

# Barns rörelse i förskolan

- En kvalitativ studie baserad på förskollärares uppfattningar om barns fysiska aktivitet i förskolan och vilken inverkan den fysiska miljön har på den



Av: Vina Ahmad

Handledare: Christopher Collstedt  
Examinator: David Payne  
Södertörns högskola | Lärarutbildningen  
Kandidat/Magisteruppsats 15 hp  
Förskoldidaktik | Termin 7 2018  
Förskolläraryrket med interkulturell profil



**SÖDERTÖRNS HÖGSKOLA** | STOCKHOLM  
sh.se

# Children's movement in preschool

- A qualitative study about preschool teachers' perceptions about physical activity and what affect the physical environment has on it

## **Abstract**

The aim of this thesis is to get an overall view over preschool teacher's perceptions about children's physical activity in preschool and also understand what impact the physical environment has on it. In Sweden children participate in preschool at an early age and spends the majority of their waken time there. Preschool therefore becomes an important platform to promote children's early physical activities as it has great effect on their future lifestyle. The physical environment plays a significant role for children's opportunity to be physically active and therefor also becomes an important part of this study. In this study I used a qualitative semi structured interview with six preschool teachers who worked in different preschools.

The theoretical background is based on Osnes, Skaug, and Kaarbys (2012) five positioning categories which are guidance, spectator, playmate, play in parallel with the child as well as initiate play. Each and one of this positioning categories have an impact on children's play and the movements they use in those plays (2012). I also use Gitz-Johansen, Kampmann and Kirkeby theory where they describe the complex relationship between children and the pedagogical room (2001 in Eriksson 2013).

My study shows that the overall attitude toward physical activity is positive and is considered by the preschool teachers to be an essential part in children's childhood. The preschool teachers are aware that they are the gatekeepers to physical activity and how their attitude can regulate children's movements due to norms and values of the society they belong to. They expressed their dissatisfaction toward the preschool organization and highlighted the external factors that regulates the children's movements which they expressed where out of their ability to impact such as large children groups, small staff density, narrow space to move in and so forth. They believe that children's play is the gateway to physical activity and their positioning can help children to develop their physical abilities.

**Keyword:** Preschool, physical activity, physical environment, perceptions, regulations, opportunities.

**Nyckelord:** Förskolan, fysisk miljö, fysisk aktivitet, uppfattningar, regleringar, möjligheter.

## Förord

Jag vill jag passa på att utdela ett stort och varmt tack till de respondenter som medverkade och som gjorde det möjligt för mig att genomföra min examensuppsats.

Tack till min handledare som under studiens gång väglett mig dem gånger då jag varit på väg att ta fel spår i uppsatsen och gett mig viktiga synpunkter på mitt arbete. Slutligen vill jag tacka min familj, framförallt min syster Helin som hela tiden motiverat mig och gett mig extra push i uppsatsskrivandet och under utbildningens gång.

TACK från hjärtat!

Stockholm, maj 2018

Vina Ahmad

## Innehållsförteckning

<b>1. Inledning</b>	<b>2</b>
1.1 Syfte och frågeställning	4
<b>2. Tidigare forskning</b>	<b>5</b>
2.1 Den pedagogiska miljön	5
2.2 Pedagogers attityder	6
<b>3. Litteraturgenomgång</b>	<b>7</b>
3.1 Definition av begreppet fysiska aktivitet	7
3.2 Förskolans utevistelse	7
3.3 Möjlighet till fysisk aktivitet inomhus	8
3.4 Den fysiska aktiviteten och leken	8
3.5 Det pedagogiska rummets förväntningar	9
<b>4. Teoretiska utgångspunkter</b>	<b>11</b>
4.1 De fem fiktiva rummen	11
4.2 Pedagogers fem positionerings kategorier	12
<b>5. Metod och material</b>	<b>14</b>
5.1 Forskningsstrategi och datainsamling	14
5.2 Urval	15
5.3 Bearbetning av datainsamling	15
5.4 Forskningsetiska aspekter	15
<b>6. Resultat och analys</b>	<b>17</b>
6.1 Förskolläraernas uppfattning om och förhållningssätt till fysisk aktivitet	17
6.2 Reglering av tid, rum och resurs	20
6.3 Fysisk aktivitet i förskolans innemiljö	23
6.4 Fysisk aktivitet på förskolans utegård	26
6.5 Fysisk aktivitet i leken	29
<b>7. Slutdiskussion</b>	<b>31</b>
<b>8. Referenslista</b>	<b>35</b>
8.1 Tryckta källor	35
8.2 Elektroniska källor	36
<b>9. Bilagor</b>	<b>38</b>
9.1 Bilaga 1: Samtyckesbrev	38
9.2 Bilaga 2: Intervjuguide	39

## 1. Inledning

I en artikel skriven i Dagens nyheter lyder rubriken ”Förskolegårdarna krymper i nya stadsdelar” (Ritzen 2018). Det är inte den enda artikel gällande dem alltmer krympande förskolegårdarna i en stad som växer i en rasande takt. Staden jag syftar på kommer säkerligen inte som en chock. Det gäller Stockholm, huvudstaden där tillväxttakten hör till en av de snabbaste i Europa (Stockholmsstad 2017-05-12). Med en växande populations tillväxt står regeringen inför en hel del tuffa frågor där bostäder, sjukvård, förskola och skola ligger högt upp på listan av centrala frågor. Men framförallt intresserar jag mig för förskolan. Längre har det diskuterats hur barngrupper blir allt större och personaltätheten blir allt mindre.

Det går åt en alarmerande riktning där förskollärare/fritidspedagoger tillhör den yrkesgrupp som enligt försäkringskassans nya siffror har flest antal sjukskrivningar per 1000 anställda och sjukantalet ökar. Det ökade sjukantalet är en följd av en kontinuerlig hög arbetsbelastning rapporterar Lärarnas tidning (Läraryrket 2015).

Med dem allt mer krympande gårdarna har mitt intresse kring förskolebarns fysiska aktivitet ständigt ökat. Varje dag på väg till och från skolan gör jag förbi förskolor med fantastiska utomhusytor för barnen att leka och röra sig på med direkt anknytning till närliggande skog och lekplatser. Det är en fantastisk möjlighet för de barn vars förskolor ligger i närheten av skogar, lekplatser eller som själva har en stor utegård. Denna möjlighet gäller inte för alla förskolor. Som artikel presenterar krymper gårdarna när fler bostäder ska byggas till följd av den växande efterfrågan på just bostäder i huvudstaden. Detta ser jag som problematisk då Skolverkets statistik visar att över 480 000 barn är inskrivna i förskolan. Av alla 1–5 åringar är hela 83 procent av dem inskrivna i förskolan medan 95 procent av åldersgruppen 3–5 är inskrivna i förskolan. Det är höga siffror vilket också betyder att förskolan är den största plattformen för barn vilket medför ett stort ansvar och en hel del krav för de verksamma inom förskolan (Skolverket 2013-03-14).

Dessa krav innefattar bland annat att förskolan ska lägga grunden för lärande och utveckling. Barnen har rätt till trygghet och omsorg när de vistas i förskolan och att förskolan är till för alla. Förskolan miljö har en betydande roll för möjligheten till utforskande och skapande för att främja lärande och utveckling. För att främja och stimulera barns hälsa är den fysiska omgivningen betydande. Uppdatering av databasen för skandinavisk forskning på förskoleområdet år 2015 visar att den fysiska miljön har en stor inverkan på barns välmående och lek. Forskningen betonar hur pedagogernas normer och regler för vad som är tillåtet att göra

respektive otillåtet att göra reglerar barnens aktiviteter. En annan studie undersökte hur vida kvaliteten på den svenska förskolans utomhusmiljö har för effekt på barns hälsa och trivsel där det framgår av studien att barn har en hälsosammare fysik, de trivs bättre och sover längre på nätterna om kvaliteten på utomhusmiljön är hög (Skolverket 2015 -02 -12).

Enligt folkhälsoguidens rekommendation bör barn röra på sig minst 1 timme per dag för att förebygga framtida hälsoproblem. Oron är omfattande bland vuxna som anser att barn spenderar för många timmar på stillasittande aktiviteter exempelvis med mobiltelefoner, surfplattor och TV. De stillasittande aktiviteterna konkurrerar med barns naturliga rörelsemönster. I forskning framgår att förskolan spelar en avgörande roll för små barns rörelser. Det visar sig även att barn är som mest aktiva i utomhusmiljöer där det finns utrymme för att spinga, gömma sig eller klättra (Folkhälsoguiden u.å.). Förskolan och skolan har möjligheten att lägga grunden för goda hälsovanor med hänsyn till att barns spenderar en stor del av sin vakna tid på förskola och skola.

I min framtida yrkesprofession som förskollärare anser jag att det är ett viktigt ämne att belysa i förskolan. Framförallt vill jag själv få djupare kunskaper om fysisk aktivitet och barns hälsa i stort. Mycket av den forskning som finns redogör för betydelsen av fysisk aktivitet i tidig ålder för att förebygga sjukdomar. Detta ämne berör flera än bara målgruppen i fråga. Enligt Schäfer Elinder och Faskunger (2006, s. 88) har fysisk aktivitet gått från att vara en angelägen fråga för den enskilda individen till en viktig samhällsfråga.

I förskolans läroplan har miljön en betydande del för främjandet av ett lustfyllt lärande. Miljön ska vara innehållsrik, inbjudande och öppen. Förskolan ska se till så att varje barn:

” Utvecklar sin motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning samt förståelse för vikten av att värna om sin hälsa och sitt välbefinnande” (Skolverket 2016, s. 9).

Jag anser att det är betydande att förskollärare är delaktiga och engagerade i barns fysiska aktivitet. Jag vill därför med den här uppsatsen belysa förskollärares uppfattningar kring fysisk aktivitet och förhoppningsvis kunna bidra till en ökad medvetenhet kring fysisk aktivitet i förskolan.

## **1.1 Syfte och frågeställning**

Studiens syfte är att undersöka och belysa förskollärares uppfattningar om barns fysiska aktivitet i förskolan samt förstå vilken inverkan den fysiska miljön har på den.

Utifrån syftet har dessa två frågeställningar utformats:

- Hur ser förskollärares uppfattningar ut kring barns fysiska aktivitet i förskolan?
- Hur ser förskollärarnas uppfattningar ut gällande det fysiska rummets begränsningar och möjligheter till fysisk aktivitet?

## **2. Tidigare forskning**

I följande kapitel i studien presenteras relevant forskning för mitt valda undersökningsområde. Tidigt in i sökandeprocessen insåg jag att ämnet har ett brett sortiment av tidigare forskning och därför var det nödvändigt att sälla bort det som sträckte sig över andra fält än den studien är ämnad för, nämligen det pedagogiska fältet. Kapitlet kommer behandla forskning om det pedagogiska rummet, miljön i förskolan samt vad den har för betydelse för barns fysisk aktivitet. Kapitlet innefattar även studier om pedagogernas förhållningssätt till utevistelsen och medvetenhet kring den osynliga styrningen i förskolan. Kapitlet är uppdelat i mindre rubriker för att underlätta för läsaren. Intervjuerna med förskollärarna har präglat innehållet i följande avsnitt.

### **2.1 Den pedagogiska miljön**

För att få en någorlunda uppfattning om hur barns fysiska aktivitet ser ut i förskolan behöver vi rikta blicken mot den pedagogiska miljön. På så vis ger det en förståelse över förhållandet mellan den pedagogiska miljön och barns rörelsemöjligheter. I Elisabeth Nordin-Hultmans studie har fokus riktats mot den pedagogiska miljön, framförallt lägger hon betoning på betydelsen av miljöns utformning och hur det påverkar barns handlingsutrymme. Barns sätt att vara präglas av de rådande normerna i den miljö barnet befinner sig i. Hon har undersökt hur bland annat tid och material har organiserats i de pedagogiska rummen och påstår att regleringen av tid och material är strikt i den svenska förskolan. Författaren hävdar att utrymmet för barn egna inflytanden är mycket små vilket hon kopplar till Michel Foucaults begrepp övervakning och disciplinering. Barnen blir därför beroende av pedagogerna för att kunna utföra sina aktiviteter och för att få tillgång till material, rum och tid. Aktivitetsmöjligheterna som erbjuds är starkt bundna till verksamhetsplaneringen (2004, s. 190, 100).

I en annan studie genomförd av Patrik Grahn (1997 se Erikssons 2013, s. 21) jämfördes två förskolors utemiljöer. Den ena utegården var en planerad utemiljö, redan uttänkt för ett speciellt syfte. Den andra miljön var naturlig där möjligheten fanns att omforma utefter barnens egna behov och vilja. Studiens resultat påvisade att den planerade miljön skapade frustration hos barnen. Miljön som redan är utformad av en vuxen blir obegriplig för barnen. Däremot visade



resultatet att den naturliga miljön uppmuntrade till mer varierande aktiviteter och Gitz-Johansen, Kampmanns och Kirkeby framhåller att miljöer vars aktivitetsmöjligheter inte bestämts på förhand leder till ett större engagemang och kreativitet hos barnen (2001 se Eriksson 2013, s. 21).

## **2.2 Pedagogers attityder**

I Gitz-Johansen, Kampmanns och Kirkebys studie framkom det att pedagoger har en vilja och en medveten strävan att skapa miljöer med fler varierande erbjudanden. Det talas om svagt kodade och starkt kodade miljöer. De svagt kodade rummen gör möjlighet till varierande aktiviteter. Däremot markerar starkt kodade rum tydligt hur en ska uppföra sig. Till exempel kan stolar och bord ge signaler att rummet är till för stillasittande aktiviteter såsom att måla eller lägga pussel (2001 se Eriksson 2013, s. 27). Genom anordningen av dessa rum skapas också förväntningar om var som är tillåtet respektive otillåtet att göra i rummet. Barnen lever oftast upp till de osynliga förväntningarna eller kraven utan att dessa uttrycks explicit vilket Gitz-Johansen, Kampmanns och Kirkebys benämner som institutionsautonomi (Balldin, 2008; Gitz-Johansen m. fl. 2001 se Eriksson 2013, s. 27).

Copeland, Kendeigh, Saelens, Kalkwarf och Sherman (2011) genomförde en studie i USA där de undersökte hur pedagoger inställning och attityder påverkar barnens utevistelse. De beskrev pedagogerna som ”gatekeepers” eller grindvakter. I resultatet framgick det att pedagogernas egna inställnings och attityder till utevistelsen spelar en stor roll i hur pass mycket barnen vistas ute. Faktorer som spelade in var väderförhållanden, påfrestande att ta på barnen ytterkläder, utemiljön som en säkerhets fara och att det är svårt att hålla koll på barnen. Copeland m.fl. menar att barn inom samma förskola får olika förutsättningar för att utveckla sina grovmotoriska färdigheter baserat på pedagogernas attityd, inställningar samt engagemang (Copeland m.fl. 2011, s.97).

Förskolan bör ge barn de förutsättningar som möjliggör för rörelse och användande av kroppen på diverse sätt. Det menar författarna Grindberg och Langlo Jagtøien. Vuxna som arbetar med barn har ansvaret att stimulera barns fysiska aktivitet för att utveckla en sund själ och en sund kropp (Grindberg & Langlo Jagtøien 2000, s. 21,30). För att detta ska bli möjligt behöver pedagoger vissa kunskaper, exempelvis kunskap om lärande hos barn och barns fysiska

utveckling samt känna till de teorier som finns kring barns lek för att i sin tur uppmana till lekar med fysiskt aktivt innehåll (a.a. s. 126).

Den tidigare forskningen har gett en inblick i den reglering och styrning som finns i förskolan. Den pedagogiska miljön är strikt reglerad och rummen är starkt bundna till rådande normer vilket tydligt framkommer i Nordin-Hultmans studie. Utifrån min tolkning av respondenternas svar i min studie överensstämmer de svaren med Nordin-Hultmans resonemang och kommer i senare avsnitt också presenteras i kapitlen *litteraturgenomgång* och *teoretiska utgångspunkter*. Vikten av pedagogers inställning och engagemang utifrån Copeland m.fl. studie verkar spela en betydande roll för hur pass mycket barnen får vistas ute. Jag finner pedagogers attityd och förhållningssätt i relation till fysisk aktivitet som särskilt intressant då jag i min studie undersöker förskollärares uppfattningar till fysisk aktivitet. Pedagogernas attityder till fysiska aktivitet och det pedagogiska rummet/miljöns betydelse för möjliggörande av fysisk aktivitet genomsyrar hela studien. Därför är den tidigare forskning högst relevant för min studie.

### **3. Litteraturgenomgång**

#### **3.1 Definition av begreppet fysiska aktivitet**

I denna studie används begreppet fysisk aktivitet kontinuerligt genom hela uppsatsen därför är det angeläget att definiera begreppet. Enligt Statens Folkhälsoinstitut definition räknas all typ av rörelse som ökar energiförbrukningen som fysisk aktivitet. De beskriver även att fysiska aktivitet är komplext och innefattar bland annat lek och vardagsaktiviteter (Statens Folkhälsoinstitut 2011, s. 27). Världshälsoorganisationen, WHO:s definiering av begreppet överensstämmer med ovanstående beskrivning (WHO, 2012). Jag kommer använda begreppet i enlighet med de ovanstående definitionerna alltså för all typ av rörelseansträngning hos barn i förskolan.

#### **3.2 Förskolans utevistelse**

Mårtensson (2004) menar att den svenska förskolan är utevistelsen en stor del av den vardagliga verksamheten. Till skillnad från skolan som tar raster emellan åt för att sedan återgå till lektioner är utevistelsen en central del, tillsammans med samling, sångstund och vila i förskolan

verksamhet (Mårtensson 2004, s. 20). Mårtensson menar även att förskole gårdarna varierar i storlek och innehåll vilket ger skilda förutsättningar för kvaliteten av utevistelsen. Beträffande utevistelsen i förskolan skriver Skolverket att:

[...] Barnen ska kunna växla mellan olika aktiviteter under dagen. Verksamheten ska ge utrymme för barnens egna planer, fantasi och kreativitet i lek och lärande såväl inomhus som utomhus. Utomhusvistelsen bör ge möjlighet till lek och andra aktiviteter både i planerad miljö och i naturmiljö " (Skolverket 2016, s. 4).

### **3.3 Möjlighet till fysisk aktivitet inomhus**

Förskolans utomhusmiljö samt inomhusmiljö ska komplettera varandra och utgöra en helhet. Däremot har inomhusmiljön vissa begränsningar som gör att det inte är möjligt att utöva aktiviteter som kräver mer rörelse ansträngning. Den planerade miljön kan bereda plats för lek där barn använder kroppen. Enligt Grindberg och Langlo Jagtöien är tomma ytor inbjudande för lekar med spring, hoppande, ålande med mera (Grindberg & Langlo Jagtöien 2000, s. 98). Faktorer som kan begränsa den fysiska aktiviteten i inomhusmiljö kan vara för stor barngrupp, för trånga lokaler i förhållande till barngrupp, rådande normer för hur vi bör bete oss inomhus och så vidare. Barns utveckling och lärande måste vara dem grundläggande byggstenarna i utformningen av förskolans lokaler. Miljön bör ge barnen möjlighet att leka i större och mindre grupper, leka själv, leka högljutt och få eget handlingsutrymme. Trånga miljöer tvingar barnen att ständigt ta hänsyn till faktorer som i sin tur gör att barnen måste hålla tillbaka på de rörelsebehov som de naturligt bär på menar De Jong (se Björklid 2005, s. 38).

### **3.4 Den fysiska aktiviteten och leken**

Leken betraktas som en grundläggande byggsten i barns utveckling. Från grundandet av barnträdgårdar till nuvarande styrdokument så som läroplanen för förskolan betraktas leken som betydande för barns sociala och kognitiva utveckling (Utbildningsdepartementet, 1998 se Tullgren 2004, s.18) Friedrich Fröbel menade att det finns en inneboende verksamhetsdrift i varje människa och inte minst hos barn vilket gör att barn leker. Fröbel menade även att vuxna bör värna om leken och sa "Vårda den du Moder" Skydda den du Fader!" (Fröbel 1995 se Tullgren 2004, s. 18). Leken blir också en mötesplats för barnen där de lär sig om sina egna och andras kroppar, dess möjligheter och begränsningar. Barnkroppen används aktivt som ett verktyg i leken och därför är det betydande att kroppen är motoriskt säker menar Grindberg och Langlo Jagtöien. En motorisk säkert barnkropp bjuder också in till interaktion med andra

medans en barnkropp vars motorikutveckling är osäker ofta utesluts ur leken (Grindberg & Langlo Jagtöien 2000, s.16).

I läroplanen för förskolan står följande om leken:

Leken är viktig för barns utveckling och lärande. Ett medvetet bruk av leken för att främja varje barns utveckling och lärande ska prägla verksamheten i förskolan. I lekens och det lustfyllda lärandets olika former stimuleras fantasi, inlevelse, kommunikation och förmåga till symboliskt tänkande samt förmåga att samarbeta och lösa problem. Barnet kan i den skapande och gestaltande leken få möjligheter att uttrycka och bearbeta upplevelser, känslor och erfarenheter

(Skolverket 2016, s. 6)

I barns lek växer barnets intresse för den egna kroppen och dess möjligheter. Barnens lust och nyfikenhet i leken ska därför tas till vara av vuxna vars uppgift blir att stimulera, främja och stötta barnens lust till fysisk aktivitet. Nordlund, Rolander och Larsson menar att det ligger ett stort ansvar att kunna skapa dessa förutsättningar genom att utgå ifrån barnens livsvärldar när rörelseaktiviteter ska planeras (Nordlund, Rolander & Larsson 1997, s. 22).

Vilken typ av lek som uppmuntras eller hindras beror på om det passar in i normen för ”lämpliga lekar”. Tullgren (2004) redogör för två typer av tekniker som används av pedagoger i syfte att korrigera lekar som inte är i enlighet med de rådande normerna i samhället som förskolan är en del utav. Dessa tekniker benämner Tullgren som inneslutande och uteslutande tekniker. Den förstnämnda tekniken är av positiv karaktär, den uppmuntrar och belönar. Den andra tekniken är av uteslutande karaktär och innefattar tillsägelser och att sära på en individ från gruppen. Vidare skriver Tullgren att denna typ av korrigering bidrar till att homogenisera gruppen genom att peta tillbaka den eller de personerna som rör sig utanför boxen, alltså går emot de rådande normerna (Tullgren 2004, s. 89).

### **3.5 Det pedagogiska rummets förväntningar**

Eriksson (2013, s.3) refererar till Hultqvist (1990) som hävdar att de sker en maktutövning när vuxna arrangerar den pedagogiska miljön. Av arrangemanget i miljön sätts barn indirekt in i rörelse, dock planeras det var rörelserna är tillåtna. Hultqvist menar att den nuvarande synen på barnet är att de är fria, flexibla, självständiga och har ett eget driv och engagemang att vilja utvecklas på bästa sätt (2001:2002 se Eriksson 2013, s. 4).

Dock menar Änggård (2009) att den fysiska miljön i förskolan är ett uttryck för barndomens institutionalisering. Hon påstår att den pedagogiska planerade miljön begränsar barns

handlingsutrymme och förespråkar för verksamhet i naturliga miljöer vilket resultatet av Grahns studie också påvisade var det mest optimala för barns kreativa lek och obegränsade handlingsutrymme (2009 se Eriksson 2013, s.2). Ann-Marie Markström menar att institutionalisering kan karaktäriseras av olika grad av organisering genom rutiner och regler men även genom normer, handlingsmönster och värderingar och hur dessa påverkar, i detta fall barnen och hur de tänker och handlar (Ann-Marie Markström 2005 se Eriksson 2013, s. 4)

Nordin-Hulman påstår att all pedagogisk verksamhet är reglerat i tid och rum på något sätt. Utformningen av miljön är noga planerad för att visa vilka aktiviteter som hör till vilket rum. Dessa regleringar som finns på förskolan utgör i sin tur en slags ordning. Denna ordning styr barnen handlingsutrymme, materialtillgång, var och när aktiviteten ska äga rum. Därför är det oundvikligt att koppla ordningen i förskolan till styrning och anpassning (Nordin-Hultman 2004, s. 89). Enligt Dahlberg & Åsen (2012) har den svenska förskolan under tjugo år blivit starkt influerat av Reggio Emilias filosofin. Där understryks den fysiska miljön som aktiv o föränderlig. Miljön beskrivs även som ständigt kommunicerande och benämns som den tredje pedagogen. Dahlberg & Åsen (2012) menar även att miljön bär på traditioner och föreställningar och sänder ”ut budskap om vad som förväntas ske i olika rum” vilket även Nordin-Hultman påpekar (Dahlberg & Åsen 2012 se Eriksson 2013, s.17 - 18).

I den svenska förskolan och skolan styrs både barn och pedagoger av en rad olika normer, uttalade som uttalade över hur de bör bete sig. Den vuxnes roll som pedagog i förskolan medför ett ansvar över barnen och därmed ges också fler möjligheter till att påverka vissa situationer i förskolan. Dolk (2013) har studerat maktrelationen mellan barn och vuxna och beskriver den som en asymmetrisk maktrelation. Maktordningen går inte att undgå eller upplösas, ansvaret över barnen ligger på pedagogerna men den går att omförhandla (ibid s. 31).

## 4. Teoretiska utgångspunkter

I följande kapitel presenteras den teoretiska utgångspunkten för min studie. Den har också, tillsammans med den tidigare forskningen använts som analysverktyg för mitt insamlade material som presenteras i resultat avsnittet. Utifrån de svar som respondenterna angivit i sina intervjuer lyfte samtliga utav dem betydelsen av ens egna positionering i barns lekar. Därför har jag utgått ifrån Osnes, Skaug och Kaarbys fem positioneringskategorier som författarna menar påverkar barns fysiska aktivitet i leken beroende på hur pedagoger positionerar sig i barns lekar. Respondenterna i studien lyfte även det pedagogiska rummet som ett särskilt viktig i frågan om fysisk aktivitet. Detta redogör Gitz-Johansen, Kampmann och Kirkeby för där dem delat upp skolmiljön i fem fiktiva rum vilket jag kommer gå in på med djupgående under avsnittet *de fem fiktiva rummen*.

### 4.1 De fem fiktiva rummen

Gitz-Johansen, Kampmann och Kirkeby (2001) har delat upp skolmiljön i fem fiktiva rum för att redogöra för den komplexitet som finns i samspelet mellan barn och det pedagogiska rummet. Dessa rum är inte konkreta utan tvärtom, abstrakta rum. Rummen benämns som handlingarnas rum, det sociala rummet, det beteendereglerande rummet, det meningsbärande rummet samt sinnenas rum. I handlingarnas rum finns tillgång till fysiska element som ingår i barnets handlande och ett tydligt samspel mellan miljö och individ. Vidare kan detta rum karaktäriseras av antingen hård eller mjuk funktionalism. Det hårda funktionalistiska kan förklaras som en miljö vars funktion redan är förutbestämd och ska användas i ett visst syfte. När rummets funktionalitet inte är präglad av en bestämd funktion utan är tolkningsbara, öppen och obestämd benämner författarna det som mjuk funktionalism. Den mjuka funktionalismen blev i högre grad synligt när förskollärarna inte engagerade sig i barnens aktivitet under vissa stunder på dagen vilket i sin tur ger mer utrymme för barns kreativa idéer under lekar (Gitz-Johansen m.fl. 2001 se Eriksson 2013, s. 18).

I det sociala rummet möjliggör, begränsar och stimulerar de fysiska ramarna det sociala samspelet mellan barnen. Här finns möjlighet att välja egen aktivitet och samvaro. I deras

undersökning framkom det att barn gärna vill hitta små vrår eller mindre rum där de utan vuxen tillsyn kan ägna sig åt en mer småskalig samvaro.

I det beteendereglerande rummet avses att fostra barnens beteenden. Skolan ses som ett samhälle där regler och bestämmelser existerar för hur individer som ingår i samhället ska uppföra sig. På förskolan kan namnlappar runt samlingsmattan betraktas som en artefakt för att bibehålla en ordning och reglera barnen och stolen i ateljén kan betraktas som en fysisk artefakt i syfte att begränsa barnens handlingsutrymme och hålla ordning på barnen. Att vara sittande och att förbli sittande menar författarna är en del av det beteendereglerande rummet. Det talas inte om reglering och styrning i pedagogiska situationer med barn dock är det nödvändigt att bibehålla en viss ordning i kollektivet för att hålla kaoset på avstånd (Gitz-Johansen m.fl. 2001 se Eriksson 2013, s. 19)

Det meningsbärande rummet kan i enlighet med det beteendereglerande rummet överföra värderingar som finns i det samhället och kultur som skolan är en del utav. I detta rum är det arkitekturen i rummet som vi med vårt blotta öga inte kan uppfatta som är intressant. Det femte och sista rummet, sinnenas rum handlar om det vi faktiskt kan uppfatta med blotta ögat. Det kan var ljud, material och färger menar Gitz-Johansen m fl. (2001; Kirkeby; 2006, se Eriksson 2013, s. 19).

#### **4.2 Pedagogers fem positionerings kategorier**

Miljön vi lever i präglar våra värderingar och hur vi anser att vi människor bör agera. Dessa värderingar bär vi med oss i våra ryggsäckar in i förskolan eller skolan och påverkar i sin tur hur vi utför vårt arbete. Värderingarna skapar i sin tur normer alltså osynliga regler för hur något eller någon borde eller bör vara menar Osnes, Skaug, and & Kaarby (2012, s. 23 - 24). De ryggsäckar vi bär med värderingar och normer ligger också till grund för vad vi pedagoger vill erbjuda för aktiviteter för barnen. Utifrån egna intressen väljer vi att prioritera eller välja bort aktiviteter i förskolan. Tittar vi ur ett holistiskt perspektiv påverkar detta förskolans verksamhet på en nationell nivå. Ett exempel på det är förskolans läroplan där pedagoger tolkar läroplanen och utifrån det formar den pedagogiska verksamheten (ibid).

Enligt Britt-Marie Mellberg (1993, s. 41) är det vuxnas människo-och kunskapssyn, erfarenheter, arbetssätt och förhållningssätt som i sin tur påverkar barn rörelselekar. Den osynliga miljön menar Linder (2016, s. 20) präglas av pedagogernas egna tankar och barnsyn och att ordet miljö inte endast bör förknippas med möblering eller ytor.

Enligt Osnes, Skaug och Kaarby (2012) påverkar pedagogernas positionering barns fysiska aktivitet i leken. Under leken kan pedagoger välja att växla mellan positionerna utifrån lekens utveckling och sammanhang. Positionerna har författarna delat in i fem kategorier. Vilket är: Vägledare, åskådare, lekkamrat, leka parallellt med barnet samt ta initiativ till lek. Som vägledare fungerar den vuxne som en hjälpende hand för de barn som av olika anledningar har svårt att delta i leken. Leken avbryts dock inte av vägledaren utan leder endast tillbaka barnen in i den pågående leken. Att agera åskådare säger sig självt, den vuxne observerar barnet i den pågående leken. Som lekkamrat intar den vuxna en jämställd position med barnet där barnets initiativtagande tas på allvar. Att leka parallellt med barnet innebär att den vuxna bidrar till utvecklandet av leken och där barnet nu får observera och imitera den vuxnas handlingar för att sedan odla idéer för hur leken kan fortsätta. I den allra sista positioneringen beskriver författarna den vuxne som initiativtagaren till lek för att på så vis locka barnet till lek (Osnes, Skaug & Kaarby 2012, s. 29 - 33).

I detta kapitel har jag redogjort för mina teoretiska utgångspunkter. Här har Osnes, Skaug och Kaarbys (2012) fem positionerings kategorier presenterats som betydande för barns fysiska aktivitet. De menar att hur pedagoger positionerar sig har vidare en inverkan på den mått av fysisk aktivitet som använts i förskolan. Respondenterna har genom sina svar i intervjuerna redogjort för vilka positioneringar de anser att de intar i olika miljöer. Men för att förstå varför och när pedagogerna positionerar sig som dem gör spelar miljön en betydande roll. Det visar att rummen vi befinner oss i är bärare av normer och värderingar och alla rum bär på förväntningar på hur man bör uppföra sig. Detta redogörs av Gitz-Johansen, Kampmann och Kirkeby (2001) genom att dela upp skolmiljön i fem fiktiva rum. Detta blir också därför intressant för min studie eftersom respondenterna svar kan tolkas som att miljön både reglerar deras och barns handlingsutrymmen och pedagogernas möjlighet till att välja sin positionering i förhållande till barns lek.



## 5. Metod och material

Metoden för föreliggande studie kommer att presenteras i ett antal underrubriker där jag beskriver studiens genomförande, datainsamling, behandling av mitt empiriska material samt urval och vilka forskningsetiska aspekter som togs till hänsyn vid utformningen av denna studie.

### 5.1 Forskningsstrategi och datainsamling

När planeringen av föreliggande studie skulle göras rådde det ingen som helst tvivel på mitt val av metod. I Steiner Kvale & Svend Brinkmann (2004) bok *Den kvalitativa forskningsintervjun* finns tydliga riktlinjer för vilken forskningsmetod som bör efterföljas beroende på studiens syfte. Kvale och Brinkmann menar att det är nödvändigt att först och främst identifiera ämnet och vad forskningspersonen vill få ut av för att sedan fatta beslut om vilken forskningsstrategi som bör tas (Kvale och Brinkmann 2014, s.147). I min studie vill jag forska om förskollärares uppfattningar utifrån deras perspektiv och livsvärldar. Genom den kvalitativa forskningsintervjun kan jag närma mig respondenternas uppfattningar eller förståelse kring ett ämne och därmed konstrueras kunskap mellan respondenten och intervjuaren (Kvale & Brinkmann 2014, s. 165). Därför tillämpades den kvalitativa intervjun som ett ganska självklart val utifrån studiens övergripande syfte.

Jag har valt att ta till semistrukturerad intervju i min studie vilket är en flexibel intervjutyp. I den semistrukturerade intervjutypen används ett så kallad frågeschema där de relevanta frågorna utifrån studiens syfte och frågeställningar ska ställas. Semistrukturerade intervjuer håller sig inte strikt till frågeschemat utan det finns en stor frihet för respondenten att utveckla sina svar och för intervjuaren att ställa följdfrågor för att respondenten skall förtydliga eller utvecklande ett svar som upplevs vara intressant att gå vidare in på. Ordningföljden kan alltså variera vilket gör denna typ av intervju mindre formell enligt mig vilket var viktigt då mitt syfte var att respondenten skulle känna sig bekväm och svara sanningsenligt och inte ge de svar som hen tror att jag vill höra. Mitt intresse är att ta del av förskollärares uppfattningar och synsätt vilket gör att denna typ av intervju lämpar sig till min studie. De intervjufrågor som ställdes finns som bilaga 2.

## **5.2 Urval**

Till min studie har jag kontaktat sex förskolor varav samtliga av de är kommunala. Förskolorna är spridda över ett större område i Stockholm. Mitt intresse är att undersöka hur förskolor som inte har någon särskild hälsoinriktning arbetar med fysisk aktivitet. På så sätt har förskolorna också samma förutsättningar. Till min förvåning var det relativt enkelt att etablera en kontakt med samtliga förskolechefer och fråga om ett intresse för medverkan i min studie fanns. Jag mejlade samtyckesbrevet (bilaga 1) till förskolecheferna som sedan vidarebefordrade brevet till förskollärarna verksamma på respektive förskola. Svaren var positiva och det var minst två stycken från varje förskola svarade att de hade kunnat tänka sig ställa upp. På grund av tidsbegränsningen för denna typ av uppsats var det inte möjligt att intervjua fler än sex förskollärare. Via telefonkontakt bestämdes tid och plats för intervjuerna.

Respondenterna i denna studie har valts ut efter bekvämlighetsurvalet vilket Bryman beskriver som de personer som för tillfället råkar finnas tillgängliga också blir de som får medverka (Bryman 2002, s.114). Jag är intresserad av att undersöka vilka uppfattningar förskollärare har, därför kommer förskolorna de arbetar på inte nämnas, förutom enstaka fall då förskollärarna själva lyfter förskolan i sina svar. De sex förskollärarna döps om till en bokstav från A-F. Jag har tagit ett aktivt beslut att endast intervjua förskollärare till min studie. Motiveringen bakom det valet är att intresset för denna studie är att se hur förskollärare utifrån sin teoretiska kunskapsbakgrund uppfattar barns fysiska aktivitet och den fysiska miljöns påverkan på den. Fyra av de sex förskolorna som ingår i min studie har en Reggio Emilia inspirerad inriktning. Resterande två förskolor angav ingen speciell pedagogisk inriktning.

## **5.3 Bearbetning av datainsamling**

När det var tid för bearbetningsprocessen att dra igång var det första steget att transkribera samtliga intervjuer. Nästkommande steg var att genomföra en kvalitativ innehållsanalys där jag kategoriserade materialet genom att hitta gemensamma teman för att materialet skulle bli mer lätthanterligt (Bryman 2011, s.505). Det sista steget var att finna tydliga rubriker för kategorierna. Dessa rubriker presenteras i resultat och analysdelen och representerar mina tolkningar av förskollärarnas uppfattningar om fysisk aktivitet.

## **5.4 Forskningsetiska aspekter**

Till föreliggande studie har Vetenskapsrådets fyra forskningsetiska principer tagit till hänsyn vilka är nyttjandekravet, informationskravet, konfidentialitetskravet och samtyckeskravet

(Vetenskapsrådet 2002, s. 6–14). De medverkade respondenterna i min studie fick information om samtliga principer i det samtyckesbrev som mejlades ut (bilaga 1). Där beskrev jag hur materialet skulle bearbetas, att deras medverkan var frivillig och att de när som helst kunde avbryta sin medverkan utan vidare konsekvenser. I och med att jag är själv som skriver denna uppsats och därmed också intervjuade förskollärarna själv var det nödvändigt att använda mig utav ljudupptagningsfunktionen på mobiltelefonen för att underlätta datainsamlingen. Detta stod även det med i samtyckesbrevet. Dock förklarade jag för respondenterna att ljudupptagningarna endast användas för sitt ändamål och därefter raderas. Vilken förskola det rör sig om kommer inte att nämnas och förskollärarna har döpts om för att det inte ska vara möjligt att identifiera. Jag har heller inte skrivit vilka kommuner det rör sig om, endast att förskolorna ligger inom Stockholm stad.

## 6. Resultat och analys

I denna del av uppsatsen presenteras mitt empiriska material. Värt att upprepa är att studien bygger på förskollärares uppfattningar om fysisk aktivitet. Analysen av det insamlade materialet kommer analyseras med hjälp av Osnes, Skaug och Kaarby fem positionerings kategorier samt Gitz-Johansen, Kampmann och Kirkebys fem fiktiva rum. Den tidigare forskningen kommer också vävas in i analysen av respondenternas svar.

### 6.1 Förskollärarnas uppfattning om och förhållningssätt till fysisk aktivitet

När frågan om förskollärarnas uppfattning om fysisk aktivitet ställdes fick jag oftast höra positivt laddade ord till exempel bra och betydelsefull. Jag tolkade deras första respons på frågan som positiv och att de hade en positiv inställning till begreppet. Samtliga förskollärare förknippade fysisk aktivitet med välmående och menade att fysisk aktivitet är behövlig, särskilt i sina unga dar om en vill må bra i livet både nu och i framtiden. Majoriteten av förskollärarna uttryckte en förtvivlan och en växande oro över den minskade fysiska aktiviteten som de bevittnat på deras förskolor under åren. De förknippade den minskade fysiska aktiviteten med den stadigt växande teknologin och med det rika utbudet av teknikprylar som tillgänglig för alla åldrar.

Oj, bra skulle jag säga...Jag tror att barnen mår bra av den och att vi som pedagoger måste ha en positiv förhållningssätt till fysisk aktivitet. Det är ju en del av verksamheten som ständigt sker och därför blev jag lite ställd när du ställer frågan eftersom vi tar den fysiska aktiviteten för givet. (Förskollärare B).

Det känns skrämmande när jag tänker på den utveckling som jag vittnat, jag har ju arbetat inom förskolan i över 25 år och ser att barn idag är mer stillasittande än vad de brukade vara då. Sen sitter inte jag på rätt fakta för att avgöra om den fysiska aktiviteten faktiskt minskat men under mina år kan jag ändå dra den slutsats jag tagit (Förskollärare A).

Förskollärare D uttryckte en oro över den minskade fysiska aktiviteten i barnens hemmiljö och beskrev hur förskolans fått ta på sig ett dubbelt ansvar för att stimulera barnens rörelsebehov.

Hade barnen inte kommit till förskolan hade de väll suttit framför en sån där skärm hela dagen. Det känns mer angeläget att få barnen att röra på sig här i förskolan för att hemma

blir det inte mycket kan jag säga. Det berättar både barn och vårdnadshavare, de nästan skriker efter hjälp vilket automatiskt medför ett mycket större ansvar nu än vad vi hade för 15 år sedan. (Förskollärare D).

Det rådde skilda meningar mellan förskollärarna när fysisk aktivitet faktiskt sker. En del menade att fysisk aktivitet innefattar att hela kroppen är i rörelse medans andra menade att fysisk aktivitet även sker vid lågintensiva lekar eller aktiviteter.

”Det behöver ju inte vara massa spring och stoj heller, att promenera i lugnt tempo i hallen kan vara fysisk aktivitet.” (Förskollärare F)

”Att hoppa, springa, klättra för mig på det sätt jag tänker så att det blir fysisk aktiviteten.” (Förskollärare C).

Utifrån min tolkning av svaren fanns det en del skilda meningar om vad det innebär att vara fysisk aktiv. Deras tolkningar av begreppet reflekterar deras förhållningssätt och hur de senare i intervjun kom att beskriva hur de går tillväga för att påverka barns fysiska aktivitet vilket presenteras i nästkommande kapitel i analysen.

Samtliga intervjuade förskollärare uttryckte att all fysisk aktivitet är betydelsefull för barnet. Men uppfattningarna om vilken form av fysisk aktivitet som ansågs vara viktigast varierade i svaren. En del lyfte upp den spontana formen som viktigare medan andra belyste den planerade/strukturerade formen av aktiviteter. Så här säger tre av förskollärarna om den spontana och de planerade aktiviteterna.

Alltså barn har ju ett inneboende rörelsebehov som måste få lov att komma till uttryck på ett spontant vis. Visst kan vi i pedagoger planera in den fysiska aktiviteten i verksamheten men jag tror att den spontana rörelsen är något som redan finns hos barnen, den sker på barnens villkor och därför blir den mer rolig och framför allt viktigare för barnen. (Förskollärare F)

”Jag tror att en kombination av de bägge formerna är viktigt att ge plats i förskolans verksamhet.” (Förskollärare A).

Den spontana rörelsen? Finns den ens kvar? Nä, skämt åsido ser jag den planerade aktiviteten som mest gynnsam för barnen. Vi observerar oftast vad barnen leker för rörelselekar, vart deras intresse ligger och utformar en planerad utedag om veckan. (Förskollärare B).

På förskolan där förskollärare F arbetar planeras varje vecka en utedag för planerade aktiviteter där barnens intresse ligger till grunden. Utedagen kan ske på förskolans gård, i skogen, i närliggande lekplatser eller skolgårdar. Förskollärare F nämner i ovanstående citat att de observerar barnen i leken för att sedan ta initiativ till lek. Enligt Osnes, Skaug, and och Kaarby positionerings kategorier tolkar jag det som att förskollärare F positionerar sig själv som åskådare och initiativtagare till lek i dem planerade aktiviteterna (Osnes, Skaug Kaarby 2012, s. 29 – 33)

En annan aspekt som en del förskollärare nämnde i sina intervjuer är att deras utbildningar gett de ytters lite kunskap om just fysisk aktivitet i förskolan. De menade i själva verket att all den kunskap de äger är hämtad från livserfarenheter och det personliga intresset för fysisk aktivitet. Detta var något jag reagerade på eftersom mitt syfte var att ta del av förskollärares uppfattningar då min hypotes var att dem bär teoretiska kunskaper som dem fått under utbildningens gång.

Jag upplevde att de intervjuade förskollärarna var väl medvetna om att deras förhållningssätt till fysisk aktivitet har en inverkan på barnen. De nämner i sina intervjuer att de är väl medvetna om att de antingen kan stimulera och främja men även hämma barnens möjligheter till fysisk aktivitet. Förskollärare A menade att de personliga värderingarna ibland kan styra deras handlande. Hon var snabb med att påpeka att hon inte syftade på sig själv. Dock poängterade hon att läroplanens riktlinjer är till för att följas och att dessa ständigt implementeras i verksamheten. De personliga värderingarna och åsikterna ”*måste lämnas bakom grinden*” uttryckte hon i intervjun. Detta stämmer överens med Linder (2016 s. 20) som menar att miljön oftast styrs av pedagogernas barnsyn och tankar vilket hon benämner som den osynliga miljön. Även Mellberg (1993 s. 43) menar att vuxnas förhållningssätt, erfarenheter och kunskapssyn bland annat i sin tur påverkar barns möjlighet till rörelselekar. Vidare uttrycker Mellberg risken med att hämma barns fysiska aktivitet genom tillsägelser vilket kan bidra till negativ inverkan på barnens rörelsebehov och barnets utveckling i stort. Istället ska den vuxne agera som stöd och vara bekräftande i barns rörelselekar (a.a. s. 40)

”Helt avgörande skulle jag påstå. Vilka aktiviteter vi väljer att erbjuda barnen handlar ju först och främst om pedagogernas förhållningssätt. Men det hör till vår uppgift i förskolan att erbjuda barnen den bäst tänkbara verksamheten och det går aldrig att gå ifrån.” (Förskollärare D).

Förskollärare D uttryckte även senare en förtvivlan över att ibland inte kunna ha makten att styra över sitt egna förhållningssätt. Hon nämner hur yttre faktorer kan prägla hennes synsätt på ett vis som hon egentligen inte vill. Jag kommer gå in djupgående på vilka yttre faktorer det rör sig om och hur en del av de intervjuade förskollärarna uttryckte sig kring dessa under kapitel reglering av tid, rum och resurs.

## **6.2 Reglering av tid, rum och resurs**

I det förra avsnittet talades det om yttre faktorer som påverkar förskollärarnas förhållningssätt. Det rör sig om en för liten persontäthet och för stora barngrupper i förhållande till personal. Vilket i sin tur också påverkar barnens lek eftersom pedagogerna på plats prioriterar säkerheten för barnen och måste stoppa barnen från att leka vissa lekar som kan komma att hota säkerheten. Andra faktorer är ljudnivån, tidsbrist, små lokaler och brist på resurs som i sin tur kan hämma barns fysiska aktivitet menade förskollärarna.

”Blir vi en borta så transformeras jag till en robot som är programmerad att endast kunna säga två ord och det är NEJ och STOPP, det enda jag kan säga känns det som ibland.” (Förskollärare B).

I nästan alla rum sitter en apparat i form av ett öra som fångar upp ljudnivån i rummet. Det vi märker är att lekar som kräver mer fysisk rörelse blir ljudnivån väldigt högt i rummet, därför får de barnen flytta sin lek till hopp och lekrummet som vi kallar det. Förutsatt att det är ledig. (Förskollärare E)

Till följdfrågan om det visar sig att rummet inte är ledigt fick jag som svar:

”Då får barnen helt enkelt hitta på en annan lek. Det är för allas trivsamt och att försöka bibehålla en lugn och trevlig atmosfär, det är verkligheten.” (Förskollärare E).

”Mycket rörelse betyder det blir mycket högt ljudnivå och sen rummen också små så det blir ännu mer.” (Förskollärare C).

Är det personal borta kommer det i sin tur påverka barnen både inomhus men också på gården eftersom dem då inte får använda hela gården på grund av för lite personal som kan hålla uppsyn, vi kan helt enkelt inte garantera säkerheten för barnen när det är för lite personal och för många barn, det säger ju sig självt. (Förskollärare A).

Svaren som angavs började likna ett mönster för mig. Förskollärarnas svar var varierande men samtliga av dem uttryckte ett missnöje mot förskolans organisation. Jag tolkade det som att förskolans organisation är högst upp i pyramiden och sitter på makten över förskolan och hela dess verksamhet. Det är i sin tur förskolans organisation som påverkar pedagogernas förhållningsätt mot barnen. Det kan liknas en kedjereaktion där alla är beroende av varandra. Pedagogerna lägger skulden på maktavarna och positionerade sig själva som maktlösa brickor i en situation som ständigt förvärras. Den sits som förskollärarna beskriver att de befinner sig i resulterar i att deras fokus ligger i att bibehålla en ordning i förskolan istället för att fokusera på att stimulera barnens lärande och utveckling. Förskollärarna B, E och C beskriver hur alla på ett eller annat sätt hämmar barns fysiska aktivitet. De använder argumentet ”för hög ljudnivå” en hel del i intervjun vilket jag uppfattade som ett argument för att de rättfärdigare handlande. Örat som sitter uppsatt är också en artefakt för att kontrollera ljudnivån och därmed också barnens möjlighet till egenvald aktivitet. Jag börjar se ett tydligt samband mellan förskollärarnas förhållningsätt och Gitz-Johansen, Kampmann och Kirkeby (2001 se Eriksson 2013 s. 19) beskrivning av det så kallade beteendereglerande rummet där ordning och kontroll betraktas som viktiga begrepp. I enlighet med detta rum tolkar jag förskollärarnas uttalande som tillsägelser för att fostra barnens beteende. ” NEJ OCH STOPP, det enda jag kan säga ibland” uttryckte förskollärare B vilket jag tolkar som ganska uppenbart att barnens lekar hämmas på grund av en situation som är bortom deras kontroll. Men även hur olika artefakter i rummet kan kontrollera vad som är tillåtet att göra och inte göra, i detta fall örat som mäter ljudnivån och lyser rött om ljudet är för högt i rummet som också beskriv av Gitz-Johansen, Kampmann och Kirkeby är ett sätt att bibehålla ordning och regler.

Vidare nämnde två av pedagogerna att styrningen av innehållet i förskolerummen och tillgängligheten till rummen var för strikt reglerat medans de övriga förskollärarna hade en



positiv inställning till reglering av rum och materialtillgång. De menade att regleringen skapar en ordning som är nödvändig när det är så många individer som vistas på samma plats större delar av dagen. Så här uttryckte sig en del av förskollärarna gällande regleringen:

”Jag tycker att det behövs, vi kan inte ha hoppbollar mitt i lekrummet och under vilken tid som helst på dagen. Och vi har inte tillräckligt mycket resurser för att låta barnen använda alla rum på avdelningen samtidigt.” (Förskollärare D).

”Precis som hemma ska man städa, här samma sak, om inte gör då vi kan inte att ta fram alla leksaker och material.” (Förskollärare C).

”Allt är ju så väldigt strikt va, vi vet ju att barnen gärna vill spendera mer tid i rörisrummet där tillgången till material uppmuntrar dem till att röra på sig mer finns men det kan vi inte ha i de, ja vad ska vi kalla dem, allmänna rummen. Det är ju synd.” (Förskollärare F).

Förskollärarna D, C och A var eniga om materialtillgång, tillgång till olika rum och tiden behövs regleras, fastän barnen gjort det tydligt för förskollärarna att de gärna vill få mer tillgång till rummen och tillhandahålla material som de så sällan får använda eftersom tillgången är så pass reglerad. Förskollärarna B, E och F enades i sina uppfattningar om att innehållet är för strikt reglerat och var medvetna om att den strikta materialtillgången och tillgången till olika rum hämmade barnens egna lust att röra på sig.

Detta stämmer överens med Nordin-Hultmans resultat av hennes studie där hon jämförde svenska och engelska förskolor genom att belyste den pedagogiska miljön, dess materialtillgång och organisationen av tid och rum. Hon menar att den svenska förskolans disposition av rummen ger uttryck för starka inrutnings- och avgränsnings principer. Avdelningarna är indelade i ett antal rum vilket skiljs åt av dörrar och väggar. Detta menar författaren gör att aktivitetsområden och rummen är svåra att överblicka vilket också gör de svårtillgängliga (Nordin-Hultman 2004 s.96). Den svåra tillgängligheten gör att barnen är beroende av pedagogerna för att få material vilket gör dem osjälvständiga. Detta står i kontrast till den syn av dagens barn som Hultqvist beskrev (2001;2002 se Eriksson 2013 s.4). Möjlighet till inflytande över verksamheten är mycket små menar förskollärarna B, E och F vilket stämmer överens med det Nordin-Hultman hävdar att utrymmet för barn egna inflytanden är mycket små vilket hon kopplar till Foucaults begrepp övervakning och disciplinering (2004 s. 190, 100).

### 6.3 Fysisk aktivitet i förskolans innemiljö

Samtliga av de intervjuade förskollärarna belyste miljöns utformning som en förutsättning för möjlighet till fysisk aktivitet inomhus. De syftade till hur rummen är organiserade i förhållande till hur stora lokalerna är till ytan, hur många barn som vistas i lokalerna och hur många pedagoger som arbetar i lokalen. Förskollärarna menade att det idag ställs högre krav på förskollärare att skapa en miljö där fysisk aktivitet är möjlig att utöva. Några hänvisade till läroplanen för förskolan där det står att fysisk aktivitet ska erbjudas i såväl utomhusmiljö som inomhusmiljö. Trots att samtliga av dem verkade vara medvetna om läroplanens riktlinje uttryckte en del utav de att inomhusmiljön automatiskt förknippades till finmotoriska aktiviteter, medans grovmotoriska aktiviteter förknippades med utomhusmiljön. Samtidigt som resterande förskollärare menade att barnen ska kunna vara fysiskt aktiva både inomhus såväl som utomhus. De menade dock att förskolans utegård utmanar barnen mer eftersom tillgången till redskap som stimulerar barn fysiskt är betydligt större såsom hopprep, rockringar, klätterställningar, gungor, bollar med mera. Förskollärarna menade att det planeras minst en rörelseaktivitet per vecka på deras respektive avdelningar.

Jag känner att det är enklare för mig att delta i barnens lek inomhus än vad det är att delta i leken utomhus. Förskole gården är väldigt stor och därför behöver jag gå runt och titta runt alla hörn och kanter och se till så att allt är i sin ordning. Jag observerar mest vad barnen gör, däremot inomhus kan jag vara med i leken, i nuet liksom och det märker jag att barnen uppskattar. Dock är ju ytorna inte lika stora som på gården och då kan vi inte röra oss på samma sätt som vi kanske hade gjort om leken skedde på gården. Men en del som vi i arbetslaget har kommit underfund med är att hallen oftast är det enda stället där barnen springer, glider fram, går i zick-zack mönster, krälar och allt vad de gör och där finns det en hel del blandade åsikter om det ska vara tillåtet eller inte. (Förskollärare A).

Förskollärare A uppfattar att inomhusmiljön inte möjliggör för samma goda förutsättningar till att stimulera barnen fysiskt som utomhusmiljön gör. Detta menar hon har att göra med vilka ytor det rör sig om. Hon uppfattar också inomhusmiljön som svår att utöva grövre rörelser men att de lagt märke till hur hallen är den plats som bjuder in barnen till rörelse. När barns lek sker inomhus positionerar sig förskolläraren som lekkamrat, vilket är en jämställd position med barnet. Däremot när barns lek sker utomhus positionerar förskollärare A sig som åskådare och observerar barnens aktiviteter.

Vidare synliggör även förskollärarna C, E och D hallen som den del av inomhusmiljön som möjliggör för grövre rörelser. De menade att hallen oftast var den platsen med en tom yta vilket de tror är en av orsaken till varför den används som den gör. Något som också fängade min

uppmärksamhet när jag besökte förskolorna där intervjuerna skulle äga rum var att arkitekturen i hallen var väldigt lika i alla förskolor. Hallen var avlång, hade inga större möbler och hade mycket dokumentation som hängde på väggarna. Sådär uttrycker förskollärare F sig om hallen:

”Jag kan ärligt säga att vi ofta säger till barnen att spring och stoj inte ska ske i de allmänna rummen. Men om jag tänker utifrån barnens perspektiv så är det självklart att den avlånga hallen lockar till spring, det hade jag också velat göra om jag var barn igen haha.” (Förskollärare F).

Jag frågade förskollärare E om hallen var det rum där dokumentation vanligen sätts upp och fick som svar:

Ja, det är det ju, utav många anledningar. Dels för att barnen trivs i hallen, där får dem vara lite ensamma, dels för att den uppmuntrar till spring och för att försöka få barnen att gå inomhus som vi normalt brukar göra sätter vi upp dokumentation för att dokumentationsväggen istället ska betraktas som en samlingsplats där barnen tillsammans kan sitta och titta på men det har inte gått som vi hade förväntat oss, det blir mycket spring, stoj och hoppande ändå.

” [...] hallen det blir så mycket spring, vi lagt till och med böcker och madrass för att de läsa istället men dem vill bara springa.” (Förskollärare C).

Min analys visar att hallen inbjuder med sin tomma och stora yta till lekar med grövre rörelser men att förskollärarna hämmar barnen, eller åtminstone försöker hämma genom att medvetet planera och organisera hallen för att uppmuntra till lugna aktiviteter. Jag tänker för mig själv varför förskollärarna inte utnyttjar hallen för att främja istället för att hämma barnens rörelsebehov vilket jag också får svar på utan att ha ställt frågan öppet.

”Det låter ju inte jätte bra när jag berättar det här, det är jag själv medveten om men det är utifrån ett säkerhetsperspektiv som vi måste ta hänsyn till. Det kan lätt ske olyckor eftersom hallen är smal.” (Förskollärare E).

Återigen synliggörs reglerna som mycket framträdande i verksamheten i syfte att upprätthålla kontroll över kollektivet. Enligt min uppfattning tolkar jag det som att pedagogerna ser barngruppen som ett kollektiv och inte enskilda individer med olika behov. Ingen förskollärare uttryckte explicit att de inte tillåter spring inomhus men utifrån deras uttalanden blir det påtagligt att miljön i hallen utformas i syfte att avvärja rörliga aktiviteter. Hallen kan enligt

min tolkning betraktas som det meningsbärande rummet som överför värderingar och normer för vad som är tillåtet respektive otillåtet att göra.

Vi är ju en Reggio Emilia inspirerad förskola, och jag tror att förskolans pedagogiska inriktning också avgör vad förskolan väljer att lägga vikt på i verksamheten. Inom inriktningen talas det om barns hundraspråkighet, vilket du säkert har hört. Vi tolkar ju rörelsen som ett språk vilket gör det till en del av verksamheten som vi bör belysa, därför såg jag till att vår avdelning har tillgång till ett rum där barnen fritt får röra sig till önskad musik, som självklart är lämplig för barn haha, de behöver liksom inte oro sig för att förstöra någons bygge, eller att en vuxen måste vara närvarande. Barnen behöver vara själva i ett rum kan vi tycka eftersom vi annars alltid är samlade i samma rum och det måste också respekteras. (Förskollärare F).

Av de sex förskollärarna som medverkade arbetade fyra utav dem på Reggio Emilia-inspirerade förskolor. Förskollärare F var den enda utav dem som nämnde Reggio Emilia filosofin i förhållande till fysisk aktivitet. Dock var mitt syfte inte att jämföra hur förskolor med Reggio Emilia inspirerade förskolor gentemot förskolor med ingen uttalad pedagogisk inriktning uppfattar fysisk aktivitet men jag upplevde förskollärare F svar som intressant för min studie. Rummet som skapats verkade enligt henne bara vara tillgängligt för hennes avdelning vilket kan tolkas att barnen på hennes förskola inte har samma förutsättningar för fysisk aktivitet. Förskollärare F menar att det är förskolans pedagogiska profil som påverkar hur hon väljer att implementera den fysiska aktiviteten i inomhusmiljön. Detta var hon ensam om eftersom de tre andra förskollärarna inte nämnde Reggio Emilia inriktningen någon gång under intervjun. Hon tar barnens initiativtagande till självstyrda aktiviteter på allvar och uppmanar till lekar med mycket rörelse. Grindberg och Langlo Jagtøien (2000 s. 61) framhåller att barns lek oftast inkluderar rörelse och dem barn vars rörelseförmåga är god också har lättare för social interaktion och inkluderas i gemenskapen. Jag reagerade också på hennes uttalande om att barnen inte behöver en vuxen att vara närvarande utan att hon respekterar att barn ibland vill vara utan vuxen tillsyn. Jag kopplar detta till det sociala rummet som ger möjlighet till självvalda aktiviteter samt ett rum som barn kan använda som en undanflykt för att antingen bara få vara ensam eller umgås i en mindre grupp och vara utan vuxen tillsyn (Gitz-Johansen, Kampmann & Kirkeby 2001 se Eriksson 2013 s. 18).

Jag tolkar förskollärare F:s positionering som både åskådare och delvis lekkamrat. Hon observerar hur barnen är i behov av ett eget rum och tar barnens initiativtagande på allvar genom att möjliggöra för fysisk aktivitet inomhus.

## 6.4 Fysisk aktivitet på förskolans utegård

När det kom till fysisk aktivitet i utomhusmiljö uttryckte samtliga förskollärare att de uppfattade förskolans utegård som den ultimata platsen för barnen att ägna sig åt fysisk aktiva lekar. Här fanns den ytan som behövdes för att inte begränsa rörelserna, här fanns rätt material tillgängligt för att stimulera barnen till rörelse, här behövde barnen inte ta hänsyn till hur pass högljudda de fick vara. Regler och normer som på något sätt begränsade deras handlingsutrymme upphörde på förskole gården.

Till skillnad från förskollärare A:s uttalande om att det är svårt att delta i barnens lek på gården uttrycker de återstående förskollärare att det i själva verket var enklare att gå från att vara observant till att faktiskt delta och leka parallellt med barnet. Förskollärare F, B, E uttryckte sig på följande sätt:

”Utevistelsen är bland det bästa barnen vet av den orsaken att det inte är lika styrt och förutbestämt som inomhusmiljön kan vara. Där tar barnen i akt att skapa egna lekar och utnyttjar gården maximalt genom att röra sig från ena sidan av gården till den andra.” (Förskollärare F).

”Här får vi som pedagoger också tiden och möjligheten att delta i barnens lek, och det vet jag att barnen också vet eftersom vi oftast blir tillfrågade att vara med i leken när vi vistas på gården men sällan när vi vistas inomhus.” (Förskollärare B).

Varför just förskollärare A hade den uppfattningen är svårt att säga eftersom det kan röra sig om flera bakomliggande faktorer. Men en faktor som jag tror kan ligga till grund för det antagandet är att de förskolan som hon arbetar på har en betydligt större gård än vad någon av de andra förskolorna som medverkade hade. Dessutom fanns som hon själv nämner, hörn och kanter där barnen kan försvinna bakom vilket gör att hon måste skifta fokus regelbundet.

”Vår utegård tycker jag är helt fantastiskt och noga genomtänkt. Den utmanar våra yngsta barn till våra äldsta och jag märker på barnen att dem tycker att det är roligt att gå ut och bara få springa av sig! Tycker inte du det?”. (Förskollärare E).

Det förskollärare E beskriver kan jag till viss del bekräfta då jag själv såg gården, hur den var utformad och vad den hade att erbjuda. Hur pass mycket barnen utmanas och hur barnen förhåller sig till gården känslomässigt är något jag däremot inte kan uttala mig om eftersom

jag bara såg den utanför fönstret till det rum där intervjun tog plats och att jag inte varit där mer än en gång vilket gör att jag inte kan dra några slutsatser.

Kopplat till Osnes, Skaug, and Kaarbys (2012 s. 29 – 33) positionerings kategorier menar förskollärare A att hon på gården positioneras som åskådare. Utifrån hennes svar tolkar jag positioneringen som negativ och att en önskan finnas att vara mer närvarande i barnens verksamheter.

I samband med förskollärarnas uppfattningar om utemiljöns förutsättningar för fysisk aktivitet nämnde också en del förskollärare barnens inflytande för första gången i intervjun. En utav förskollärarna var missnöjda över sina ansträngningar att ge utrymme för barnens inflytande i frågan om utformningen av utemiljön. Medans förskollärarna A och C uttryckte sig positivt och menade att barnen hade en aktiv roll när gården skulle rustas upp och nya redskap skulle köpas in. Förskollärare A, C och D uttrycker sig på följande sätt:

Det är viktigt för oss att barnen vet att vi tar deras röst på allvar. Allt vi gör på i förskolans verksamhet är för barnen skull, satt det känns kanske logiskt att det också är barnen som får vara med och bestämma. När vi till exempel skulle rusta upp utegården fick barnen rösta på de redskap dem hade tyckts varit roliga att ha i sin gård. Det blir också en roligare miljö att leka i eftersom gården är utformad utefter barnens viljor och behov, kanske inte allas men mångas. (Förskollärare A)

I min hemland barnen aldrig får bestämma vad vi ska ha för möbler eller utomhus att bestämma vad vi ska göra sen när jag läste förskollärarytbildning det var som en chock för mig för att mycket dem pratade om barnens inflytande. Jag var inte van faktiskt. Men jag tyckte det var helt fantastisk så varje gång när mitt arbetslag vi ska kanske ändra på något, alltså köpa vi alltid frågar barnen. För oss det är naturligt. (Förskollärare C).

”Nja, jag skulle nog inte säga att vi ansträngt oss lika mycket som vi bör göra. Det är något vi verkligen måste bli bättre på, inte bara som pedagoger men även som vuxna individer, att inkludera barnen mer i beslutsfattande situationer. De klarar mer än vad vi tror.” (Förskollärare D).

Förskollärarnas svar var alla intressanta att ta del av. Dock framträder förskollärare C svar som särskilt intressant då hon reflekterar över hennes tidigare synsätt på barns inflytande och jämför med hennes nuvarande förhållningssätt som hon menar har präglats av hennes förskollärarytbildning. Hennes nuvarande förhållningssätt till barns inflytande i förskoleverksamheten påverkar också i sin tur barnens rörelselekar eftersom de får vara med att bestämma över miljöns arrangemang. Utifrån förskollärare C och D:s uppfattningar är

barnen på deras förskola nöjda över utegården och uppfattar barnen som att de har roligt. De menar tvärtom Änggårds tankar om att den planerade miljön är ett uttryck för barns institutionalisering och i motsats till Grahns studie som påvisade att de naturliga miljöerna är det mest optimala för barns kreativitet till lek men att den faktiskt skapar fler och bättre förutsättningar för fysiskt aktiva lekar. Här finns inget rätt eller felaktigt svar utan bägge svaren uppfattar jag som intressanta för studiens syfte.

Fler förskollärare gav mig uppfattningen att utevistelsen med barnen betraktas som en positiv del på dagen för förskollärarna. Gården möjliggör till inkludering genom den öppna ytan och förskollärarna kunde agera som vägledare för dem barn som exkluderas eller tvingas ta en passiv roll mot deras egen vilja. Eftersom det erbjuds en variation platser behöver barnen inte konkurrera med varandra. De kan välja den plats som lämpar sig bäst för lekens karaktär. Gården tillåter också barnen att vara mer rörliga och mer kreativa i sin lek. De stora ytorna minimerar risken för konfliktskapande situationer vilket också gör att pedagogerna inte behöver använda sig utav de inneslutande och uteslutande teknikerna lika frekvent (Tullgren 2004 s.89) En del förskollärare nämnde att de sällan behöver hitta på lekar tillsammans med barnen när de är på gården, vilket förskollärare D uttrycker som följande:

Nä, det klarar dem av själva! Det beror ju faktiskt mer på vilken årstid vi befinner oss i. Under vinternhalv året kan det vara kämpigt att överhuvudtaget kunna leka på grund av att barnen oftast är klädda i för tunna kläder vilket gör att de fryser och då är det svårt att i överhuvudtaget kunna röra på sig. (Förskollärare D).

De positioner som förskollärarna intar på gården är lekkamrat, leka parallellt och åskådare. Att de positionerar sig själva som åskådare var, menade de, av den anledningen att barnen oftast lekte aktivt med andra barn men att de vi ändå måste vara närvarande med ögonen och lyhörda med öronen. Lekarna kan se harmlösa ut men lyssnar vi noga kan det i själva verket vara rena motsatsen. Pedagogerna förlitar sig till stor del på att barnens rörelsebehov blir tillgodosedda i barnens fria aktiviteter, mestadels på förskole gården. Det planeras rörelsefrämjande aktiviteter inomhus som en del av verksamheten minst en gång i veckan hos samtliga förskolor. När det inte varit möjligt ett gå ut på grund av väderförhållanden, personalbrist eller andra faktorer menar förskollärarna att de lägger mer krut på att stimulera barnens rörelser inomhus, oavsett hur förhållandena än ser ut. Även här uttrycker pedagogerna att trots de begränsande förutsättningarna ligger det i pedagogens förhållningsätt och vad hen är villig att möjliggöra

och inte. Att sätta på en CD-skiva och köra dansstopp var minsann inte svårt som förskollärare F uttryckte det.

## 6.5 Fysisk aktivitet i leken

Samtliga förskollärare delade uppfattningen om att barns lek är det viktigaste elementet i barns lärande och utveckling i förskolan. Barnen beskrevs som aktiva, självständiga och kreativa konstruktörer som själva är kapabla att fylla sina leker med ett meningsfullt innehåll. Förskollärarna verkade vara medvetna om att de deras deltagande i barnens lek och uppmuntrande utav den också hjälper till att utveckla barnet. De menade också att leken inte skulle störas eller avbrytas men att vissa undantag finns. Vilka undantag de syftar på berättar förskollärare A, B och F här nedan:

Att avbryta barnen i deras lekande är ju ett scenario vi helst vill undvika men att vi avbryter vissa lekar är för den enkla anledningen att den är av olämpligt innehåll. Det kan också handla om att barnen inte har visat hänsyn till sina andra kamrater som vill leka i lugn och ro, så att det finns en del faktorer som gör att avbrytande av leken är nödvändig men icke önskvärd. (Förskollärare A).

Möjligheten till lekar där det kräver mycket rörelse är ju helt och hållet ämnat för förskolegården. När barnen däremot flyttar dessa lekar inomhus, och förväntar sig att resterande barn ska offra sin yta för att deras lek tar upp hälften av rummet måste vi hjälpa barnen att förstå att det inte går. (Förskollärare B).

Är det våldsamt innehåll i leken, eller om vi märker att leken gör något barn ledsen kan vi gå in. Dock brukar vi inte stoppa leken utan vi pausar för att kunna samtal med de inblandade barnen för att de själva ska klura på en lösning och ta hänsyn och framförallt respektera varandras känslor. (Förskollärare D).

Att avbryta en pågående lek verkar inte enligt de intervjuade förskollärarnas uttalanden något som ansågs vara optimalt men vid vissa tillfällen nödvändigt. När lekarna ansågs av olämplig karaktär var tillsägningar det medel som tog vid för att avbryta eller leda leken åt ett annat håll.

Den stora blåa runda mattan bjuder ju verkligen in till lek. Oftast springer barnen runt och runt och runt för att sedan låtsas bli så yra att dem faller ner på mattan och ja menar den leken gillas verkligen av nästan alla barn men ur säkerhetsperspektivet känns den typ av lek med spring och stoj inte menat för inomhuslek. (Förskollärare E).



”Barnen använder i de flesta lekarna sin kropp, kroppen ger upphov till rörelser vilket i sig är en kommunikations sätt, men alla barn har inte lika lätt att kommunicera som andra, då finns vi där för att stimulera barnen till lek och ta vara på kroppen som ett kommunikationsmedel.” (Förskollärare F).

Förskollärare F:s uttalande ger uttryck för att hon har en kännedom om barns lek och vilka möjligheter den kan komma att erbjuda. Hon nämner att barnen ibland behöver stimuleras och att det då är betydande för hennes roll som pedagog att försöka vara observant och ibland också ingå i barnen lek gör att lära känna barnen och upptäcka barnens unika behov och förutsättningar.

I leken finns goda möjligheter för fysisk aktivitet enligt min tolkning av förskollärarnas uttalanden. De uttrycker sig positivt kring deltagande i barnens lek och vet att de är viktigt att stötta och uppmuntra barnen. I positionen som lekkamrat kan förskollärarna lära känna barnen, förstå vilka intressen de har och i sin tur planera aktiviteterna utifrån deras intressen. Leken i förskolan låter kanske enkelt för den mindre insatta men i själva verket är leken mycket komplex och innehållet i barns lekar är starkt reglerat i förskolan. Regleringarna syftar till att undvika alltför rörliga lekar eftersom sådana i de flesta fall ger upphov till höga ljudnivåer vilket inte motsvarar normen för passande inomhuslekar. Förskollärarna är medvetna om att de styr barnens lekar genom regleringarna. De använder också Tullgrens inneslutande och uteslutande tekniker för att antingen uppmuntra eller stötta barnen i leken (2004 s.89) Förskollärare A, F, menar att tillsägningar oftast sker vid vuxen ledda aktiviteter och mindre vid den fria, spontana leken. Såhär uttrycker förskollärare A:

För vissa barn måste det vara skönt att ibland komma undan från vuxnas bestämmelser, i den fria leken får de möjlighet till det, men de vet ändå vilka regler som finns på förskolan vilket de oftast håller sig till även i den fria leken men överlag blir det mindre konflikter mellan barnen, mellan barn och pedagoger och mindre tillsägelser. (Förskollärare A).

Som jag tidigare nämnt tror jag att barnen är mer fysiska i den spontana, fria leken. Det är dem som är konstruktörerna av leken, det är deras verk och de blir jättegglada när vi pedagoger är med och tar deras lek på allvar. Vi imiterar dem vilket hjälper barnen att bygga upp sin självkänsla. (Förskollärare F).

De uppfattar att den fria leken ger mer upphov till fysisk aktivitet än vad dem planerade vuxenledda aktiviteterna gör. Förskolläraren reflekterar över sin position i barns lekar och vilka

konsekvenser det ger. Hon menar att positionen som lekkamrat har en positiv inverkan på barnens lek och stärker deras självkänsla.

## 7. Slutdiskussion

I föreliggande studie har mitt syfte och intresse varit att få ta del av verksamma förskollärares uppfattningar om den fysiska aktiviteten på deras respektive förskolor och hur de går tillväga för att påverka den. Min poäng med att endast inkludera förskollärare i studien var för att få en kännedom om hur de upplever att deras utbildning har påverkat deras förhållningsätt till fysiska aktivitet och hur de väljer att arbeta med den. Fem av sex förskollärare menade att utbildningen inte alls gett dem den kunskap de hade önskat sig och var i behov utav. Jag ser detta som problematiskt eftersom fem av sex förskollärare är många. Med tanke på hur stor inverkan fysiska aktivitet har på barns allmänna lärande och utveckling bör utbildningen belysa de positiva konsekvenserna av att främja barns rörelse i förskolan och ge de rätta verktygen till att möjliggöra det.

Tidigt i processen valda jag att inte avgränsa min studie trots att rekommendationen för denna typ av uppsats är att precisera sitt studiefält för att kunna undersöka ett mindre område mer noggrant än ett större område som ibland kan vara svår hanterligt. En avgränsning av min studie hade i sin tur begränsat de intervjuade förskollärarnas uppfattningar. Studien bygger på mina tolkningar av förskollärarnas uppfattningar och med det hade en avgränsning inte lämpat sig för min typ av studie. Det beslut jag tog står jag bakom nu i slutskedet av min undersökning och jag kan onekligen säga att jag glad över det beslutet eftersom att det visade sig att den fysiska aktiviteten mer eller mindre finns överallt i förskolan. Det jag däremot ställer mig kritisk till i min egna undersökning är att studien endast bygger på förskollärarnas uppfattningar. Det betyder att jag endast fått ta del av ett perspektiv. Jag hade en önskan att kunna komplettera min studie med egna observationer av den fysiska miljön som barnen vistades i och befinna mig bland barnen och förskollärarna och tolka hur deras uppfattningar kommer till uttryck i verksamheten. Detta var dessvärre inte möjligt med tanke på den tidsbegränsning som föreligger för denna typ av uppsatsarbete.

Samtliga förskollärare förhöll sig positivt till fysisk aktivitet. De var eniga om att deras upplevelser och förhållningssätt till fysisk aktivitet förmedlas till barnen och att det var viktigt

att tidigt ge barnen en positiv upplevelse av fysisk aktivitet. Förskollärarna uttryckte att ämnet kring barns fysiska aktivitet är högaktuellt i förhållande till den ökade digitaliseringen som idag finns implementerat i förskolans läroplan och som på sikt ska ta en större plats i förskolans verksamhet. En del förskollärare som arbetat under en längre tid på förskolan uttryckte sin oro över den minskade fysiska aktiviteten de själva påstod sig fått bevittna och menade att förskolan var en mycket viktig plats i den bemärkelsen att de ansåg att barnen inte rör på sig tillräckligt utanför förskolan.

Jag upplevde att förskollärarna hade en god kännedom om de mål och riktlinjer som berörde fysisk aktivitet i läroplanen för förskola och att det implementerades i verksamheten så gott det gick. Den miljö barnen befann sig i var betydande för den mängd fysisk aktivitet som erbjöds enligt samtliga respondenter. Även om mål och riktlinjer finns för fysisk aktivitet i läroplanen menade en del av förskollärarna att deras egna förhållningssätt till frågan om stimulering av barns rörelser vägde tyngre. Att miljön präglas av pedagogernas förhållningssätt eller egna tankar benämner Linder den osynliga miljön (2016 s. 20). Mellberg (1993, s. 41) menar även hon att pedagogers kunskapssyn, förhållningssätt och erfarenheter påverkar barns rörelselekar. Detta tyder på att barnen inte ges samma förutsättningar till att vara fysisk aktiva i förskolan baserat på deras förskollärares attityder, inställningar samt engagemang vilket även resultatet av Copeland m.fl. studie visade (2011 s. 97). Jag anser att riktlinjer och mål kring barns rörelser bör ta större plats i läroplanen för förskolan än vad det gör i nuläget. Blivande förskollärare behöver få rätt kompetens och verktyg från den 3,5 års långa utbildningen och det bör även hållas kurser emellanåt för verksamma förskollärare samt övriga pedagoger för att friska upp kunskaperna och hålla sig uppdaterad kring forskning som berör ämnet. Det skulle vara ett steg in i rätt riktning för förskolan i syfte att tillgodose samma förutsättningar till samtliga förskolebarn. Grindberg och Langlo Jagtøien bekräftar min slutsats genom att själva understryka vikten av rätt kompetens utveckling hos pedagoger i förskolan för att stimulera och stödja barns lekar med fysiskt aktivt innehåll (2000 s. 126).

Jag uppfattade att rörelse var särskilt framträdande och ständigt närvarande under barnens lek och av den orsaken är också lek som fenomen betydande för min studie, framförallt hur förskollärarna förhöll sig till den. Det visade sig att förskollärarnas positionering påverkar barnens rörelse olika mycket i leken beroende på vilken miljö leken uppstod. I utomhusmiljön var det vanligt förekommande att förskollärare positionerade sig som lekkamrat, leka parallellt, vägledare och åskådare. Vid lekar med mer fysiskt innehåll ansågs förskolans gård som den ultimata platsen för det. Lek som uppstod inomhus var åskådar positionen den mest vanligt

förekommande. Några förskollärare menade att barnen visste att pedagogerna inte kunde delta lika mycket inomhus och därför bjöds pedagogerna sällan in till lek. Reglering av tid och ytor var den huvudsakliga orsaken till detta. Dock var detta betydligt vanligare på förskolegården. Det fanns undantag då förskollärare F möjliggjorde till grövre fysiska lekar genom att skapa ett rum. Jag vill understryka vikten av engagerade pedagogers roll i barns lek och hur de kan bidra till att barnen erövrar nya och utvecklar motoriska färdigheter eftersom det visat sig vara betydande för utvecklingen av barns sociala kompetens eftersom en motorisk säkra kropp oftast har lättare att interagera med andra kroppar (Grindberg och Langlo Jagtöien 2000). Genom positioneringarna kan pedagogerna utveckla leken, bidra till den och bekräfta barnens verksamheter. Den slutsats jag kan dra utifrån det ovannämnda är att utegården ger mer upphov till social interaktion mellan barnen och pedagogerna. Pedagogerna kunde vara mer närvarande i barnens lek och skapa starkare relationer till barnen. Leken betraktades som ingången till fysisk aktivitet.

Jag tolkade hallen som ett starkt reglerat rum utifrån förskollärarnas uppfattningar. Hallen passade in i beskrivningen av handlingarnas rum, sociala rummet, beteendereglerande rummet och meningsbärande rummet vilket Gitz-Johansen, Kampmann och Kirkeby redogör för (2001 se Eriksson 2013). Trots hallens starka karaktär ser jag en överlägsen potential i förskolornas hallar. Genom engagemang och vilja från pedagogernas sida att lätta på regleringen anser jag hallen kan vara den plats där barnens rörelsebehov kan tillfredsställas inomhus. Förskollärare F hade möjlighet att göra om ett rum på förskolan vilken är förståndigt att inte alla förskolor har, men alla har en hall och det blev snabbt tydligt i förskollärarnas uppfattningar att barnen oftast förknippar hallen med rörelse vilket jag önskar att förskolorna utnyttjar framöver.

I begynnelsen av denna studie var jag omedveten om att ämnet kring fysisk aktivitet i teorin och i praktiken skiljde sig åt markant. Samtliga av förskollärarna uppfattningar fick mig att inse att mitt valda ämne sträckte sig över fler plan än vad jag i min hypotes hade förutspått. Det talades om yttre faktorer i förskolan som mer eller mindre hämmade barnens möjlighet till fysisk aktivitet. För stora barngrupper, liten personaltäthet, höga ljudnivåer samt trånga ytor ledde i sin tur till reglering av barnens handlingsutrymme och materialtillgång. Förskolan kan betraktas som en institution, där barns möjlighet till fysisk aktivitet var starkt präglad av rummets karaktär. Regleringen skapades också utifrån rådande normer och regler på förskolan och arrangemanget av miljön kan ses som en dold maktutövning för att bibehålla ordning i kollektivet Eriksson (2013) refererar till Hultqvist (1990).

En av de slutsatser jag kommit underfund med är att studien vilar på ett dubbelbottnat resultat. I läroplanen står bland annat att det är förskolans uppdrag att skapa en trygg, lärorik och rolig verksamhet som stimulerar utveckling och tillfredsställer barnens behov samt att förskolan ska erbjuda en trygg omsorg (Skolverket 2016 s. 5). Trots att samtliga förskollärare påpekade att fysisk aktivitet är betydande för just utveckling och i lärandesyfte visar min studie att det i själva verket hamnar i skuggan av de säkerhetsfaktorer som pedagogerna på förskolorna måste ta hänsyn till. Förskollärarnas prioritering låg i att skapa en trygg omsorg vilket blir motsägelsefullt då det i läroplanen står följande:

”Verksamheten ska utgå från en helhetssyn på barnet och barnets behov och utformas så att omsorg, utveckling och lärande bildar en helhet.” (Skolverket 2016 s. 5)

Enligt min tolkning överensstämmer inte förskollärarnas syn på verksamheten med den syn som läroplanen för förskolan vill förmedla. Jag upplever inte heller att ansvaret ligger i händerna på förskollärare eller övriga pedagoger utan att förändring måste komma uppifrån för att det som står på papper faktiskt ska kunna spegla verkligheten, annars är konsekvenserna att orden tappar sin betydelse.

Trots min smala urvalsgrupp anser jag att de slutsatser jag dragit kan till en viss mån appliceras på alla förskolor. Förskollärarnas svar gav uttryck för ett missnöje över den akuta situationen som den allmänna svenska förskolan verkar befinna sig i och påstod att kraven växer på de men tillgången till de rätta verktygen för att nå upp till kraven är näst intill obefintlig. Den reglering som präglar barnen på förskolan är ett resultat av den styrning och reglering som pedagoger möts utav från förskolans organisation vilket kan betraktas som en kedjereaktion.

Min studie syftade till att belysa förskollärares uppfattningar om fysisk aktivitet och hur de ansåg att den fysiska miljön i förskolan kunde påverka den. Utifrån intervjuer med sex verksamma förskollärare har jag kommit till fram till slutsatsen att fysiska aktivitet anses vara viktig av samtliga förskollärare. Den fysiska miljön kunde både möjliggöra men också begränsa användandet av fysisk aktivitet på grund av yttre faktorer, normer och regleringar. Mot denna bakgrund menar jag att syftet har uppnåtts.

Avslutningsvis har jag en önskan att studier om barns rörelse i förskolan når ut till dels landets makthavare för att tillhandahålla förskolorna de rätta verktygen och låta förskolorna göra det dem är till för, nämligen att skapa en trygg, rolig och lärorik verksamhet för barnen. Men för att bidra till förändring behöver alla engagera sig för jag anser att barns fysiska aktivitet berör samtliga utav oss som bryr oss om vår nästkommande generation.

## 8. Referenslista

### 8.1 Tryckta källor

Björklid, Pia. (2005). *Lärande och fysisk miljö - En kunskapsöversikt om samspelet mellan lärande och fysisk miljö i förskola och skola*. Stockholm: Myndigheten för skolutveckling.

Bryman, Alan (2002). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber AB

Bryman, Alan (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber AB

Dolk, Klara (2013). *Bångstyriga barn: makt, normer och delaktighet i förskolan*. Diss. Stockholms universitet

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

Kvala, Steinar & Brinkmann, Svend (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. 3. [rev.] uppl. Lund: Studentlitteratur

Linder, Linda (2016). Rummet som den tredje pedagogen. I: Linder, Linda (red.) *Pedagogisk miljö i tanke och handling*. Stockholm: Lärarförlaget.

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

Nordin-Hultman, Elisabeth (2004). *Pedagogiska miljöer och barns subjektskapande*. Stockholm: Liber.

Nordlund, Anders. Rolander, Ingemar. Larsson, Leif. (1997). *Lek, idrott, hälsa – rörelse och idrott för barn*. Stockholm: Liber AB

Osnes, Heid, Skaug, Nancy Hilde & Kaarby, Eid Marie Karen (2012). *Kropp, rörelse och hälsa i förskolan*. Lund: Studentlitteratur.

## 8.2 Elektroniska källor

Copeland, K.A., Kendeigh, C.A, Saelens, B.E, Kalkwarf, H.J. & Sherman, S.N. (2011). *Physical activity in child-care centers: do the teachers hold the key to the playground?* Health education research. sidor 81 - 100.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3258280/pdf/cyr038.pdf> [Hämtad 2018-03-02]

Eriksson, Bergström, S. (2013). *Rum, barn och pedagoger- Om möjligheter och begränsningar i förskolans fysiska miljö*. Diss. Umeå: Umeå universitet. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:613213/FULLTEXT01.pdf> [Hämtad 2018-03-18]

Folkhälsoguiden. (u.å.) *Förskola och skola viktiga för barns och ungas fysiska aktivitet*. Stockholms läns landsting. <http://folkhalsoguiden.se/nyheter/forskola-och-skola-viktiga-for-barns-och-ungas-fysiska-aktivitet/> [Hämtad 2018-02-28]

Läraryrket (2015). *Förskollärare och fritidspedagoger sjukast*. Lärarnas tidning. 2015–06-02. <https://lararnastidning.se/forskollarare-och-fritidspedagoger-sjukast/>. [Hämtad 2018-03-02]

Mårtensson, Fredrika (2004). *Landskapet i leken: en studie av utomhuslek på förskolegården*. Diss. Alnarp: Sveriges lantbruksuniversitet, 2004. <http://epsilon.slu.se/a464.pdf> [Hämtad 2018-03-14]

Ritzen, Jessica. (2018). *Förskolegårdarna krymper i nya stadsdelar*. Dagens Nyheter. 9 jan. <https://www.dn.se/sthlm/forskolegardarna-krymper-i-nya-stadsdelar/> [Hämtad 2018-02-27]

Schäfer Elinder, L. & Faskunger, J (2006). *Fysisk aktivitet och folkhälsa*. Statens folkhälsoinstitutet. [https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/b12494011cb84706b5838c92497b3762/r200613\\_fysisk\\_aktivitet\\_0701.pdf](https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/b12494011cb84706b5838c92497b3762/r200613_fysisk_aktivitet_0701.pdf) [Hämtad 2018-02-26]

Skolverket. (2013). *Allt fler barn i förskolan*. Skolverket. 14 mars. Skolverket 2013. [Hämtad 2018-02-26]

Skolverket (2015). *Utformning av miljö påverkar barns lek och välmående*. 2 december.

<https://www.skolverket.se/skolutveckling/forskning/forskolan/databas-pa-forskoleområdet/utformning-av-miljo-paverkar-barns-lek-och-valmaende-1.231581> [Hämtad 2018-02-23]

Skolverket (2016). *Läroplan för förskolan Lpfö 98*. ([Ny, rev. utg.]). Stockholm: Skolverket. [https://www.skolverket.se/om-skolverket/publikationer/visa-enskild-publikation?\\_xurl\\_=http%3A%2F%2Fwww5.skolverket.se%2Fwtpub%2Fws%2Fskolbok%2Fwtpubext%2Ftrycksak%2Fblob%2Fpdf2442.pdf%3Fk%3D2442](https://www.skolverket.se/om-skolverket/publikationer/visa-enskild-publikation?_xurl_=http%3A%2F%2Fwww5.skolverket.se%2Fwtpub%2Fws%2Fskolbok%2Fwtpubext%2Ftrycksak%2Fblob%2Fpdf2442.pdf%3Fk%3D2442)

Statens folkhälsoinstitut. (2011). *Individanpassad skriftlig ordination av fysisk aktivitet*. Östersund: Statens folkhälsoinstitution. Tillgänglig på internet: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/c6e2c1cae187431c86c397ba1beff6f0/r-2011-30-far-individanpassad-skriftlig-ordination-av-fysisk-aktivitet.pdf> [Hämtad 2018-03-05]

Stockholms stad. (2017). Nu är vi 900 000 tusen stockholmare. Stockholm stad. 5 december. <http://www.stockholm.se/OmStockholm/stockholmare/> [Hämtad 2018-02-26]

Tullgren, Charlotte (2003). *Den välreglerade friheten: att konstruera det lekande barnet*. Diss. Lund: Lunds universitet. [http://dspace.mah.se/bitstream/handle/2043/7828/valreglerade\\_friheten.pdf](http://dspace.mah.se/bitstream/handle/2043/7828/valreglerade_friheten.pdf) [Hämtad 2018-03-12]

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk - samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

World Health Organization. (u.å.). [http://www.who.int/topics/physical\\_activity/en/](http://www.who.int/topics/physical_activity/en/) [Hämtad 2018-03-09]



## 9. Bilagor

### 9.1 Bilaga 1: Samtyckesbrev

Hej!

Mitt namn är Vina Ahmad. Jag läser förskollärarytbildningen med interkulturell profil på Södertörns högskola och är inne på min sista termin på utbildningen. Under våren 2018 påbörjar vi vårt självständiga arbete på 15 hp. Det ämne jag har varit intresserad av är betydelsen av fysisk aktivitet för barn i förskolan. Därför skulle jag vilja synliggöra er förskollärares uppfattningar och hur ni anser att den fysiska miljön påverkar barns fysiska aktivitet.

Med det sagt skulle jag vilja intervjua er enskilt kring det utvalda ämnet. Jag har utgått ifrån Vetenskapsrådets forskningsetiska principer vilket innebär att jag har ett ansvar att informera om studiens syfte och hur jag kommer genomföra min undersökning i stora drag. Att medverka i studie är frivillig, ni kan när som helst välja att avbryta er medverkan oavsett skäl. Intervjun kommer att spelas in via ljudupptagningsfunktionen på min mobiltelefon för att underlätta bearbetningen och analysen av materialet. Efter genomförd uppsats raderas både ljudupptagningen och transkriberingen. Det material som samlas kommer behandlas konfidentiellt vilket innebär att inga obehöriga får tillträde till materialet och att identifiering av er respondenter och förskolorna som medverkat kommer vara omöjligt. Ni och förskolorna är alltså helt anonyma och får fiktiva namn.

Är du intresserad av att läsa mer om de etiska forskningsprinciperna gör du det på: [www.vr.se](http://www.vr.se)

Har du frågor får du jätte gärna mejla mig till denna mejladress: [Vinaahmad@hotmail.com](mailto:Vinaahmad@hotmail.com)

Min handledare Christopher Collstedt går att nå på: [christopher.collstedt@sh.se](mailto:christopher.collstedt@sh.se)

Med vänliga hälsningar  
Vina Ahmad

Jag har läst ovanstående och ger mitt godkännande till medverkan:

---

Underskrift (Var god texta)

Namnteckning

## 9.2 Bilaga 2: Intervjuguide

- Hur ser din uppfattning ut av begreppet fysisk aktivitet?
- Hur uppfattar du att den fysiska miljön på förskolan, både inomhus miljön men även utomhus miljön begränsar och möjliggör till fysisk aktivitet?
- Hur uppfattar du att den fysiska aktiviteten prioriteras i förskolan?
- Hur uppmuntras barn till rörelse av er pedagoger?
- Anser du att din förskolläraryr utbildning har gett dig de rätta förutsättningarna för att arbeta med fysisk aktivitet i förskolan?