



AKADEMIN FÖR UTBILDNING OCH EKONOMI
Avdelningen för utbildningsvetenskap

Utomhuspedagogik och välmående

Vikten av förskollärares engagemang

Tina Allfjord & Charlotte Blumenthal

2020

Examensarbete, Grundnivå (yrkesexamen), 15 hp
Pedagogik
Förskolläraryrket
Examensarbete i pedagogik

Handledare: Elisabet Hedlund
Examinator: Daniel Pettersson

Abstract

Det senaste året har många inom förskolans verksamhet varit ute mer än någonsin på grund av Covid-19 situationen. Utomhuspedagogiken har även en stark närvaro i den svenska förskolan. Detta gjorde att vi blev intresserade av att se hur utomhuspedagogiken kan påverka barns välmående. Är det verkligen så bra att vara ute som det påstås?

Syftet med denna studie är att se hur förskollärare använder utomhuspedagogik och hur deras engagemang påverkar barns välmående. Vi har sökt på forskning från hela världen för att få relevant kunskap för att ta vår egna studie vidare. Metoderna som vi har använt för insamling av data är intervjuer samt enkäter. Både barn och förskollärare på en förskola i mellansverige har intervjuats. Enkäterna skickades ut till förskolepersonal över hela landet. Så som vi tolkade resultatet kan kunniga, intresserade och engagerade förskollärare skapa en positiv naturupplevelse för barnen. Tidigare forskning visar på att det är en viktig del för barnens fortsatta naturintresse.

Vi kom fram till att en positiv naturupplevelse är en viktig del för barns fortsatta naturintresse. Vidare kom vi fram till att engagerade och kunniga förskollärare har större möjlighet att påverka barns intresse för naturen och deras välmående.

Nyckelord

Utomhuspedagogik, Utomhusmiljö, Engagemang, Positiv naturkontakt, Välmående

Innehållsförteckning

1. Inledning	4
2. Disposition	4
3. Tidigare forskning	6
4. Begreppsförtydligande	9
5. Teoretisk utgångspunkt	9
6. Syfte	10
6.1 Frågeställning	10
7. Metod	11
7.1 Datainsamlingsmetod	11
7.1.1 Enkäter	11
7.1.2 Intervjuer	12
7.1.3 Insamling av forskning	13
7.2 Urval	13
7.3 Analysmetod	13
7.4 Etiskt övervägande	14
8. Resultat och analys	15
8.1 Infektionssynpunkt	15
8.2 Väl genomtänkta förskolegårdar	17
8.3 Sinnenas påverkan	18
8.4 Engagerade förskollärare	20
8.4.1 Utomhuspedagogik	22
9. Diskussion	24
9.1 Metoddiskussion	24
9.2 Resultatdiskussion	24
9.3 Slutsats	26
10. Vidare forskning	27
11. Referenser	28
Bilaga 1	30
Bilaga 2	32
Bilaga 3	33

1. Inledning

Det är något självklart för många i Sverige att vara ute i naturen. Ända sedan början av 1900-talet har olika organisationer förespråkat naturvistelse och friluftsliv (Mårtensson, Lisberg Jensen, Söderström, & Öhman, 2011). Utomhuspedagogiken är djupt rotat i den svenska förskole kulturen. Sedan 1900-talets början har utomhuspedagogiken utvecklas till den vi känner till idag (Mårtensson et. al., 2011).

Det går att läsa i Naturvårdsverkets rapport (Mårtensson et. al., 2011) att naturens hälsofördelar ofta används som en sanning i förskolans verksamhet. Vi vill se hur förskollärarna använder utomhusmiljön för att öka barnens välmående. Enligt förskolans läroplan (Skolverket, 2018) ska förskolan ge barnen förutsättningarna att utveckla deras motorik och att de ska förstå att det är viktigt att ta hand om sig själv, sin hälsa och välbefinnande. Det står även i läroplanen att vi ska ge dem förståelse för naturvetenskap och kunskaper om växter och djur (Skolverket, 2018). Mårtensson et. al. (2011) menar att alla har en åsikt och att det inte går att komma ifrån sin egen utgångspunkt. Vi anser att det är förskollärares egna engagemang, intresse av, och kunskap om naturen och utomhuspedagogik som styr hur undervisningen blir, det styrker även Löfdahl, Hjalmarsson och Franzén (2014). I Barnkonventionen, punkt 29 E, (UNICEF, 2009) står det att barnets utbildning ska syfta till att utveckla respekt för naturmiljön. Det är svårt att mäta välmående, det handlar om hur man tolkar resultat (Sando & Sandseter, 2020).

2. Disposition

I följande avsnitt kommer det att presenteras en disposition för denna studie. Det kommer att börja med den tidigare forskning som kan kopplas till arbetet för att sedan ge en begreppsförtydligande. Efter detta kommer syftet tillsammans med frågeställningen och efter det kommer metoden att presenteras. I metoddelen presenterar datasamlingsmetoden som består av enkäter, intervjuer och insamling av forskning. Sedan kommer urval, analysmetod och etiskt övervägande. I delen som heter resultat och analys kommer vi att diskutera infektionssynpunkt, väl genomtänkta förskolegårdar, sinnenas påverkan, engagerade

Charlotte Blumenthal & Tina Allfjord

förskollärare och utomhuspedagogik. Diskussionsdelen kommer innehålla en metoddiskussion, en analysdiskussion och till sist en slutsats. Sedan kommer referenslistan och bilagorna.

3. Tidigare forskning

I den tidigare forskningen råder det nästintill konsensus att det är hälsosamt för barn att vara utomhus (Mårtensson et. al., 2011; Sando & Sandseter, 2020; Bento & Dias, 2017; Socialstyrelsen, 2008; Tonge, Jones & Okely, 2017; Norling & Sandberg, 2015; Humberstone & Stan, 2012). I alla de forskningsartiklar, rapporter och böcker vi har läst har just detta med naturens nytta för människans välmående lyfts fram på ett eller annat sätt.

Sando och Sandseter (2020) menar att välmående och fysisk aktivitet är indikatorer på barns hälsa samt att detta är något som utvecklas när barnen spenderar tid utomhus. Utmanande terräng bidrar till ökad fysisk aktivitet och i förlängningen även välmående hos barn (Sando & Sandseter, 2020).

Forskning visar att barn rör sig mer utomhus (Sando & Sandseter, 2020; Bento & Dias, 2017; Tonge, Jones & Okely, 2020; Fägerstam, 2012; Mårtensson et. al., 2011; Socialstyrelsen, 2008) detta kan påverka barns välmående på så sätt att motoriken utvecklas samt att det kan motverka övervikt hos barn. Tidigare forskning visar på att varierad utomhusmiljö med både naturliga- och byggda element har fördelar för barns välmående (Mårtensson et. al., 2011; Sando & Sandseter, 2020; Bento & Dias, 2017; Socialstyrelsen, 2008; Tonge, Jones & Okely, 2017; Norling & Sandberg, 2015; Humberstone & Stan, 2012). Sådana förskolegårdar tycks utmana barnens fantasi, motorik och leklyst. Sando och Sandseter (2020) menar att barnens sociala interaktion stimuleras av naturliga material som till exempel pinnar och kottar.

Utomhusmiljön ökar kommunikation, deltagande och intresse bland barn menar Fägerstam (2012). Vidare menar Fägerstam (2012) att undervisning och lärande utomhus stärker barnens sociala relationer.

Naturvårdsverkets har i sin rapport (Mårtensson et. al., 2011) tagit hjälp av forskare från olika professioner för att undersöka om utevistelsen verkligen är så nyttig som den här i Sverige anses vara. Forskarnas positionering är den att det är hälsosamt att vara utomhus och att det för med sig många hälsofördelar. De går så långt att de påstår att naturen har en positiv påverkan på barns hälsa, men de ställer sig frågande till i vilken omfattning naturen påverkar dem. Författarna (Mårtensson et. al., 2011) menar att det inte är tillräckligt för barn att endast vara ute i friska luften, de menar att barnen behöver vägledning i naturen av kunniga vuxna

för att skapa, vad de kallar, ”naturmöten av god kvalitet” och ge barnen en positiv naturupplevelse.

Risken med att inte ha kunniga och trygga vuxna som vägleder barnen i naturen kan bli att barnen känner sig otrygga samt att de blir understimulerade och får tråkigt i naturen. Sådana negativa upplevelser kan påverka barns attityd mot naturen och i förlängningen deras välmående. Fägerstam (2012) menar att undervisning utomhus och inomhus har många skillnader och att utomhusundervisning har visat ge bättre resultat. Samt att kunskapen befäst bättre i utomhusmiljö (Fägerström, 2012; Brügge, Glantz & Sandell, 2011). Mårtensson et. al. (2011) slår fast att det då är viktigt med kunnig personal och fortbildning inom natur och miljö för att personalen ska ha de verktyg de behöver för att göra undervisningstillfällena i naturen utvecklande och meningsfulla. Välmående kan främjas genom att känna att tillvaron på förskolan är meningsfull (Szczepanski, 2013). Barnen behöver se meningen i det de gör för att kunna må bra. Naturvårdsverket (Mårtensson et. al., 2011) och Szczepanski (2013) menar att naturen skapar meningsskapande situationer. Barnen kan tydligt se meningen med att lära sig om naturen; djur, väder, frukter, bär och blommor är allt sådant som barn kan finna meningsfullt. Det är sådant som inte kan upplevas inomhus (Szczepanski, 2013).

Man kan se förskolan som en plats som görs utav de aktörer som arbetar där eftersom att det är de som tolkar och diskuterar styrdokumentet (Löfdahl, Hjalmarsson, & Franzén, 2014). Forskningen som finns kring hälsoeffekter av naturen är ofta vinklade av vad forskarna själva anser om naturen. Detta kan göra att resultatet vinklas efter forskarens egna åsikter och känslor (Mårtensson et. al., 2011).

Tidigare forskning tyder på att förskollärare spelar en stor roll i hur barns utomhusvistelse ser ut (Bento & Diaz, 2017; Mårtensson et. al., 2011; Löfdahl et. al., 2014). Det är de som besitter kunskap om naturen som de kan förmedla till barnen. Det är även av stor vikt att de är med och visar engagemang och intresse för naturen och utomhusmiljön (Bento & Diaz, 2017; Mårtensson, et. al., 2011). Mårtensson et. al. (2011) och Sando & Sandseter (2020) menar att förskollärarna bör planera utomhusaktiviteter kring en viss plats som kan bli en trygg plats för barnen, detta kan gynna deras utveckling. Szczepanski (2013) menar att platser har en kulturell identitet och att en kognitiv och fysisk upplevelse kopplas till platser. Kan förskollärarna skapa intresse för naturen och utomhusvistelse hos barnen i ung ålder är

chansen större att barnen fortsätter med det senare i livet (Mårtensson, et. al., 2011). Vidare tyder Mårtensson et. al. (2011) forskning på att de som tidigt i livet fått intresse för naturen lever hälsosammare senare i livet. Det är således förskollärarens uppgift att förmedla naturens kulturella föreställningar till barnen (Mårtensson, et. al., 2011).

Tidigare forskning visar på att utomhusvistelse främjar barns kognitiva välmående (Bento & Dias, 2017) samt att minnet och inläring förbättras av utomhuslektioner (Fägerstam, 2012; Norling & Sandberg, 2015). Naturvårdsverket (Mårtensson et. al., 2011) beskriver känslan av att vara i naturen som ett botemedel till stress. Det lyfter även Szczepanski (2013), som menar att naturen har stressminskande egenskaper samt ger barnen ett annat förhållningssätt till tid och lärande. Socialstyrelsen (2008) skriver att barn som befinner sig i gruppmiljö utsätts för stress. Vidare skriver Socialstyrelsen (2008) att stress gör barnen mer mottagliga för infektionssjukdomar. Barnens immunsystem stärks av att vara utomhus (Bento & Dias, 2017) Utöver att barnen blir mer mottagliga för dem pga. stress menar Socialstyrelsen (2008) att barnen även utsätts för större risk att bli smittade av infektionssjukdomar när de vistas i större grupper på liten yta. Detta kan enkelt lösas genom att vara utomhus där barnen inte är lika nära varandra (Socialstyrelsen, 2008). Barn behöver inte bara frisk luft för att må bra utan en positiv naturupplevelse är minst lika viktig (Mårtensson et. al., 2011). Mårtensson et. al. (2011) menar att naturen påverkar hjärnan på så sätt att den får vila sig och återhämta kraft. Utomhuspedagogiken gör så att alla sinnen blir aktiva (Brügge, Glantz & Sandell, 2011).

4. Begreppsförtydligande

I detta avsnitt förklaras de begrepp som används i studien.

Välmående är i vår mening en känsla av välbehag, lugn och tillfredsställelse. Sando & Sandseter (2020) beskriver välmående som en känsla av att må bra. Vidare skriver de att de ser på välmående som ett tillstånd där barnen är avslappnade och trygga i sig själva.

En positiv naturupplevelse är en upplevelse som ger välbehag. Det är en upplevelse som lämnar positiva minnen och intryck på personen som upplever dem (Mårtensson et. al. 2011)

5. Teoretisk utgångspunkt

Studien utgår från ett förskollärarperspektiv. Förskollärarperspektivet innebär att innehållet granskas ur förskollärares synvinkel. Förskollärarna ska med andra ord använda sin kompetens för att målinriktat styra undervisningen så att den främjar barns utveckling och lärande (Sheridan & Williams, 2018). Vidare ska förskollärare etiskt förhålla sig till alla delar av verksamheten, såsom barn, vårdnadshavare, förskolans miljö samt utvecklingen av verksamheten (Engdahl & Ärleman-Hagsér, 2015).

Förskollärare ansvarar för verksamhetens pedagogiska innehåll. De ska ge barnen möjlighet att genom olika lärandesituationer utveckla sitt lärande och engagemang. Förskollärare ska ur ett förskollärarperspektiv använda sin kompetens för att skapa situationer där både barns lärande främjas samt läroplanens mål nås. Förskollärare bör ha goda ämneskunskaper och förmåga att förmedla den kunskapen till barnen. Utöver det bör förskollärare stötta barnen i deras lärande och fånga barnens intresse och entusiasm (Sheridan & Williams, 2018).

Studien kommer att tolkas och analyseras genom förskollärarperspektivet och det perspektivet innebär.

6. Syfte

Syftet med studien är att undersöka varför förskollärare använder utomhuspedagogik som en del av lärandet. Vi vill undersöka vad förskollärares tankar och ideer om utomhuspedagogik kan göra för barns välmående.

Vi har valt att använda ett förskollärarperspektiv för att se hur förskollärares engagemang kan bidra till barns välmående genom utomhusvistelse.

6.1 Frågeställning

- Hur kan förskollärares föreställningar om utomhuspedagogik påverka undervisningen?

7. Metod

Innan arbetet började på vår studie valde vi att läsa på om god forskningssed för att veta hur vi ska kunna hantera de uppgifterna vi har fått in. I God forskningssed (2017) går det att läsa om vikten av att meddela allt som kommer göras i metoden, vilket är avsikt att göra i denna del av studien.

Nedanför kommer de metoder som har valts för denna studie att beskrivas. De som valdes ut var enkäter och intervjuer. Enkäterna valdes med tanke på att få in många svar för att sedan kunna göra en kvantitativ bedömning. Intervjuerna valdes ut för att kunna få utförligare svar från legitimerade förskollärare. Förskolan består av flera olika aspekter och är en komplex institution i vårt samhälle (Löfdahl et al., 2014). Med detta som bakgrund valdes att lägga fokuset på utomhuspedagogiken för att smalna av arbetet.

7.1 Datainsamlingsmetod

Denna del av studien har delats i följande: enkäter, intervjuer och insamling av forskning. Anledningen till att detta gjordes var för att göra det lättare att navigera och hitta. I bilagorna ett och två som finns till denna studie kan man läsa vilka frågor som har använts i både intervjuerna till barnen och de vuxna. Enkät frågorna och svarsalternativen finns även med.

7.1.1 Enkäter

Enkäterna utformades på så sätt att frågorna skulle vara relevanta för vårt arbete samt att det skulle finnas rum för olika åsikter. Användandet av öppna frågor ger respondenterna chans till att ge svar på sådant som inte har kunnat förutspås (Löfdahl et. al., 2014). Det listades flera alternativ (se bilaga 1) och las till även ett öppet alternativ för att kunna lägga till flera egenskaper de kunde utveckla deras tankar (Löfdahl et. al., 2014). Sedan fick respondenterna ta ett ställningstagande till om det stämmer eller inte om faktumet att det är nyttigt att vara utomhus eller inte. Sedan valdes att fråga om hur ofta de är på skolgården respektive utanför skolgården samt hur många minuter de vistas på dessa platser per tillfälle. Sista frågan handlar om vad respondenterna själva känner inför naturen, där det gavs alternativ men det fanns även ett öppet alternativ.

Det som ville uppnås med enkäterna var att se hur förskolepersonal ser på utomhusvistelsen. Löfdahl et.al. (2014) skriver att det ofta läggs fokus på barnens upplevelser och perspektiv. Syftet är att se detta från ett förskollärares perspektiv.

7.1.2 Intervjuer

Det var för avsikt att jämföra två förskolor med olika inställningar till utomhuspedagogik. Dock svarade den ena förskolan inte vilket gjorde att fokus hamnade på enbart en förskola.. Istället har forskning använts för att kunna bekräfta resultatet. Sex intervjuer med förskollärare och sex intervjuer med barn genomfördes. Löfdahl et.al., (2014) menar att intervjuer med barn inte är det optimala med tanke på att deras värld är mer komplex än vad de kan formulera i intervjuer. De menar att observationer med barn är det bästa. Det fanns tyvärr inte tid att observera dem och därav valdes att göra intervjuer med barnen ändå. Anledningen till att intervjuerna med barn genomfördes var för att det blir mer vedertaget att lägga fokus på barnens upplevelser och följa deras perspektiv för att kunna se det från deras synvinkel (Löfdahl et. al., 2014). Vidare menar Löfdahl et. al. (2014) att barns erfarenheter och livskunskap kan nyansera resultatet men de har även rätt att yttra sig i frågor som har betydelse för dem. Det står även i FN Konventionen om barns rättigheter (Utrikesdepartementet, 2000), som även blev ratificerat 1990 i Sverige. Alla intervjuer med barnen skedde inomhus, avskilt från de andra barnen. Begreppet "skogen" valdes att användas istället för "naturen" eftersom det är det begrepp barnen är vana vid att använda. När intervjuerna genomfördes med förskollärarna var tre stycken intervjuer inne på förskolan, två stycken på förskolegården och en i skogen. Alla förskollärare arbetar på samma förskola och det är en Mulförskola. Under intervjuerna med barn visades bilder för barnen där de skulle få säga hur de kände inför att vara på den platsen bilden visar. Anledningen till att bilder används var för att barnen skulle få en visuell bild av de platser som diskuterades. På bild ett går det att se en förskolegård med färgglada klätterställningar och rutschkanor. Bild två syns en skogsglänta med stora stenar medans bild tre visar en platt skolegård med balansgångar och lite smalare pinnar som stack upp från marken. Den sista bilden visar insidan av en avdelning på en förskola. Anledningen till att det var väldigt olika bilder var för att barnen inte skulle blanda ihop dem med varandra utan att de skulle kunna se att det var en tydlig skillnad på dem.

7.1.3 Insamling av forskning

För att få fram relevant forskning kring området som studerats har det valts ut olika begrepp vid artikelsökning i Discovery. I en sökning användes följande begrepp: Children's Health, Preschool, Outdoors or outside or nature. I den andra sökningen valdes liknande begrepp men dessa blev utvecklade till följande: Children's Health, Preschool or Kindergarten or Early childhood education, Outdoors or outside or nature. Vissa artiklar fanns genom referenser i andra artiklar.

7.2 Urval

Barnen som valdes ut är i åldrarna 3-5 år. Urvalsgruppen valdes för sina språkliga färdigheter och erfarenheter av utomhusmiljön. En av författarna är välbekant med barnen och kunde på så sätt använda sin relation till barnen för att skapa en trygg plats för samtal. Doverborg & Pramling Samuelsson (2000) menar att det finns en bättre förutsättning att barnen berättar och delar med sig av sina åsikter om den som intervjuar har en god kontakt med barnen. Förskolan som valdes är strategiskt utvald eftersom den är Mulle licensierad, kontinuerligt använder sig av utomhuspedagogik samt utnyttjar den närliggande naturen. De förskollärare som valdes ut har allihop gått Mulleutbildning och är således väl insatta i utomhuspedagogik samt har god kunskap om naturen.

Genom diskussioner kring valet av urvalsgrupp för enkäten föll valet på att inte använda enbart förskollärare. Detta var för att det ansågs att det skulle vara svårt att försäkra sig om att alla som svarade skulle vara legitimerade förskollärare.

7.3 Analysmetod

Enkäterna lämnades ut innan intervjuerna för att få fram ytterligare information som kunde vara användbar inför intervjuerna. Efter att enkätsvaren hade kommit in och analyserats påbörjades intervjuerna med förskollärarna och barnen.

När datan bearbetades utkristalliserades ett antal gemensamma nämnare, det var återkommande ord eller teman som tycktes vara relevanta för studien. De gemensamma nämnare som har använts i kategoriseringen är som följer: Infektionssynpunkt, Bra

genomtänkta förskolegårdar och Medvetna förskollärare. Inom kategorin medvetna förskollärare finns följande underkategorier: Undervisning, Engagemang. Anledningen till att det skedde en kategorisering var för att göra jämförandet lättare, menar Löfdahl, Hjalmarsson och Franzén (2014).

Datan har analyserats utifrån ett förskollärarperspektiv.

7.4 Etiska övervägande

För att uppnå högsta validitet har det endast skett intervjuer med förskollärare.

Innan intervjun tillfrågades både barn och vuxna om de vill delta i studien.

Tillståndsblanketter har skrivits ut och skrivits under innan barnen intervjuas för att vårdnadshavarna ska kunna göra ett informerat samtycke (Löfdahl et. al., 2014;

Vetenskapsrådet, 2011). Om barnen inte ville besvara en fråga behövde de heller inte det. De hade även möjligheten att avsluta intervjun när de ville om de inte kände sig bekväma, vilket de även informerades om. Enligt Vetenskapsrådets rapport om forskningssed (2017) är en del av forskningen att ta ansvar över de man forskar på. Detta görs genom att ge de som deltar i intervjuerna möjligheten att dra sig ur. Det står i läroplanen för förskolan (2018) att man ska värna om integriteten för var och en som verkar inom förskolan. Man använder även samma beskrivning i skollagen (2010 §5) vilket betyder att både vuxna och barns integritet värderas lika högt. Detta har tagits i beaktande när intervjuerna har genomförts.

I boken Etik, integritet och dokumentation i förskolan (Lindgren, 2016) går det att läsa om vikten av att hålla uppe en diskussion om hur man ska bete sig när det kommer till forskning.

Med detta som bakgrund fördes det en diskussion för att kunna fastställa hur detta skulle kunna förmedlas vidare till de som det berör.

Ljudinspelningar har förvarats på så sätt att ingen obehörig kan komma åt det. Detta gäller även blanketterna. När namn förekommer har de ändrats för att kunna fastställa anonymitet.

8. Resultat och analys

I resultat- och analysavsnittet kommer de svar som framkom från intervjuerna och enkäterna att lyftas för att kunna koppla till forskningen kring ämnet. Avsnittet kommer delas in i kategorier för att lättare lokalisera sig i texten.

8.1 Infektionssynpunkt

I det här avsnittet kommer det att tas upp hur respondenterna från intervjuerna och enkäterna ansåg hur utomhusvistelsen kunde påverka barnen utifrån en infektionssynpunkt.

Enligt både forskning och intervjurespondenter bidrar utomhusvistelse till minskad risk för infektionssjukdomar. En förskollärare uttrycker sig så här:

“Jag tror att man kanske inte blir lika lätt sjuk om man får vara ute, man är inte på varandra och snorar.”

Det går att se i Socialstyrelsen (2008) att barn som utsätts för stress blir mer mottagliga för bakterier, som förskolläraren ovan också beskriver. Det går även att läsa i Naturvårdsverkets rapport (Mårtensson et. al., 2011) samt i ett svar som framkom i enkäten:

“Stressreducering och återhämtning.”

Ovanstående svar framkom i ett frisvar på frågan “Naturen betyder för mig:”, respondenten menar alltså att naturen är en plats för återhämtning och som reducerar stress.

Både i enkäterna och i intervjuerna svarade respondenterna att skogen har en lugnande effekt där stress och tidspress försvinner. Två intervjurespondenter uttrycker sig på följande vis:

“Ute i naturen är det lugnare för där är man inte på varandra och då blir det lättare att ta till sig.”

“Dels över att man inte tänker så mycket på tiden, att det inte blir den här stressen.”

Här lyfter respondenterna naturens lugnande effekt samt hur de inte känner stress när de är i skogen. De lyfter även hur det ökade utrymmet kan motverka konflikter. Respondenterna menar att barnen har färre konflikter när de är utomhus jämfört med när de är inomhus. De

lyfter även skillnaderna i barnens hälsa när de är utomhus jämfört med inomhus. De menar att barnen rör sig mer utomhus samt att de inte blir lika mottagliga eller utsatta för infektionssjukdomar.

Förskollärarna sa i intervjuerna att barnen har mer utrymme utomhus och är inte lika mycket "på" varandra. Vidare sa de att bakterierna frodas inte på samma sätt ute som om barnen hade vistats inomhus. Två förskollärare uttrycker sig följande:

"Jag tror att man kanske inte blir lika lätt sjuk om man får vara ute, man är inte på varandra och snorar."

"Jag tror om man är ute i naturen är man inte så mycket på varandra, det här med att man får frisk luft och bacillerna frodas inte lika mycket. Man mår bättre när man är ute."

Det går att utläsa att förskollärarna är positivt inställda till utomhusvistelse samt ser hälsofördelarna. En respondent svarade att barnen på en tidigare arbetsplats sov utomhus under vilan och hen ansåg att de barnen var friskare än andra barn. Dock menar forskningen att det inte bara är den friska luften som får barnen att må bra, utan de behöver även en positiv naturupplevelse (Mårtensson et. al., 2011). Ur ett förskollärarperspektiv går det att se att förskollärarna använder sin kunskap för att främja barns välmående genom utomhusvistelse (Engdahl & Ärleman-Hagsér, 2015).

Barn som befinner sig i större grupper upplever stress vilket gör dem mer mottagliga för infektionssjukdomar (Socialstyrelsen, 2008). Förskollärarna i intervjuerna berättar att de delar in avdelningen i mindre grupper när de befinner sig i skogen. Bento och Dias (2017) menar att vara utomhus stärker barns immunsystem. Szczepanski (2013) beskriver att naturen minskar stress hos barn och ger dem ett annat förhållningssätt till tid och lärande. På flervalsfrågorna från enkäten om vad naturen betyder för dem svarade respondenterna: "Lungande" 97%, "Frihet" 95%, 91% svarade "Härligt" och 81% svarade alla tre dvs. "Lugnande, frihet och härligt". Respondenterna menar att naturen är en lugnande plats där de känner välbehag och mår bra.

8.2 Väl genomtänkta förskolegårdar

I detta avsnitt kommer resultat och analys på förskolläraernas svar angående väl genomtänkta förskolegårdar. Även respondenternas svar från enkäten kommer att belysas.

Det går att se att barn som har naturrik förskolegård är lugnare jämfört med de barnen som har naturfattig förskolegård (Mårtensson et. al., 2011). Att barnen blir lugnare ute än inne är även något som förskollärarna lyfter i intervjuerna. I Smitta i förskolan (Socialstyrelsen (2008) går det att läsa att en rik förskolemiljö gör att barnen rör sig mer. I enkäten fanns det en fråga som löd "Vilka egenskaper hos barn anser du kan utvecklas genom att vara utomhus?". Där var svaret motorik det som flest (98%) ansåg utvecklades utomhus, men även balans (95%), miljökunnskap (95%), muskelstyrka (92%), trygghet i gruppen (81%), starka kompisrelationer (88%), starka självkänslan (88%) och förbättra minnet (75%) var ofta förekommande svar. Genom detta går det att se att förskolepersonal anser att motoriken utvecklas vid utomhusvistelse.

Det är bra att ha varierande miljö med både byggda och olika naturliga element. Barn mår bättre om miljön är varierad (Mårtensson et. al., 2011; Sando & Sandseter, 2020; Bento & Dias, 2017; Socialstyrelsen, 2008; Tonge, Jones & Okely, 2017; Norling & Sandberg, 2015; Humberstone & Stan, 2012). Förskolläraernas kunskap och erfarenhet om förskolans miljö, ur ett förskollärarperspektiv, kan användas för att skapa varierande förskolegårdar (Engdahl & Ärleman-Hagsér, 2015). Om det finns balans mellan trygga och utmanande miljöer kan det ge positiva effekter på välmåendet. Sando och Sandseter (2020) menar att ställen med utmanande terräng, såsom naturmiljö, bidrar till ökad fysisk aktivitet och välmående hos barn. I enkätundersökningen går det att avläsa att en stor del av respondenterna ansåg att balansen, motoriken och muskelstyrkan utvecklas genom att vistas i naturen. Både intervjurespondenterna och enkätrespondenterna svarade att de anser att barnens motorik utvecklas i naturlig miljö. De som intervjuades menade att gå på ojämn mark och i svårframkomlig terräng förbättrar barnens grovmotorik. En respondent berättar följande på frågan om motoriken kan utvecklas ute i skogen:

“Ja, den utvecklas. Grovmotoriken, att kunna klättra, att kunna gå där det är ostadig mark och det är klart att det påverkar hur stark man blir i benen och i musklerna.”

Respondenten menar här att motoriken utvecklas genom aktiviteter på ojämn mark samt att det är bra att vara utomhus. Vidare resonerar respondenten att muskelstyrkan och balansen utvecklas när den utmanas med ojämn mark. Detta är även någonting som forskning tar fasta på (Mårtensson et. al., 2011; Socialstyrelsen, 2008; Sando & Sandseter, 2020; Bento & Dias, 2017; Tonge, Jones & Okely, 2020).

En naturlig utomhusmiljö med stor variation gör en plats mer intressant för barns lek (Mårtensson et. al., 2011). Finns det naturliga material som inte är förutbestämda leksaker stimulerar det barnens sociala interaktion menar Sando och Sandseter (2020). Fägerstam (2012) anser att utomhusmiljön ökar intresse, deltagande och kommunikation bland barnen. Ur ett förskollärarperspektiv ska förskolläraren engagera och intressera barnen samt fånga upp barnens intresse (Sheridan & Williams, 2018).

I en intervju lyfte även en förskollärare att det är bra för barnen att utforma materialet till sin egna lek. Detta kan vi läsa i följande citat på frågan hur utomhusmiljön kan användas för att öka barns välmående:

“Det ska finnas, tror jag, kuperat på en utomhus, på en gård, inte bara asfalt och platt mark. De behöver faktiskt sand och grus, gräs och kullar och stenar. Jag tror att det behövs för att det ska bli bäst.”

Respondenten beskriver här hur en ideal förskolegård enligt dem bör konstrueras för att bäst främja och utveckla barns motorik, fantasi och lek.

8.3 Sinnenas påverkan

Alla de som intervjuades ansåg att sinnena spelar stor roll i barnens lärande. De menar att intryck och upplevelser påverkar hur barnen lär sig och tar in kunskap.

Intervju respondenterna ansåg att deras egen inställning och attityd till utomhusvistelse påverkade hur barnen upplevde att vara utomhus. De ansåg att det var viktigt att själv vara bekväm i skogen. En respondent uttryckte det på följande sätt:

“...om pedagogerna brinner för att vara ute då blir det lite mera glädjefyllt för barnen om man blir som en förebild”

Respondenten menar att barnen ser och inspireras av förskollärarnas egna inställning till naturen och utomhusvistelsen.

Alla förskollärarna i intervjuerna anser att inläringen påverkas av intrycken och sinnenas påverkan. En respondent från enkäterna skrev följande på frågan vad naturen betyder för de:

“Lärorikt, använd olika sinnen.”

Detta går även att läsa i Naturvårdsverket (Mårtensson et. al., 2011), att om barn får naturmöten av god kvalitet kan det gynna barnens personliga tillfredsställelse, utveckling samt deras fysiska och psykiska välmående. Det stämmer överens med förskollärarperspektivet där förskollärare ska använda sin kompetens för att skapa situationer som främjar barns utveckling (Sheridan & Williams, 2018).

I enkäterna som skickades ut svarade 75% av respondenterna att utomhusvistelsen kunde förbättra minnet hos barnen. Det var även 97% som ansåg att naturen var lugnande för dem. Brügge, Glantz och Sandell (2011) menar att alla sinnen blir aktiva genom utomhuspedagogiken. I intervjuerna kan man se att alla anser att intryck, upplevelser och sinnenas användning påverkar barnens inläring. En respondent menar att man lär sig bättre utomhus eftersom man lär sig med hela kroppen och alla sina sinnen.

“Man upplever skogen på ett annat vis när man är i skogen. Man går i skogen, man bara är där, än att bara sitta i ett rum och föreställa att man är i skogen, nej det tror jag inte på.”

Respondenten menar att skogen upplevs på ett helt annat sätt när barnen är i skogen än om man bara pratar om det eller ser på bilder. Barnens intryck förstärks.

Om man har en plats i naturen som man brukar gå till blir den platsen en trygg punkt för barnen och det kan gynna deras utveckling (Mårtensson et. al., 2011). Szczepanski (2013) menar att platser har en kulturell identitet och en upplevd betydelse som är både sinnlig och mental. Szczepanski (2013) menar även att det finns en kognitiv och fysisk upplevelse kopplad till platser. Detta går att se i förskollärarnas intervjuer där de pratar nostalgiskt om sin egen relation till naturen. Ur ett förskollärarperspektiv kan det tolkas som att förskollärarna är engagerade och intresserade av naturen, vilket även kan göra barnen intresserade (Sheridan & Williams, 2018).

Enligt forskning minskar stresshormonerna när man ser och upplever något vackert, som t.ex naturen, det kan leda till ett inre lugn (Mårtensson et. al., 2011). Av enkätens respondenter var det 87% som ansåg att naturen är vacker. En förskollärare uttryckte sig följande på frågan om intryck och sinness påverkan påverka barnens inläring:

“Ja, det är väl en del av lärandet. Med de yngsta är det de ända vi gör. Lära sig intryck. Att man bara kan sitta tysta och lyssna på när det blåser, eller att vi hör en fågel. Lära sig förstå intrycken, att de kommer till en, även om vi kanske inte alltid märker det eller reflekterar över det.”

Detta återkommer i det barnen berättar i deras intervjuer om vad de tycker är roligt i skogen. Ett av barnen uttryckte sig följande:

“Höra på fåglarna kvittrar. Det känns bra där i skogen. Jag känner mig glad.”

Barnet uttrycker här ett välbehag och en glädje över att vara i skogen och höra vacker fågelsång. Allt barn ser, hör och upplever påverkar deras kroppar. I Naturvårdsverkets rapport (Mårtensson et. al., 2011) står det att naturen påverkar hjärnan. Vissa nervtrådar vilar sig för att återhämta kraft, detta kan beskrivas som att tankarna klarnar när man vistas i naturen. 97% av respondenterna svarade i enkäten att de kopplade naturen till begreppet lugnande.

8.4 Engagerade förskollärare

I denna del kommer vikten av förskollärares engagemang och dess betydelse för utomhuspedagogiken tas upp. Det har framkommit att engagerade förskollärare är en stor del i tidigare forskning men även i intervjuerna och enkäterna som genomfördes.

Av de enkäter som skickades ut fick kom det svar från 208 förskolepedagoger. Av dessa 208 var det ingen av dem som hade en negativ inställning till naturen. Endast 2,4% kryssade för “Något skrämmande” och 3% “ Ett nödvändigt ont”, men då i kombination med andra positiva påståenden om skogen. Ingen respondent hade enbart negativa svar på frågan. Förskollärare ska, ur ett förskollärarperspektiv, ha god ämneskunskap (Sheridan & Williams, 2018). Naturvårdsverket (Mårtensson et. al., 2011) menar att pedagoger som inte har kunskap eller känner sig trygga i naturen kan ge barnen en negativ upplevelse. Om barnen upplever

detta kan det påverka deras naturupplevelse och i längden deras välmående. Detta visar att pedagogernas inställning till naturen blir väldigt påtaglig för barnen oavsett om den är negativ eller positiv. Bento och Dias (2017) lyfter även vikten av att förskollärarna känner sig bekväma och motiverade att spendera tid utomhus för att skapa situationer som kan påverka barns välmående och utveckling. Förskollärarnas uppdrag är bland annat att bidra till barns engagemang för naturen (Sheridan & Williams, 2018). I intervjuerna med barnen går det att avläsa följande:

“Att man plocka kottar.”

“Att leka och att kliva på stenarna.”

“Leta kottar och göra lekar.”

“Vi klättrar på träden.”

Barnen lyfte fritt i intervjuerna de aktiviteter de gör när de är i skogen. Dessa lekar är aktiva sådana där barnen rör på sig. Detta kan vara en reaktion hos barnen på att förskollärarna i denna förskolan är engagerade i utomhusaktiviteter.

Genom en god naturvägledning kan förskollärarna inspirera och engagera barnen (Mårtensson et. al., 2011), detta är även viktigt ur ett förskollärarperspektiv. I enkätundersökningen kan man avläsa att 81% har använt sig av begreppen (i kombination) Frihet, Härligt, Lugnande när de har beskrivit sin egen relation till naturen. Naturvårdsverket (Mårtensson et. al., 2011) menar att upplevelsen av naturen är kulturellt och socialt betingat och att det är förskollärarnas uppgift att förmedla dessa kulturella föreställningar till barnen. Det är viktigt för förskollärare att ha den utbildning som behövs för att utföra utomhuspedagogik. Många lärare anser att de inte har tillräckligt med kunskap för att kunna undervisa i naturen (Mårtensson et. al., 2011). I enlighet med förskollärarperspektivet ska förskollärare ha ämneskunskap och känna trygghet i sin kunskap, känner de att den är bristfällig så brister även delar av förskollärarens uppdrag.

Alla de intervjuade förskollärarna har Mått utbildning och i intervjuerna kunde man se prov på deras engagemang och kunskap om naturen.

Något som är genomgående i intervjuerna med barnen är att de berättar om djur de har sett

eller hört men även att de har plockat svamp eller blåbär i skogen. Detta går att utläsa i följande citat från barnen:

“Vi såg inte hela kroppen vid svinet men vi såg gropen där vildsvinet hade sitt huvud i en grop och en liten grop där vildsvinet hade bökat i jorden. Två vildsvin hade bökat i gropen, en liten och en stort.”

Detta citat tyder på att barnen har fått arktunskap samt att förskollärarna har visat kunskap och engagemang ute i naturen. Mårtensson et. al. (2011) menar att genom god naturvägledning kan förskollärare inspirera och engagera barnen, detta är även viktigt ur ett förskollärarperspektiv.

8.4.1 Utomhuspedagogik

Här kommer en diskurs om fördelarna för barnen i utomhuspedagogiken.

Utomhuspedagogik är något som används på alla förskolor i Sverige. Förskollärares uppdrag enligt läroplanen är att ge barn chans att utveckla förståelse för naturen (Skolverket, 2018). Ur ett förskollärarperspektiv ska förskollärarna skapa situationer och tillfällen där barn ges möjlighet att utveckla färdigheter (Sheridan & Williams, 2018). Genom en varierad förskolemiljö där både inomhus- och utomhusmiljön används får barnen chans att utveckla en mängd färdigheter. Undervisning inomhus och undervisning utomhus har många likheter, men även många skillnader. Det går att läsa i ett tidigare citat som nämnts att en förskollärare ansåg att det inte går att ha samma undervisning inomhus som utomhus. Förskollärare bör vara medvetna om skillnaderna mellan dessa två. Fägerstam (2012) genomförde en studie om barn som har fått undervisning i matematik. De fick olika resultat beroende på om undervisningen hade skett inne eller i kombination inne/ute. En grupp fick endast undervisning inomhus och den andra gruppen fick både inomhus- och utomhusundervisning. Den gruppen som fått både inomhus- och utomhusundervisning hade betydligt bättre resultat än de som enbart fått utomhusundervisning. Fägerstam (2012) menar att kunskapen befasts när barnen är ute i naturen. I de intervjuer som har genomförts går det att avläsa att de förskollärarna ansåg att det inte går att genomföra samma undervisning inomhus som utomhus, det är även något som Brügge, Glantz och Sandell (2011) tar upp.

Sando och Sandseter (2020) visar i deras studie att det är viktigt att förskollärarna är medvetna om hur barnen upplever fri lek i utomhusmiljö. Förskollärare måste känna sig trygga och bekväma i naturen för att kunna ge god undervisning. Känner de sig otrygga blir naturen inte heller en trygg plats för barnen eftersom det speglar av sig. Då kan det bli en negativ naturupplevelse för barnen. Intervjuerna har visat att när barnen har rutiner och vet vad som förväntas av dem i naturen känner de sig tryggare. En förskollärare uttryckte sig följande:

“Jag tänker att det är att skapa bra rutiner och att få goda möjligheter. Vad kan vi göra i skogen, att ingenting är omöjligt i skogen.”

De anser att barnen från en ung ålder bör känna sig bekväma med skogen, vilket de arbetar aktivt med, det går att utläsa i citatet ovan. Det är viktigt att undervisningen är välplanerad och har genomtänkta metoder, samt att arbetet sedan följs upp efteråt (Mårtensson et. al., 2011).

9. Diskussion

Diskussionsdelen är uppdelad i metoddiskussion, resultatdiskussion och en slutsatsdel.

9.1 Metoddiskussion

Intervjuerna med förskollärarna var givande och även intressanta. Eftersom flera av dem tog plats utomhus fick intervjuerna mer auktoritet. Intervjuerna med barnen mer som ett samtal med dem om naturen. Med tanke på att en av författarna känner barnen väl så blev det ett lättamt och otvunget samtal. Detta tror vi kan vara en fördel eftersom att barnen inte såg det som en intervju och därmed inte svarade så som de trodde de "skulle" svara. Vi tror även att det var en fördel på så sätt att barnen inte blev nervösa eller oroliga.

Målet var att intervjua 10 vuxna och 10 barn men på grund av olika anledningar blev det inte så. Dock tror vi inte att det påverkade det slutgiltiga resultatet nämnvärt.

Enkäterna ansåg vi vara givande med tanke på de högt antal respondenter. Det var ett enkelt sätt att få fram mycket information.

9.2 Resultatdiskussion

Vår utgångspunkt i början av detta arbete var att slå fast det vi antog, vilket var att utomhusvistelse bidrar till välmående.

Som vi har tolkat barnens svar så tror vi att de barnen vi intervjuade mår bra av att vara i skogen. Vi har tolkat barnens svar på hur de tycker det är att vara i skogen som positiva begrepp. Orden de använde var: roligt, kul och bra. Barnen berättade i intervjuerna att de klättrade, byggde kojor och lekte i skogen. Vi tolkar det, med stöd från tidigare forskning, som att barnen mår bra i naturen. Alla barnen som vi intervjuade hade positiva naturupplevelser som de delade med sig av. Vi fick intressanta svar från barnen och det var spännande att se vilken uppfattning de hade om naturen. Barnen berättar i intervjuerna om djur och växter de sett i skogen, det tyder på att barnen har fått viss artkunskap. Huruvida barnen lärt sig det i förskolan eller ej framgår dock inte.

Vi fick svar från barnen där fem av sex barn tog upp hur roligt det var att äta ute i naturen. Eftersom att en av författarna till denna studie arbetar på förskolan där barnen går vet hon av

egen erfarenhet att de ofta äter ute. För att kunna äta ute behövs det personal som är engagerade och har intresse för naturen och naturupplevelser. Vi tolkar det som att barnen har fått en positiv naturupplevelse genom den utomhuspedagogik som förskollärarna använder sig av. Vi tycker oss kunna se att de förskollärare vi har intervjuat har visat tecken på både kunskap och engagemang inom utomhuspedagogik.

Intervjurespondenterna svarade att de hade mindre barngrupper när de gick till skogen, vilket de menar kan minska stress. Socialstyrelsen (2008) skriver att stora grupper kan öka barns stress och att mindre grupper är önskvärt ur ett hälsoperspektiv. Mindre grupper är något vi själva anser kan minska stress hos både barn och vuxna och därmed kan öka välmåendet. Respondenterna från både intervjuer och enkäter svarade även att de känner sig lugnare och är mindre utsatta för stress när de befinner sig i naturen. När vi tolkade resultaten ur ett förskollärarperspektiv ser vi att förskollärarna har använt en medvetenhet när barngruppernas storlek planerats. De har här använt sin yrkeskunskap för att skapa bästa möjliga förutsättningar för barnens lärande och utveckling.

De svar vi fick in från enkäten var i stort sett de vi förväntade oss, men med viss variation. Eftersom vi delade enkäterna i ett forum där det fanns många personer som jobbar inom förskolansvärld kändes det som om svaren var relevanta och tillförlitliga. Av enkät respondenterna var majoriteten positivt inställda till naturen, dock fanns det vissa som tycktes ha blandade åsikter om naturen. Vi kunde inte se att någon hade en helt negativ inställning, men det fanns antydningar till det. Vi ser detta som något positivt och glädjande. Tolkat ur ett förskollärarperspektiv kan man tyda det som att respondenterna har möjlighet att engagera barnen utifrån sitt eget engagemang och intresse.

Vi har använt ett brett utbud av artiklar från olika länder och olika forsknings kategorier för att få olika perspektiv på välmående. Genom de medicinska artiklarna har vi fått belägg för att utomhusmiljön kan påverka barns välmående på ett positivt sätt. Genom de pedagogiska artiklarna har vi fått klart om hur förskollärare kan använda utomhusmiljön för att på bästa sätt dra nytta av utomhuspedagogiken. Här kan vi även hitta belägg för att det gynnar deras välmående såväl som deras kunskap. Genom dessa artiklar har vi kunnat tolka intervjuerna och enkäterna.

Forskningen tyder på att många förskollärare känner att de har bristfällig kunskap om naturen och utomhuspedagogik. Därför anser vi att det är viktigt med vidareutbildning för att kunna känna att man klarar av att genomföra utomhusundervisning. Men även för att man ska tycka att det känns roligt och intressant med utomhuspedagogik. De förskollärare som intervjuades hade relevant utbildning inom djur och natur (Mulleutbildning). Hur förskollärare ser på utomhusvistelse påverkar deras syn på utomhuspedagogik. De förskollärare som vi har intervjuat har alla en positiv inställning till naturen. Detta kommer troligtvis från en tidigare positiv naturupplevelse. Forskning visar att en positiv naturupplevelse är en viktig del i hur man uppfattar naturen. Som förskollärare är det vår uppgift att se till att barnen får en sådan positiv naturupplevelse. Det är en del i vårt uppdrag att undervisa barnen i naturen och om naturfenomen. Därför anser vi att det är viktigt att förskollärare ska få möjligheten till vidareutbildning för att kunna bredda sin kunskap.

9.3 Slutsats

Studien kom fram till förskollärares engagemang är betydande för att barn ska få en positiv naturupplevelse. De måste själva ha en positiv bild av naturen och utomhusmiljön för att kunna förmedla den till barnen. Får barnen en positiv naturupplevelse så kan det främja deras intresse för naturen senare i livet. Vi tolkar det som om barnens välmående ökar och att de finner mycket av det de gör i skogen njutbart. Med hjälp av tidigare forskning har våra analyser av materialet slagit fast att förskollärares engagemang och intresse är nyckeln till en positiv naturupplevelse för barnen.

Både barn och vuxna beskriver naturen och utomhusmiljön som en plats där de trivs och har roligt. I intervjuerna lyfte förskollärarna vilken fördel de ansåg utomhusmiljön var för barnen.

Avslutningsvis kom studien fram till att förskollärares engagemang i utomhuspedagogiken är oerhört viktig. Deras intresse för- och kunskap om naturen är av stor vikt att skapa en positiv miljö som är rik på kunskap, frihet och glädje. Detta kommer att hjälpa barnen i många avseenden längre fram i livet. Som förskollärare ska vi ge barnen de erfarenheter de behöver senare i livet, vilket naturen kan hjälpa till med på flera sätt.

10. Vidare forskning

Utgångspunkten för den här studien var att jämföra två förskolor för att se skillnader mellan deras syn på utomhuspedagogik. Om studien kunnat genomföras så som planerat hade studien fått en jämförande karaktär och visat på större bredd. Detta hade kunnat svara på fler frågor samt fördjupat kunskapen kring utomhuspedagogik och dess fördelar för välmåendet. Det skulle vara intressant att se hur resultatet skulle se ut om studien gjordes med större bredd och i större skala.

11. Referenslista

Bento, G., & Dias, G. (2017). The importance of outdoor play for young children's healthy development. *Porto Biomedical Journal*, 2(5), 157-160

<https://doi.org/10.1016/j.pbj.2017.03.003>

Brügge, B., Glantz, M. & Sandell, K. (2011) *Friluftslivets pedagogik- En miljö- och utomhuspedagogik för kunskap, känsla och livskvalitet*. Stockholm: Liber.

Doverborg, E. & Pramling Samuelsson, I. (2000). *Att förstå barns tankar: metodik för barnintervjuer*. 3., [omarb.] uppl. Stockholm: Liber.

Engdahl I., & Ärlemalm-Hagsér E. (2015) *Att bli förskollärare mångfacetterad komplexitet*. Malmö: Liber

Fägerstam, E. (2012). *Space and place- Perspectives on outdoor teaching and learning*. [Doktorsavhandling, Linköpings Universitet].

Humberstone, B., & Stan, I. (2012). Nature and well-being in outdoor learning: Authenticity or performativity. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 12(3), 183-197.

<https://doi.org/10.1080/14729679.2012.699803>

Lindgren, A-L. (2020) *Etik, integritet och dokumentation i förskolan* Malmö: Gleerups Utbildning AB

Löfdahl, A., Hjalmarsson, M. och Franzén, K. (red) (2014) *Förskollärarens metod och vetenskapsteori*. Liber AB. Stockholm.

Mårtensson, F., Lisberg Jensen, E., Söderström, M., & Öhman, J. (2011). Den nyttiga utevistelsen? Forskningsperspektiv på naturkontaktens betydelse för barns hälsa och miljöengagemang. (6407). Naturvårdverket.

<https://www.naturvardsverket.se/Documents/publikationer6400/978-91-620-6407-5.pdf>

Norling, M. & Sandberg, A. (2015). Language learning in outdoor environments: Perspectives of preschool staff. *Tidsskrift for nordisk barnehageforskning*, 9(1), 1-16.
<https://doi.org/10.7577/nbf.749>

Sando, O.J., & Sandseter, E.B.H. (2020). Affordances for physical activity and well-being in the ECEC outdoor environment. *Journal of Environmental Psychology*, 69.
<https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101430>

SFS 2010:800. *Skollag*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.

Sheridan, S., Williams, P. (2018). *Undervisning i förskolan - en kunskapsöversikt*. Stockholm: Skolverket.

Skolverket (2018). *Läroplan för förskolan Lpfö 18*. Stockholm: Skolverket.

Socialstyrelsen (2008). *Smitta i förskolan: en kunskapsöversikt*. (Rev. [uppl.]). Stockholm: Socialstyrelsen.

Szczepanski, A. (2013). Platsens betydelse för lärande och undervisning – ett utomhuspedagogiskt perspektiv. *NorDiNa*. 9(1):3-17.
<http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:liu:diva-91858>

Tonge, K., Jones, R.A., & Okely, A.D. (2020). Environmental Influences on Children's Physical Activity in Early Childhood Education and Care. *Journal of Physical Activity & Health*, 17(4), 423.
<https://doi.org/10.1123/jpah.2019-0119>

UNICEF Sverige (2009). *Barnkonventionen: FN:s konvention om barnets rättigheter*. Stockholm: UNICEF Sverige.

Utrikesdepartementets (2000) *Mänskliga rättigheter. Konventionen om barns rättigheter*. Stockholm: Regeringskansliet.

Vetenskapsrådet (2017). *God forskningssed*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

Vetenskapsrådet (2011). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-vetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

Bilaga 1

Enkätfrågor och svarsalternativ

Fråga:

Vilka egenskaper hos barn anser du kan utvecklas genom att vara utomhus/naturen?

Svarsalternativ:

Språk

Matematik

Motorik

Stärkta kompisrelationer

Stärkt självkänsla

Förbättra minnet

Muskelstyrka

Balans

Miljökunskap

Trygghet i gruppen

Annat:

Fråga:

Det är nyttigt att vara utomhus.

Svarsalternativ:

Stämmer

Stämmer inte

Fråga:

Hur ofta är ni ute på skolgården?

Svarsalternativ:

En gång i veckan

2-4 gånger i veckan

Varje dag

Flera gånger på dagen

Fråga:

Hur länge är ni ute på skolgården? (Antal minuter/tillfälle)

Svarsalternativ:

(Eget svar)

Fråga:

Hur ofta är ni utanför skolgården?

Svarsalternativ:

1 gång i veckan

2-4 gånger i veckan

Varje dag

Mer sällan

Fråga:

Hur länge är ni utanför skolgården? (Antal minuter/tillfälle)

Svarsalternativ:

(Eget svar)

Fråga:

Naturen betyder för mig:

Svarsalternativ:

Frihet

Något skrämmande

Smutsigt

Jobbigt

Härligt

Lugnande

Ett nödvändigt ont

Vardag

Helgaktivitet

Vackert

Något jag undviker

Något jag njuter av

Annat

Bilaga 2

Intervjufrågor vuxna

Hur ofta är ni ute?

Hur länge är ni ute när ni är ute?

Hur ofta går ni från förskolan ut till naturen/skogen?

Hur lägger ni upp ett lärotillfälle i skogen?

Tycker ni att de lär sig bättre utomhus eller hade man kunnat göra det inne?

Kan intrycken och sinnens påverkan påverka barnens inlärning?

Vad brukar ni göra när ni är i skogen?

Kan ni se några hälsofördelar med skogen? Vilka?

Anser du att motoriken utvecklas i skogen och isf hur?

Vilka är de största hälsofördelarna med att vara i skogen?

Kan du se några negativa effekter av att vara utomhus?

Nyttigt att vara utomhus, stämmer det eller inte?

Varför?

Vad är din egna relation till naturen och skogen?

Var ni ute mycket när ni var små?

Intervjufrågor barn

Hur tycker du att det är att vara i skogen?

Vad brukar ni göra i skogen?

Vad är det som är roligt i skogen?

Är det något som är kul som man inte kan göra i skogen?

Tycker ni det är kul att äta ute i skogen?

Vad är det som är så roligt med det?

När du blundar riktigt hårt och tänker på något riktigt kul, vad ser du då?

Vad brukar ni göra på helgerna?

Brukar ni gå ut i skogen med familjen?

Vad brukar ni göra i skogen då?

Bilaga 3



Östhammar datum 16/9-20

Informationsblankett

Vi heter Charlotte Blumenthal och Tina Allfjord och studerar vid förskolläraryrket, Högskolan i Gävle. Under höstterminen 2020 skriver vi vårt examensarbete i pedagogik. Som en del av vårt examensarbete planerar vi under perioden september och oktober att genomföra en undersökning på en förskola. Syftet med undersökningen är att undersöka hur utomhusmiljön påverkar barns hälsa. För att närma oss detta kommer vi att genomföra intervjuer med barn och pedagoger.

Förskolans namn och alla deltagande kommer att avidentifieras i det slutgiltiga arbetet (både i eventuella bilder och i text). Allt insamlat material förvaras så att ingen obehörig får tillgång till det. Det färdiga examensarbetet kommer att sparas i högskolebibliotekets databas DIVA.

Medverkan i undersökningen är helt frivillig och du kan när som helst avbryta deltagandet. Samtycke ger oss som studenter tillstånd att spela in intervju med dig. Vi står till förfogande för att svara på frågor under hela min tid på förskolan.

Enligt EU:s dataskyddsförordning har du rätt att kostnadsfritt ta del av insamlade uppgifter om du och vid behov få eventuella fel rättade. Du kan också begära att uppgifter om dig raderas eller att hanteringen av personuppgifter begränsas. Kontaktperson är vår handledare (kontaktuppgifter nedan), som också tar emot eventuella klagomål på hanteringen av personuppgifter.

Tack för er medverkan!

Med vänlig hälsning

E-post: c.blumenthal@hotmail.com E-post: tinaallfjord97@gmail.com

Kontaktperson Högskolan i Gävle:

Handledare: Elisabet Hedlund

E-post: Elisabet.Hedlund@hig.se



Östhammar datum 1/9-20

Information och samtyckesblankett till vårdnadshavare

Vi heter Charlotte Blumenthal och Tina Allfjord och studerar vid förskolläraryrket, Högskolan i Gävle. Under höstterminen 2020 skriver vi vårt examensarbete i pedagogik. Som en del av vårt examensarbete planerar vi under perioden september och oktober att genomföra en undersökning på er förskola. Syftet med undersökningen är att undersöka hur utomhusmiljön påverkar barns hälsa. För att närma oss detta kommer vi att genomföra intervjuer med barn och pedagoger.

Förskolans namn och alla deltagande barn kommer att oidentifieras i det slutgiltiga arbetet (både i eventuella bilder och i text). Allt insamlat material förvaras så att ingen obehörig får tillgång till det. Det färdiga examensarbetet kommer att sparas i högskolebibliotekets databas DIVA.

Medverkan i undersökningen är helt frivillig och du/ditt barn kan när som helst avbryta deltagandet. Samtycke ger oss som studenter tillstånd att spela in intervju med ditt/erat barn. Vi står till förfogande för att svara på frågor under hela min tid på förskolan.

Enligt EU:s dataskyddsförordning har du rätt att kostnadsfritt ta del av insamlade uppgifter om ditt barn och vid behov få eventuella fel rättade. Du kan också begära att uppgifter om ditt barn raderas eller att hanteringen av personuppgifter begränsas. Kontaktperson är vår/min handledare (kontaktuppgifter nedan), som också tar emot eventuella klagomål på hanteringen av personuppgifter.

Vi är tacksam för svar så snart ni kan.

Med vänlig hälsning

E-post: c.blumenthal@hotmail.com E-post: tinaallfjord97@gmail.com

Kontaktperson Högskolan i Gävle:

Handledare:

E-post:

Samtycke

Medverkan i undersökningen är helt frivillig och du/ditt barn kan när som helst avbryta deltagandet. Samtycke ger oss som studenter tillstånd att med hjälp av röstinspelning dokumentera intervjun med ert barn. Vi står till förfogande för att svara på frågor under hela min tid på förskolan.

Du ger ditt medgivande genom att kryssa i rutorna nedan. Samtliga vårdnadshavare ska skriva under samtycket.

Ja, jag ger samtycke till att mitt barn deltar i undersökningen.

Ja, jag ger samtycke till att mitt barn deltar i intervjun.

Datum och plats:.....

Barnets namn:.....

.....

Vårdnadshavares underskrift

Vårdnadshavares underskrift

.....

Namnförtydligande

Namnförtydligande