultat. Det hade föredragits att ha tillgång till sju stycken funktionärer vilka skulle ansvarat för varsin station under observationerna. Observatörerna hade då kunnat observera från sidan, tillsammans. På så vis hade resultaten blivit mer objektiva. Reliabiliteten hade även blivit starkare om observationerna utförts i en och samma idrottshall med samma material varje gång eftersom storlekar på rockringar, typ av bollar, höjd på plintar och så vidare skilde sig från skola till skola, vilket kan ha påverkat resultaten.

Validitet är huruvida undersökningen undersöker det som från början varit av intresse att undersöka för att få svar på frågeställningen. Man kan sammanfatta validitet med ord som: sanning, trohet, giltighet och styrka. (Ibid, s. 136) Eftersom den valda metoden med NyTidstestet är beprövad sedan tidigare och har visat sig fungera så stärker det studiens validitet. Däremot kan studiens validitet ifrågasättas i och med att egna tolkningar, över elevernas utförande av de grovmotoriska färdigheterna, spelar in.

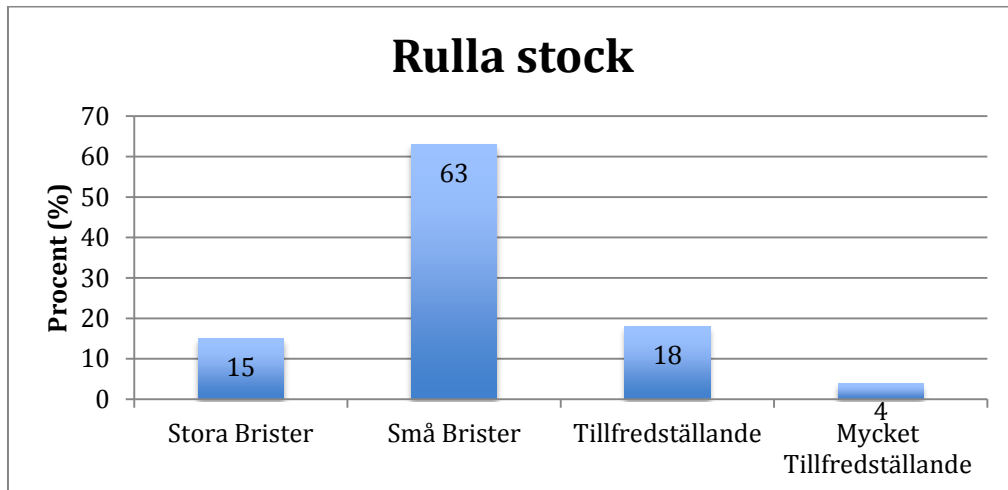
2.8 Resultatredovisning

När samtliga observationer var genomförda sammanställdes resultat (se bilaga 5). Resultaten redovisades genom stapeldiagram, då det ansågs vara ett tydligt sätt att se resultaten på. Varje station fick ett eget diagram där samtliga skolors resultat för den specifika grovmotoriska grundformen fanns redovisade i form av medelvärde. I diagrammen går det att utläsa hur stor andel av eleverna, angett i procent, som befann sig på en utav de fyra bedömningskriterierna för varje station. Stationen ”kasta ärtpåsar i rockring”, som var en precisionsstation, redovisades genom att visa på hur stor andel procent av eleverna som klarade av att träffa noll till fem stycken kast i rockringen.

3. Resultat

3.1 Redovisning av observationsundersökningen

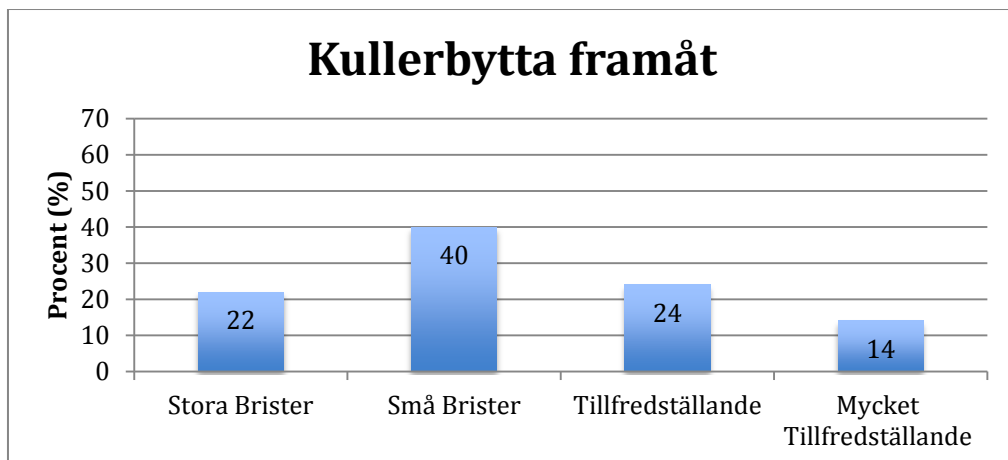
3.1.1 Rulla stock



Figur 1: Rulla stock. Andel elever som klassificeras enligt respektive bedömningskriterier vid momentet "rulla stock". Antal studerade elever, n=113.

Diagrammet visar att elever i årskurs 6 i Stockholmsområdet har svårigheter med att rulla stock (se bilaga 4). Majoriteten (63 %) av de undersökta eleverna hamnar inom bedömningskriteriet "små brister", i detta fall innebär det att eleven tappar rörelseriktningen något samt använder sina händer och fötter för att justera rörelseriktningen.

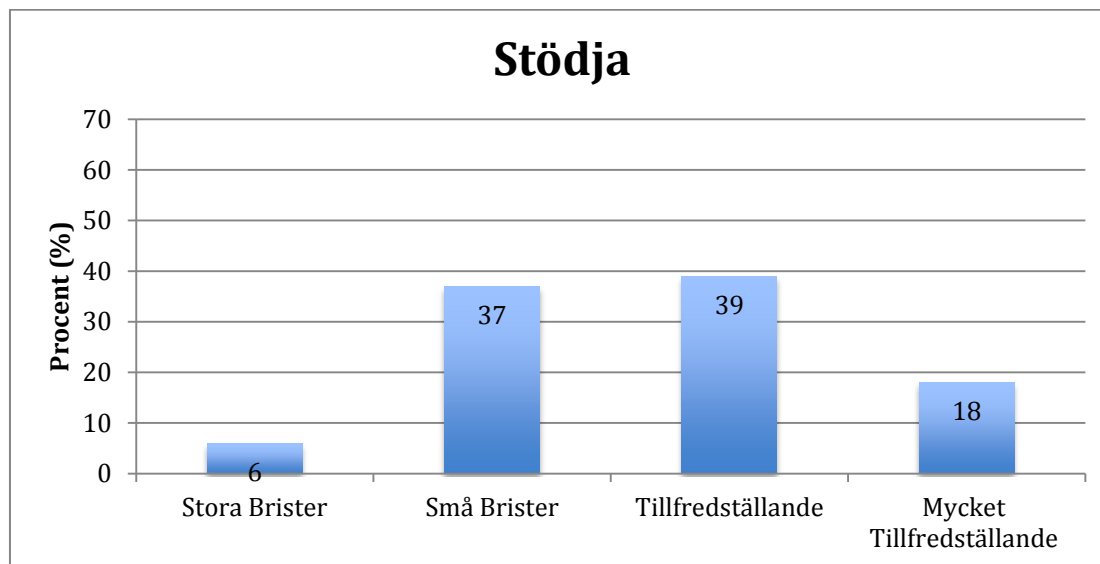
3.1.2 Kullerbytta framåt



Figur 2: Kullerbytta framåt. Andel elever som klassificeras enligt respektive bedömningskriterier vid momentet "kullerbytta framåt". Antal studerade elever, n=113.

”Kullerbytta framåt” har jämnare resultat, mellan bedömningskriterierna, än stationen ”rolla stock”, men även här hamnar störst andel (40 %) sjätteklassare inom kriteriet ”små brister”. Eleverna hade i denna grovmotoriska färdighet störst problem med att ställa sig upp efter kullerbyttans slut utan att ta hjälp av sina händer.

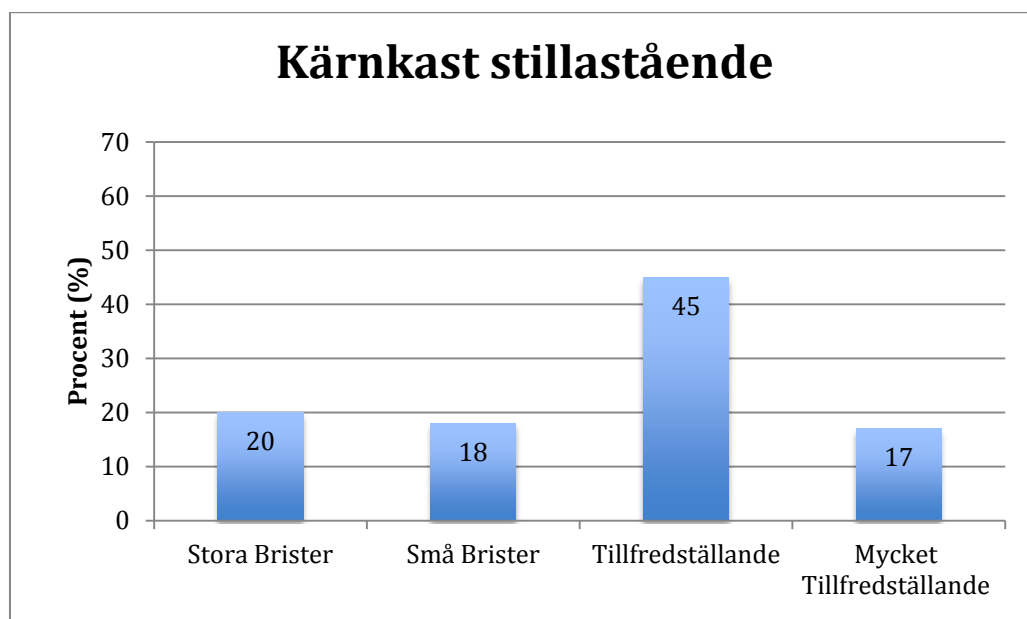
3.1.3 Stödja på raka armar mellan plintar/ förflyttning genom handgång



Figur 3: Stödja. Andel elever som klassificeras enligt respektive bedömningskriterier vid momentet ”stödja på raka armar mellan plintar/ förflyttning genom handgång”. Antal studerade elever, n=113.

Resultaten ovan (figur 3) visar att majoriteten av eleverna uppnår bedömningskriteriet ”tillfredställande” (39 %) och kriteriet ”små brister” (37 %), där ”tillfredställande” innebär att eleverna klarade stationen utan svårigheter och ”små brister” innebär att eleverna endast klarade några förflyttningar genom handgång.

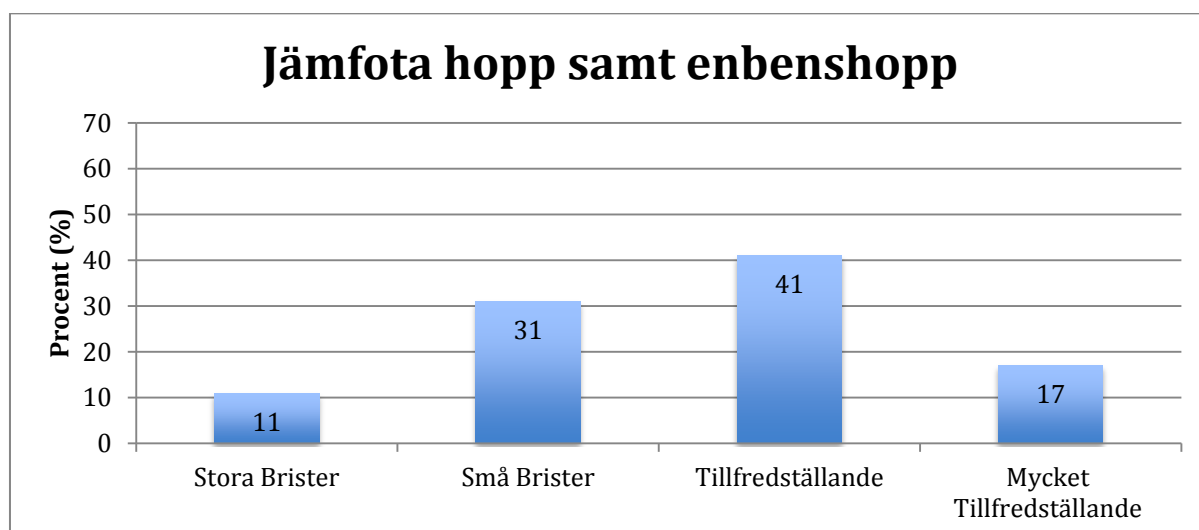
3.1.4 Kärnkast stillastående



Figur 4: Kärnkast stillastående. Andel elever som klassificeras enligt respektive bedömningskriterier vid momentet ”kärnkast stillastående”. Antal studerade elever, n=113.

Majoriteten (45 %) av eleverna klarade stationen med bedömningskriteriet ”tillfredställande”, vilket innebär att eleverna klarar av att utföra ett kärnkast. Eleverna planerade även sitt kast avseende riktning och styrka.

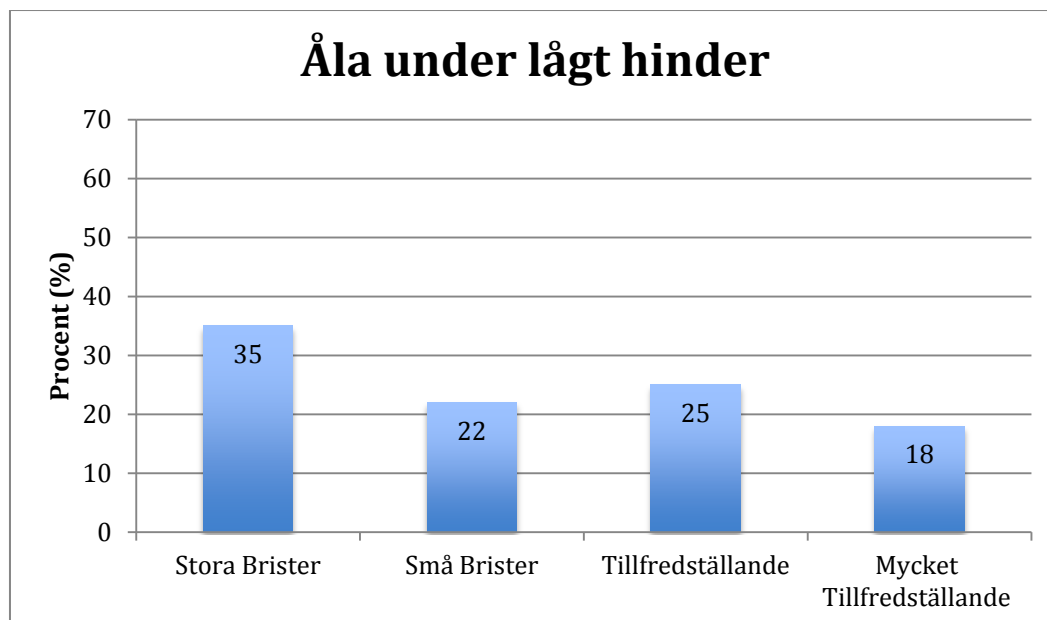
3.1.5 Jämfotahopp samt enbenshopp



Figur 5: Jämfotahopp samt enbenshopp. Andel elever som klassificeras enligt respektive bedömningskriterier vid momentet ”jämfotahopp samt enbenshopp”. Antal studerade elever, n=113.

De flesta eleverna (41 %) uppnådde bedömningskriteriet ”tillfredställande” i denna övning, vilket innebar att eleverna kunde hoppa jämnt och rytmiskt utan avbrott samt hoppa med en jämn balans på både höger och vänster ben.

3.1.6 Åla under lågt hinder

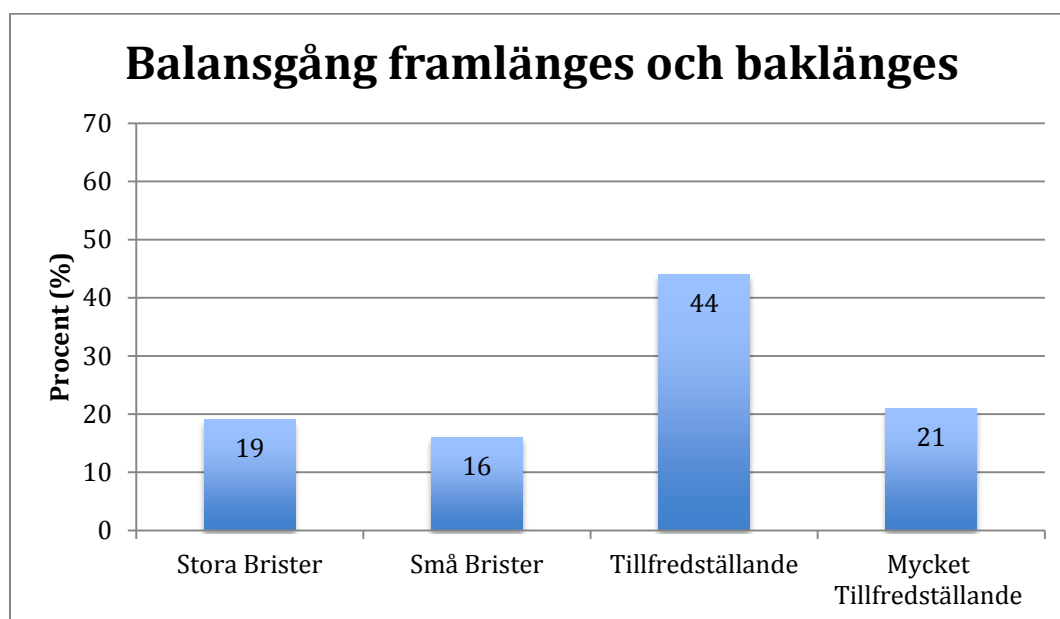


Figur 6: Åla under lågt hinder. Andel elever som klassificeras enligt respektive bedömningskriterier vid momentet ”åla under lågt hinder”. Antal studerade elever, n=113.

Som diagrammet (figur 6) visar har de undersökta eleverna i årskurs 6 problem med att åla under lågt hinder. ”Stora brister” innebär att eleverna (35 %) har stora svårigheter att ta sig fram smidigt, ena eller båda benen släpar samt att eleven eventuellt ”går passgång”.

Observatören på denna station uppmärksammade att eleverna hade stora problem med att använda sig av både armar och ben, många drog sig fram med hjälp av endast armarna.

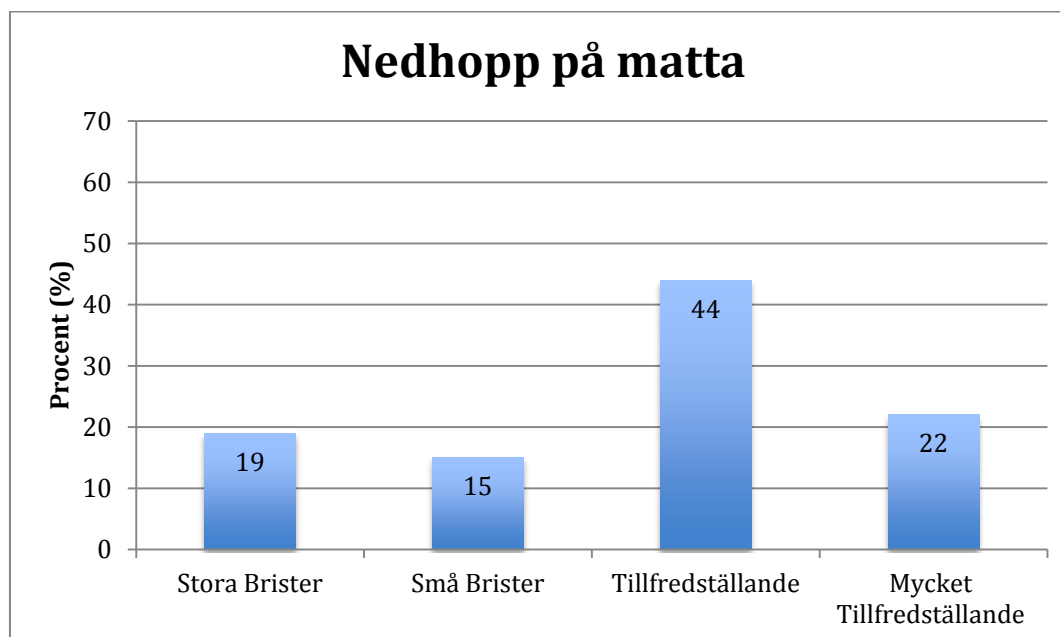
3.1.7 Balansgång framlänges och baklänges



Figur 7: Balansgång fram- och baklänges. Andel elever som klassificeras enligt respektive bedömningskriterier vid momentet "balansgång fram- och baklänges". Antal studerade elever, n=113.

Majoriteten (44 %) av eleverna klarade bedömningskriteriet "tillfredställande", vilket innebär att de förflyttar sig i ett jämnt tempo med god balans både bakåt och framåt.

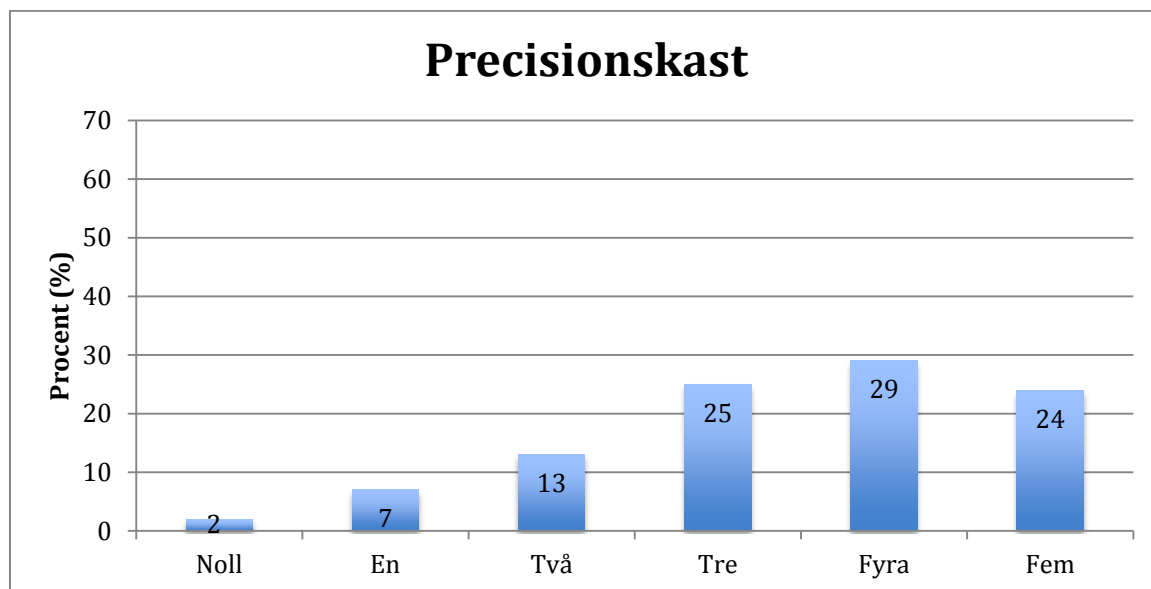
3.1.8 Nedhopp på matta



Figur 8: Nedhopp på matta. Andel elever som klassificeras enligt respektive bedömningskriterier vid momentet "avslut med nedhopp på matta". Antal studerade elever, n=113.

Majoriteten (44 %) av eleverna klarade bedömningskriteriet ”tillfredställande”, vilket innebär att eleverna landar i balans och med eftergift i knä samt knä- och höftled.

3.1.9 Kasta ärtpåsar i rockring



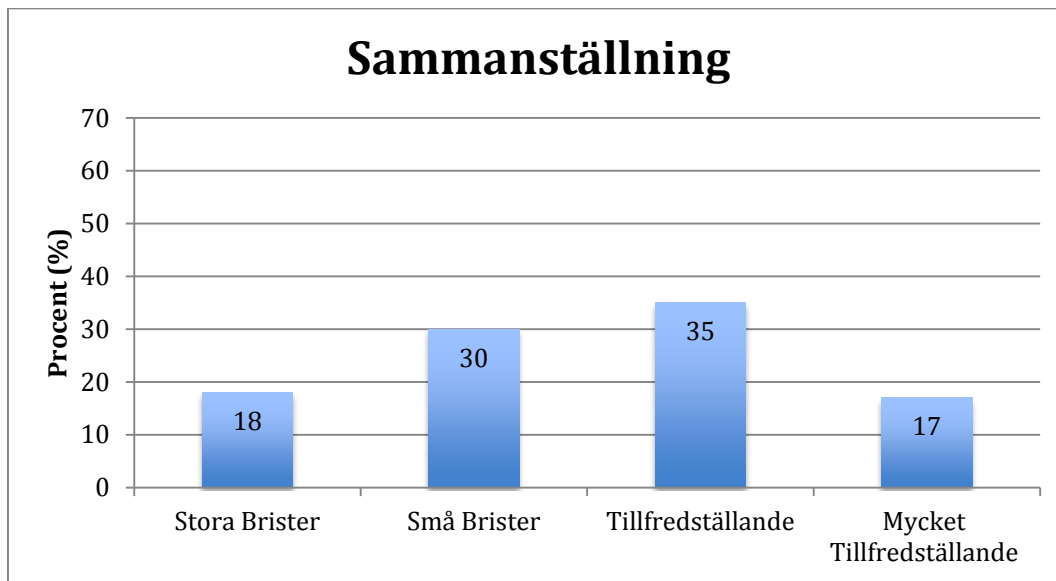
Figur 9: Precisionskast. Andel elever som klassificeras på antal träff vid momentet ”Kasta ärtpåsar i rockring. 5 stycken”. Antal studerade elever, n=113.

Var fjärde elev lyckades kasta tre av fem ärtpåsar i rockringen, nästan lika stor andel (24 %) lyckades träffa alla fem ärtpåsar i rockringen.

3.2 Sammanfattning av resultat

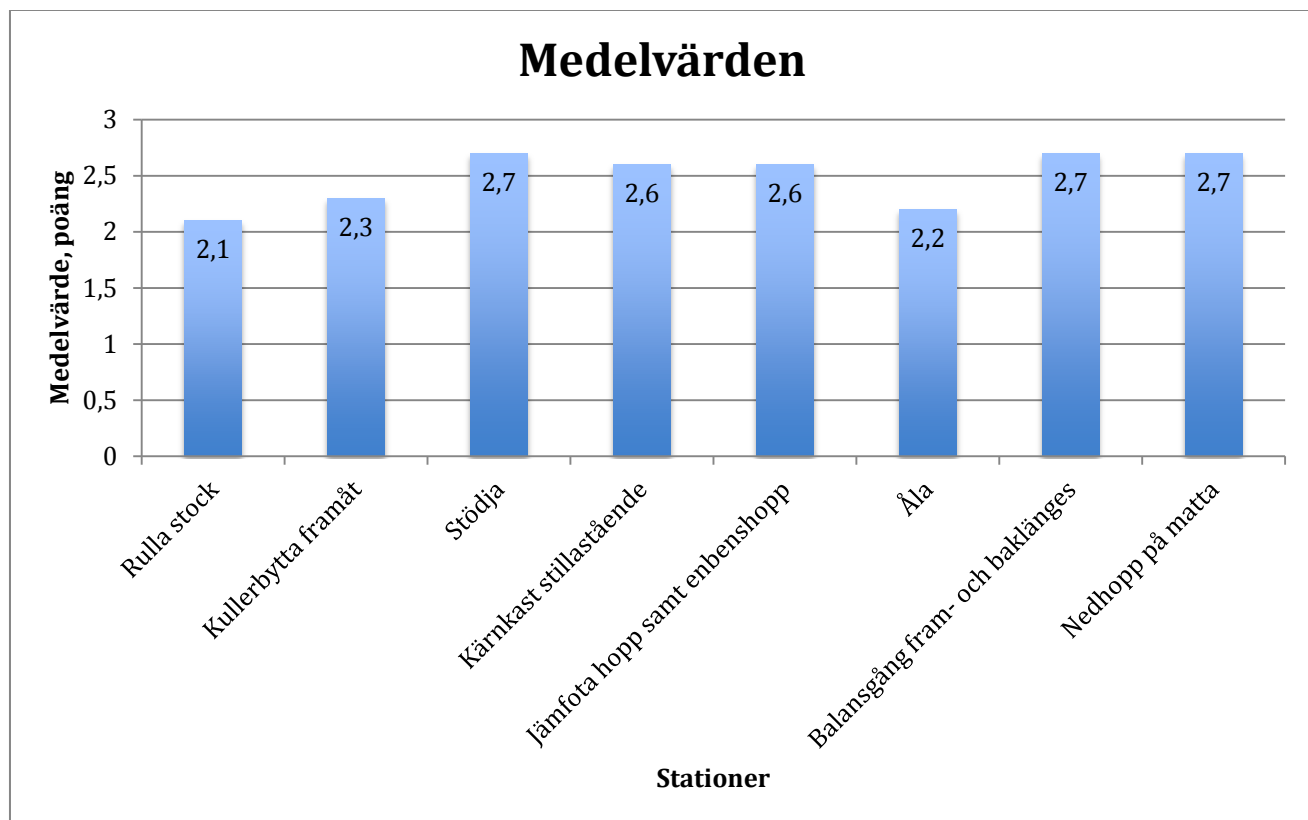
Utifrån de nio genomförda stationerna har vi valt att slå samman elevernas resultat av hur övningarna utfördes i relation till bedömningskriterierna, angivet i procent.

3.2.1 Sammanställning



Figur 10: Sammanställning av samtliga övningar. Andel övningar totalt (8 stycken) som klassificeras inom respektive bedömningskriterier. En sammanställning av hur övningarna utfördes i relation till bedömningskriterierna. Antal studerade elever, n=113.

Enligt vår undersökning kunde inte 48 procent av övningarna utföras på ett tillfredställande eller mycket tillfredställande sätt, vilket innebar, sett till "On-Off" metoden, att dessa elever var *off*. Diagrammet tar inte med resultaten från stationen "kasta ärtpåsar i rockring", på grund av att denna övning hade ett annorlunda bedömningssystem i jämförelse med de andra övningarna.



Figur 11: Medelvärden. En sammanställning av övningarnas medelvärde enligt NyTidstestetets poängsystem.

Varje bedömningskriterie poängsattes enligt NyTidstestet: stora brister (1 poäng), små brister (2 poäng), tillfredställande (3 poäng) och mycket tillfredställande (4 poäng).

Medelvärdena från stationerna, alla förutom ”kasta ärtpåsar i rockring”, visar på att eleverna har haft svårast med stationen ”rulla stock” (2,1 poäng) där resultaten tyder på ”små brister” (2 poäng). De övningar som eleverna visat bättre resultat på i jämförelse med andra stationer i undersökningen är: ”stödja”, ”balansgång fram- och baklänges” och ”nedhopp på matta”, samtliga tre stationer uppnådde ett medelvärde på 2,7 poäng. I dessa tre stationer når nästan samtliga elever bedömningskriteriet ”tillfredställande” vilket enligt Nyberg och Tidéns (2006) poängsystem motsvarar 3 poäng.

4. Diskussion

Studiens syfte är att, utifrån NyTidstestet, ta reda på hur de grovmotoriska grundfärdigheterna ser ut hos elever i årskurs 6, i Stockholmsområdet.

4.1 Våra resultat i jämförelse med NyTidstestet

Jämförelsen mellan våra resultat och NyTidstestets är svår att göra eftersom Nyberg och Tidén delar upp pojkar och flickor, medan vi redovisat resultaten som grupp. Dessutom har Nyberg och Tidén i sin sammanställning av grovmotoriska färdigheter använt sig av stationen ”bygga tak” istället för ”nedhopp i matta” som vi använt i vår resultatdel, därför blir en jämförelse inte helt överensstämmande. I Nyberg och Tidéns resultatredovisning över grundformsstationer (Nyberg & Tidén 2006, s. 63) kan vi se att de undersökta eleverna i årskurs 6, som medel, hamnar mellan bedömningskriterierna ”små brister” och ”tillfredställande”, samma slutsats kan vi dra till våra medelvärden (se figur 11). I NyTidstestet visades att 40 procent av eleverna i årskurs 6 inte kan utföra de motoriska grundformerna på ett tillfredställande sätt (Nyberg & Tidén 2006, s. 13). Enligt vår undersökning kunde inte 48 procent av övningarna utföras på ett tillfredställande eller mycket tillfredställande sätt. Det är svårt att göra en exakt jämförelse mellan undersökningen och NyTidstestet då dessa inte stämmer helt överens. Vi kan ändå se liknande resultat vad gäller elever i årskurs 6 grovmotoriska färdigheter samt konstatera att mer träning inom detta område krävs då motorisk träning utvecklar en rad attribut så som tal, hörsel och förbättrad skrivförståelse (Cratty 1979, s. 40).

4.2 Tänkbara bakomliggande orsaker

De undersökta sjätteklassarna i Stockholmsområdet har haft störst problem med de grovmotoriska färdigheterna rulla/rotera samt åla, vilka påvisas i stationerna ”rulla stock” samt ”åla under lågt hinder”. Barn med grovmotoriska svårigheter har svag muskelspänning samt motoriska samordningssvårigheter (Ericsson 2003, s. 35–36), vilket märktes tydligt då eleverna skulle rulla stock. Eleverna som hade motoriska brister på stationen ”rulla stock” kunde inte rulla rakt vilket skulle kunna vara en effekt av att de inte kunde hålla en god och jämn muskelspänning genom hela övningen. Vid stationen ”åla under lågt hinder” såg vi att eleverna med motoriska brister hade svårigheter med att bland annat förstå den grovmotoriska färdigheten åla, många visste inte vad åla innebar. Instruktionerna tog inte hänsyn till om

eleverna förstod vad begreppet åla innebar utan förutsatte att eleverna visste hur denna grovmotoriska rörelse utfördes. Resultaten kan bero på att eleverna inte fått tillräckligt med motorisk träning och därmed har en omogen motorik (Ericsson 2005, s. 36).

De undersökta eleverna hade minst problem med stationerna ”stödja på raka armar mellan plintar/ förflyttning genom handgång”, ”balansgång fram-och baklänges” samt ”nedhopp på matta”. Enligt resultaten över medelvärdena (se figur 11) för de tre ovanstående stationerna hamnar majoriteten av eleverna strax under bedömningskriteriet ”tillfredställande”. Eftersom barns motorik är påverkingsbar och lektionsinnehållet har stor betydelse för deras utveckling (Ericsson 2003, s. 178) kan det konstateras att eleverna som undersökts, över lag, tränar för lite på att förbättra sina färdigheter vad gäller grovmotoriska grundformer. Motoriska brister försvinner inte utav sig självt, vilket innebär att det är av stor vikt att eleverna får träning och stöd från lärare och föräldrar så att de utvecklas motoriskt (Ericsson 2005, s. 39). Som lärare i idrott och hälsa är det viktigt att du lägger upp lektionsinnehållet kring motorik utefter elevernas ålder och motoriska mognad (Larsson 2007, s. 48). Vi som författare har inte tagit del av de undersökta skolornas lektionsplanering och kan därför inte uttala oss om huruvida eleverna fått möjlighet till den motoriska träning de behöver för att utvecklas motoriskt. Däremot är våra resultat talande för att mer motorisk träning krävs på de undersökta skolorna. I läroplanen, Lgr 11, står att eleverna i årskurs 1-3 har som måluppfyllelse att utföra grovmotoriska grundformer som till exempel, springa, hoppa och klättra, dessa ska klaras av såväl inomhus som utomhus. Måluppfyllelserna för årskurs 4-6 berör istället grundformer i kombination vad gäller grovmotorik. (Skolverket) Grovmotorik som grundform, och inte grundformer i kombination, borde få större utrymme i Lgr 11 även upp till årskurs 6. Detta anser vi då det, i vår undersökning, visat sig att eleverna i årskurs 6 brister inom grovmotoriska färdigheter. Om detta inte nämns i läroplanen, vilket nu är fallet, är risken stor att lärare i idrott och hälsa förbiser detta moment.

Under observationerna upplevde vi att motivationen och uppmärksamheten hos eleverna kan ha påverkat resultaten (Schmidt & Wrisberg 2004, s. 11-12), detta märktes tydligt då eleverna spenderade mycket tid vid en och samma station innan de fick rotera till nästa. Vi uppfattade det som att eleverna tyckte att det blev långtråkigt vilket minskade motivationen och uppmärksamheten som kan ha påverkat våra resultat negativt. Som nämnts tidigare hade undersökningen underlättats av att ha tillgång till funktionärer som kunnat hålla koll på eleverna medan observatörerna kunde fokusera helt på att observera eleverna. Om detta varit möjligt hade eleverna, antagligen, inte blivit lika uttråkade eftersom repetition av instruktionerna då inte hade behövts. Funktionärerna hade skött denna bit och på så vis hade

observationerna gått fortare att genomföra, vilket medfört att det, antagligen, blivit mindre långtråkigt.

4.3 Fortsatt forskning

Vi tycker att det vore intressant med en fortsatt forskning som berör varför barns motoriska färdigheter brister. Det hade då varit intressant att undersöka lärarnas arbete, hur de lägger upp träningen med de motoriska grundformerna samt vilka möjligheter eleverna får att utveckla dessa färdigheter. En annan forskningspunkt vi skulle vilja titta närmare på är huruvida det är någon skillnad i motoriska färdigheter mellan innerstads- och landsortsskolor. Vi har en hypotes om att landsortsskolor har en större andel elever med goda motoriska färdigheter eftersom de ofta har större tillgång till utemiljöer där eleverna kan leka och på så sätt träna upp sina grovmotoriska färdigheter. För liknande undersökningar kan det vara fördelaktigt att använda sig av en instruktionsfilm där exempel på samtliga bedömningskriterier finns visualiserade av elever. På så sätt framkommer en tydligare bild av hur varje bedömningskriterie bedöms samt minskas risken för egna tolkningar vilket höjer validiteten.

4.4 Slutsats

Vi kan utifrån resultaten, *48 procent av övningarna kunde inte utföras på ett tillfredställande eller mycket tillfredställande sätt*, se att de undersökta elevernas grovmotoriska färdigheter är bristande. Sammanfattningsvis anser vi att mer grovmotorisk träning behövs ute på skolorna.

Käll- och litteraturförteckning

Annerstedt, C. (1987). Motorisk utveckling och inläring. I: Göran Patriksson (red). *Aktuell beteendevetenskaplig Idrottsforskning Svebis årsbok 1987*. Lund: Lunds universitet. S.51-62.

Cratty, B J. (1979). *Perceptual and motor development in infants and children*. USA: Prentice-Hal, Inc.

Ericsson, I. (2003). *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer – en interventionsstudie i skolår 1-3*. Malmö: Lärarutbildningen.

Ericsson, I. (2008). *MUGI Motoriklek- med observationsschema för förskola och skola*. Uppsala: Kunskapsföretaget AB.

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

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

Hassmén, N. & Hassmén, P. (2008). *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Hwang, P. & Nilsson, B. (2003). *Utvecklingspsykologi*. 2 ed. Stockholm: Natur och Kultur.

Johansson, B. & Svedner, P O. (2010). *Examensarbete i lärarutbildningen*. 4 ed. Uppsala: Kunskapsföretaget.

Larsson, H. (2007). Idrott & Hälsa – En del av Idrottskulturen. I: Larsson, H. & Meckbach, J. (red). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. Stockholm: Liber. S. 54-69.

Nilsson, J. (2007). Motoriskt lärande och Motoriska lekmiljöer. I: Larsson, H. & Meckbach, J. (red). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. Stockholm: Liber. S. 204-216.

Nyberg, M. & Tidén, A. (2006). *Allsidig rörelsekompetens hos barn och ungdomar – en kartläggning av elevers funktionella motorik*. Rapport nr 5 i serien *Skola-Idrott-Hälsa*. Stockholm: Idrottshögskolan.

Schmidt, R A. & Wrisberg, C A. (2004). *Motor Learning and Performance – a problem-based learning approach*. 3 ed. USA: Human Kinetics.

Skolverket (2012). Läroplan för grundskolan: Lpo 94.
Stockholm: Utbildningsdepartement.

Skolverket (2012). Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet: Lgr 11.
Stockholm: Utbildningsdepartement.

Bilaga 1

Litteratursökning

Syftet med studien var att ta reda på hur eleverna i årskurs sex, i Stockholmsområdet, grovmotoriska grundfärdigheter ser ut idag.

Utifrån detta syfte valde vi att använda oss av följande frågeställning:

- Hur ser elevernas, i årskurs sex, grovmotoriska färdigheter ut i enlighet med delar av NyTidstestet?

Vilka sökord har du använt?

Engelska ord: Gross motor skills, gross motor skills among six graders, observations on motor skills, physical education,
Svenska ord: Grovmotoriska grundformer, grovmotoriska färdigheter, grovmotorik, grovmotoriska färdigheter i årskurs sex, bunkefloprojektet, NyTidstestet,

Var har du sökt?

Bibliotekskataloger: GIH:s bibliotekskatalog
Artikeldatabaser: ERIC, PubMed
Sökmotorer på webben: Google scholar

Sökningar som gav relevant resultat

GIH:s bibliotekskatalog: Grovmotoriska färdigheter, bunkefloprojektet, NyTidstestet, grovmotoriska färdigheter i årskurs sex, gross motor skills.
ERIC: Gross motor skills, observations on motor skills
Google Scholar: Grovmotoriska färdigheter i årskurs sex, bunkefloprojektet, NyTidstestet

Kommentarer

Mycket av det använda materialet i forskningsläget har hittats via litteraturlistor från tidigare studier som varit av intresse.

Bilaga 2

Stationerna

	Rörelsestation	Kontroll av..	Instruktioner
1	Rulla stock.	Rulla i sidled. Kroppsspänning och kroppsuppfattning	Spänn kroppen, raka armar sträckta över huvudet, rulla en sträcka åt vardera håll.
2	Kullerbytta framåt.	Rulla i sagittalplanet. Rumsuppfattning och kroppskontroll.	Gör en kullerbytta framåt så ”fint” som möjligt och kom upp till stående, helst utan att använda händerna vid uppgång.
3	Stödja på raka armar mellan plintar/ förflyttning genom handgång.	Stödja. Kroppsspänning, arm- och bålstyrka samt stödjefunktion.	Häng på raka armar i två sekunder, gå sedan i lugn takt sex ”steg” framåt eller till andra linjen på plinten.
4	Kärnkast stillastående.	Kasta. Kaströrelse	Kasta mot tjockmatta så hårt du vill. Två bollar.
5	Jämfotahopp samt enbenshopp.	Hoppa. Koordination, dynamisk balans och kroppshållning.	Hoppa fem hopp på högerben – vänd hoppa fem hopp på vänster ben – vänd hoppa fem jämfota hopp. Vidrör ej ringarna.
6	Åla under lågt hinder.	Åla. Diagonalt rörelsemönster.	Åla under hindret, se på konen framför hindret och använd både armar och ben. Det gör inget ifall någon av pinnarna rör sig lite.
7a	Balansgång framlänges och baklänges.	Balansera. Dynamisk balans och kroppshållning.	Koncentration! Gå framlänges på bommen till sträcket. Gå baklänges tillbaka.
7b	Avslut med nedhopp på matta.	Landning i balans.	Hoppa sedan ner och landa mjukt i balans med kontroll.
8	Kasta ärtpåsar i rockring. 5 st.	Kasta. Med precision.	Koncentration! Kasta så många av ärtpåsarna som möjligt i rockringen. De skall landa i rockringen, ej glida in. Underhandskast.

Bilaga 3

Beskrivning av hur stationerna är konstruerade

	Rörelsestation	Kontroll av..	Stationens utseende
1	Rulla stock.	Rulla i sidled	Två kortmattor efter varandra. (2x2,5 m, 6mm tjocka).
2	Kullerbytta framåt	Rulla i sagittalplanet	Två kortmattor efter varandra. (2x2,5 m, 6mm tjocka).
3	Stödja på raka armar mellan plintar/ förflyttning genom handgång	Stödja	Två plintar, cirka 1,10 m höga, gärna raka plintar. 0,5 m avstånd mellan plintarna. Pallplint framför plinten.
4	Kärnkast stillastående	Kasta	Avstånd till matta: 5 m
5	Jämfotahopp samt enbenshopp	Hoppa	Små rockringar. 5 i rad, 3 i bredd.
6	Åla under lågt hinder	Åla	Slalomkäppar/pinnar som ligger tvärsöver två bänkar i rad. Totalt fyra bänkar. Åla cirka 4 m.
7a	Balansera framlänges och baklänges	Balansera	Höjd på bom: 70 cm. 3 kortmattor under bommen.
7b	Avsluta med nedhopp i matta.	Se 8a	Se 8a
8	Kasta ärtpåsar i rockring. 5 st.	Kasta	5 ärtpåsar kastas i stor rockring. Avstånd till bortre ringkant är 4,5 meter.

Bilaga 4

Bedömningskriterier för stationerna

1. Rulla stock

Instruktioner:

Spänn kroppen, raka armar sträckta över huvudet, rulla en sträcka åt vardera håll.

Mycket tillfredställande (med precision, balans, tempo och rytm)

Eleven har full kontroll på kroppen vid utförandet. Rörelserna utförs i ett jämnt tempo med lätthet och god rytm. Rörelsen har en tydlig start och avslutning.

Tillfredställande

Eleven rullar smidigt med bibehållen kroppsspänning utan att förlora rörelseriktningen.

Små brister

Tappar rörelseriktningen något. Händer och fötter används för att justera rörelseriktningen. God kroppsspänning.

Stora brister

Svårigheter att rulla rakt, tappar rörelseriktningen. Ingen sammanhållen rullning och svag kroppsspänning.

2. Kullerbytta framåt

Instruktioner:

Gör en kullerbytta framåt så ”fint” som möjligt och kom upp till stående, helst utan att använda händerna vid uppgång

Mycket tillfredställande:

Utför övningen med lätthet och med full kontroll.

Tillfredställande

Eleven rullar smidigt utan att tappa rörelseriktningen och avslutar stående.

Små brister

Fullföljer kullerbyttan med vissa svårigheter. Använder en eller två händer vid uppgång till stående.

Stora brister

Svårigheter att rulla smidigt, ingen sammanhållen rullning, tappar rörelseriktningen och blir sittande.

3. Stödja på raka armar mellan plintar/ förflyttning genom handgång.

Instruktioner: Häng på raka armar i två sekunder. Gå sedan i lugn takt sex ”steg” framåt, alltså tre ”steg” med varje hand.

Mycket tillfredställande (med precision, balans, tempo och rytm)

Stark, skulle kunna fortsätta en bit till.

Tillfredställande

Eleven klarar stationen utan svårigheter.

Små brister

Klarar några ”steg”.

Stora brister

Eleven kan inte stödja på en arm i taget. Kan möjligtvis hänga stilla på båda armar.

4. Kärnkast stillastående

Instruktioner: Stå med en fot på linjen. Kasta mot tjockmatta så hårt du vill. Två bollar.

Mycket tillfredställande (med precision, balans, tempo och rytm)

Kastet utförs med precision, tempo och rytm.

Tillfredställande

Eleven kan utföra kärnkast, stöter ej iväg bollen. Väl avvägt kast avseende riktning och styrka.

Små brister

Eleven utför kastet med vissa svårigheter.

Stora brister

Bristfällig kaströrelse, fel fot fram, ingen kroppsvidning samt stöter iväg bollen.

5. Jämfotahopp samt enbenshopp

Instruktioner: Hoppa fem hopp på högerben – vänd, utanför ringarna, hoppa fem hopp på vänster ben – vänd, utanför ringarna, hoppa fem jämfota hopp. Vidrör ej ringarna. Om det går, hoppa en gång i varje rockring. Följ pilarna.

Mycket tillfredställande (med precision, balans, tempo och rytm)

Hoppar spänstigt med bibehållet tempo.

Tillfredställande

Eleven hoppar jämt och rytmiskt utan avbrott. Balans, lika på höger och vänster.

Små brister

Leven klarar hoppen men med små avbrott och bristande spänst. Lite ojämnt.

Stora brister

Stor galopp, tungt och ospänstligt. Svårigheter med balans och hoppa i en följd. Svårigheter med balansen. Stor olikhet mellan höger och vänster ben.

6. Åla under lågt hinder

Instruktioner: Åla under hindret, se på konen framför hindret och använd både armar och ben. Det gör inget ifall någon av pinnarna rör sig lite.

Mycket tillfredställande (med precision, balans, tempo och rytm)

Eleven ålar korrekt i högt och jämt tempo.

Tillfredställande

Smidig växling mellan höger och vänster diagonalrörelse.

Små brister

Eleven har vissa svagheter och långsamt tempo. Något ojämnt arbete med armar och ben.

Stora brister

Stora svårigheter att ta sig framåt smidigt. Ena eller båda benen släpar. Eventuell passgång.

7.a + b Balansgång framlänges och baklänges + avsluta med nedhopp på matta

Instruktioner: Koncentration! Gå framlänges på bommen till sträcket. Ta inte tag i bommen. Gå baklänges tillbaka. Hoppa sedan ner och landa mjukt i balans med kontroll.

Mycket tillfredställande (med precision, balans, tempo och rytm)

Balansgång framåt och bakåt med stor säkerhet. Avslutar med säker landning.

Tillfredställande

Eleven förflyttar sig i ett jämt tempo med bibehållen god balans såväl bakåt som framåt.

Eleven landar i balans och eftergift i knä och knä- och höftled.

Små brister

Inga svårigheter vid balansgång framåt, viss försiktighet vid balansgång bakåt. Viss obalans vid landning.

Stora brister

Eleven rör sig långsamt, osäkert och försiktigt, trillar ner. Tung, obalanserad landning.

8. Kasta ärtpåsar i rockring, 5 st.

Instruktioner: Koncentration! En fot på linjen. Kasta så många av ärtpåsarna som möjligt i rockringen. De skall landa i rockringen, ej glida in. Underhandskast.

Kontrollerar kast med precision.

Fyll i antal ärtpåsar i rockringen.

Bilaga 5

Sammanställningsmall för stationerna

	Rörelsestation	Stora brister	Små brister	Tillfredställande	Mycket tillfredställande
1	Rulla stock				
2	Kullerbytta framåt				
3	Stödja på raka armar mellan plintar/ förflyttning genom handgång				
4	Kärnkast stillastående				
5	Jämfotahopp samt enbenshopp				
6	Åla under lågt hinder				
7a	Balansgång framlänges och baklänges.				
7b	Avsluta med nedhopp i matta.				
8	Kasta ärtpåsar i rockring. 5 st.	Antal träff:			

Bilaga 6

Grovmotorisk färdighet som tränas vid varje station

	Rörelsestation	Kontroll av..
1	Rulla stock.	Rulla i sidled
2	Kullerbytta framåt	Rulla i sagitalplanet
3	Stödja på raka armar mellan plintar/ förflyttning genom handgång	Stödja
4	Kärnkast stillastående	Kasta
5	Jämfotahopp samt enbenshopp	Hoppa
6	Åla under lågt hinder	Åla
7a	Balansera framlänges och baklänges	Balansera
7b	Avsluta med nedhopp i matta.	Se 8a
8	Kasta ärtpåsar i rockring. 5 st.	Kasta

Bilaga 7

Missivbrev

Hej!

Vi är två studenter från Gymnastik- och idrottshögskolan som nu skriver vårt examensarbete, där vi undersöker barn i årskurs sex grovmotoriska färdigheter. För att undersöka detta har vi valt att använda oss utav observationer. Observationerna kommer att gå till som stationsträning där olika grovmotoriska färdigheter, såsom hoppa, åla, kasta och hänga, observeras. Vi önskar därför få möjlighet att använda en idrottslektion på cirka 40 minuter för årskurs sex av er där vi kan genomföra vår studie. Studien önskar vi, om möjligt, genomföra under vecka 42.

Eftersom denna studie kommer pågå under en hel idrottslektion så innebär det att vi planerar och sköter hela lektionstillfället. Vilket innebär att, du som lärare, inte behöver planera något inför detta tillfälle.

Finns det möjlighet för oss att genomföra denna undersökning på er skola?

Tacksamma för svar, så snart som möjligt.

Tack på förhand!

Med vänliga hälsningar

Josefin Larsson & Anna Gustafsson

Kontaktuppgifter:

Josefin: xxx@gih.se, 070-xxxxxxx

Anna: xxx@gih.se, 070 - xxxxxxxx

Bilaga 8

Påminnelse brev till skolor

Hej igen!

Vi, Josefin och Anna, ville bara göra er påminna om att vi kommer ut till er nästa vecka för att utföra våra observationer.

Observationerna kommer utföras som stationsträning där eleverna tränar olika grovmotoriska färdigheter. Till dessa stationer behövs följande material:

- 9 kortmattor (2x2,5 m, 6mm tjocka)
- 2 plintar (cirka 1,10 meter höga)
- 1 pallplint
- 2 små bollar (exempelvis tennisbollar)
- 10 ärtpåsar
- 1 bom
- 4 bänkar
- 6 bandyklubbor
- 1 kon
- 16 rockringar
- 1 ribbstol

Saknar ni något av ovan nämna material, hör av er så snabbt som möjligt till oss så att vi kan planera inför observationerna på bästa sätt.

Med vänliga hälsningar

Anna Gustafsson & Josefin Larsson