

# RÖRELSE FÖR LIVET

– PEDAGOGERS FÖRHÅLLNINGSSÄTT TILL  
RÖRELSETRÄNING UR ETT SOCIALT  
HÅLLBART PERSPEKTIV

Grund  
Pedagogiskt arbete

Eva Forsberg  
Jenny Lindell Bakke

2018-FÖRSK-131



HÖGSKOLAN I BORÅS

**Program:** Förskollärautbildning för pedagogiskt verksamma

**Svensk titel:** Rörelse för livet – pedagogers förhållningssätt till rörelseträning ur ett socialt hållbart perspektiv

**Engelsk titel:** Movement for life – pedagogue´s approach to movement training from a socially sustainable perspective

**Utgivningsår:** 2018

**Författare:** Eva Forsberg och Jenny Lindell Bakke

**Handledare:** Regina Enedahl

**Examinator:** Marita Cronqvist

**Nyckelord:** förskola, rörelse, social hållbar utveckling, samarbete.

---

## Sammanfattning

### Bakgrund

Idén till denna undersökning uppkom då vi tidigare under utbildningen skrev en uppsats som handlade om barnens rörelse i förskolor. Vi ville vidare undersöka pedagogernas synsätt på barns rörelse under dagen och koppla det till samarbetet med vårdnadshavarna. Vi har kopplat undersökning till den sociokulturella teorin då vi anser att det är i relation med och till andra som vi lär och utvecklar oss själva.

### Syfte

Syftet är att undersöka pedagogers förhållningssätt till rörelseträning ur ett socialt hållbart perspektiv.

### Metod

En kvantitativ undersökning med enkät som redskap som besvarats av pedagoger verksamma i två olika kommuners förskolor.

### Resultat

Resultatet av vår undersökning visar på att pedagogerna är väl medvetna om vikten av att barn får röra på sig under vistelsen i förskolan. Resultatet visar även att pedagogerna behöver utveckla samarbetet mellan förskola och hem. Detta kan ske genom att kvalitetssäkra rörelseaktiviteter inom förskolan samt genom att göra utvärderingen mer synlig och ha en fungerande kommunikation mellan pedagoger och vårdnadshavare så att de har större möjlighet att vara delaktiga i deras barns utveckling kring rörelse och hälsa. Därmed kan också de rörelseaktiviteter som pedagoger i förskolan erbjuder barnen skapa ringar på vattnet för en social hållbar framtid ur ett hälsoperspektiv.

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

<b>1. INLEDNING</b> .....	<b>- 5 -</b>
<b>2. SYFTE</b> .....	<b>- 7 -</b>
<b>3. FRÅGESTÄLLNINGAR</b> .....	<b>- 7 -</b>
<b>4. BAKGRUND OCH TIDIGARE FORSKNING</b> .....	<b>- 8 -</b>
4.1. Social hållbar utveckling .....	- 8 -
4.2. Tidig rörelseträning för social hållbar utveckling .....	- 9 -
4.2.1. Mängd av rörelseaktivitet .....	- 9 -
4.2.2. Självkännedom och gemenskap.....	- 10 -
4.2.3. Rörelseträning för stärkt koncentration .....	- 11 -
4.3. Vårdnadshavares samverkan med förskolan .....	- 12 -
<b>5. TEORETISKT PERSPEKTIV</b> .....	<b>- 13 -</b>
5.1. Interaktion .....	- 13 -
5.2. Socialisation .....	- 14 -
5.3. Proximal utvecklingszon .....	- 15 -
<b>6. METOD</b> .....	<b>- 16 -</b>
6.1. Kvantitativ metod.....	- 16 -
6.1.1. Kvantitativ metod i vår undersökning.....	- 16 -
6.2. Urval.....	- 16 -
6.3. Genomförande .....	- 17 -
6.3.1. Etik .....	- 17 -
6.3.2. Reliabilitet och validitet .....	- 17 -
6.3.3. Utformning av enkäten .....	- 18 -
6.3.4. Utskick.....	- 19 -
6.4. Analys/bearbetning.....	- 19 -
<b>7. RESULTAT</b> .....	<b>- 19 -</b>
7.1. Förskolans arbete med rörelse .....	- 20 -
7.2. Samarbete förskola och hem .....	- 21 -
7.3. Rörelse ur perspektivet social hållbarhet.....	- 22 -
<b>8. DISKUSSION</b> .....	<b>- 23 -</b>

8.1.	Förskolans arbete med rörelse .....	- 23 -
8.2.	Samarbete förskola och hem .....	- 25 -
8.3.	Rörelse ur perspektivet social hållbarhet.....	- 26 -
9.	<b>METODDISKUSSION</b> .....	<b>- 26 -</b>
10.	<b>DIDAKTISKA KONSEKVENSER</b> .....	<b>- 27 -</b>
11.	<b>FORTSATT FORSKNING</b> .....	<b>- 29 -</b>
	<b>REFERENSER</b> .....	<b>- 30 -</b>
	<b>BILAGOR</b> .....	<b>- 33 -</b>

# 1. INLEDNING

I Sverige 2017 är övervikt ett ökande folkhälsoproblem. Invånare i de lägre socioekonomiska grupperna har en ökad dödlighet jämfört med de högre socioekonomiska grupperna (Folkhälsomyndigheten 2017). Den psykiska ohälsan bland barn har ökat 100% på 10 år (Socialstyrelsen 2017). Ur ett framtidsperspektiv med social hållbar utveckling för alla, anser vi att dessa alarmerande hälsorisker måste förebyggas i tidig ålder. Då 84 procent av Sveriges barn är inskrivna i förskolan och i genomsnitt vistas 31 timmar i veckan på förskolan (Skolverket rapport: 392, 2013) kan man inte förbise det ansvar som åligger förskolan när det gäller barns fysiska hälsa. Hälsa relaterat till barn innefattar flera aspekter som god sömn, kost och motion. Vi har i vår undersökning valt att fokusera på förskolans arbete med hälsa kopplat till rörelse då vi anser att det är inom det området som pedagogerna har störst inflytande över verksamheten. I *Läroplan för förskolan* (Lpfö 98 rev. 2016, s. 9) beskrivs att förskollärarna skall erbjuda en verksamhet där alla barn ska få möjlighet att utveckla sin motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning samt förståelse för vikten av att värna om sin hälsa och sitt välbefinnande. Enligt Folkhälsomyndighetens rekommendationer bör barn röra sig minst 60 minuter per dag med både måttlig och hög intensitet där pulsen ökar. Detta för att bygga upp och stärka kroppens organ (Faskunger 2008, ss. 13–15). Trots detta visar tidigare forskning inom förskolan att barn inte får den tiden för rörelseaktiviteter (Jayasuriya, Williams, Edwards & Tandon 2016, s. 1004). Vi tänker att man inom förskolan bör använda dessa fakta och rekommendationer i sin planering för att ge barnen en stabil grund för bättre hälsa.

Den svenska förskolan är i dag det första steget i utbildning för barn. Förskolans styrdokument påtalar att omsorg, utveckling och lärande ska bilda en helhet och skapa lust för ett livslångt lärande. Barn som behöver särskilt stöd utifrån psykiska och fysiska skäl ska erbjudas detta. Förskolan ska tillsammans med barnets vårdnadshavare årligen samtala om barnets utveckling och lärande (Lpfö 98 rev. 2016, s. 5, 11, 13; Skollagen 2010:800, kap. 8 § 2, § 9, § 11). Vår tanke är att det arbete pedagogerna gör i förskolan ska ge barnet ringar på vattnet. Genom att ha ett syfte med rörelseaktiviteter för barnen kan man i förskolan ge barnen förutsättningar för en hållbar framtid med mindre ohälsa.

Under våren 2018 beslutar regeringen om en reviderad läroplan för förskolan. För att öka kvalitén på alla förskolor behövs ett förtydligande av förskolans uppdrag (Skolverket 2018, s. 2). Utifrån att ha jämfört förskolans och grundskolans läroplaner kommer förskolans läroplan att influeras inom skolans idrott, hälsa och hållbar utveckling. Förskolans läroplan kommer att belysa vikten av en positiv upplevelse av rörelse för barns utveckling och lärande. Enligt Skolverkets redovisning ska även förskolans verksamhet, i framtiden, innefatta hållbar utveckling ur ekonomiska, sociala och miljömässiga aspekter. (Skolverket 2018, s. 35). Utifrån denna kunskap anser vi att det är av vikt att undersöka pedagogers förhållningssätt till rörelseträning ur ett socialt hållbart perspektiv, vilket är syftet med undersökningen.

Vi har tagit del av tidigare forskning om förskolans arbete med rörelse och länkar samman den kunskapen med ett sociokulturellt perspektiv. Det är genom att interagera med andra människor som vi, både barn och vuxna, kan lära oss att samverka för en hållbar framtid. Förskolan skiljer sig en aning från övriga utbildningssteg då pedagoger ofta har daglig kontakt med vårdnadshavare. I förskolans läroplan (Lpfö 98 rev. 2016, s. 13) redogörs för att förskolan ska vara ett komplement till hemmet och på bästa sätt skapa möjligheter för varje barn att utvecklas rikt och mångsidigt. Förskolan ska tydligt visa sina mål och innehåll för vårdnadshavarna för att skapa förutsättningar att ge vårdnadshavare möjlighet till inflytande över verksamheten.

Dialogen mellan hem och förskola är viktigt för varje enskilt barns utveckling. Särskilt med tanke på att barn i lägre socioekonomiska grupper riskerar en sämre folkhälsa. Därför kommer vi i denna undersökning även belysa samarbetet med vårdnadshavarna utifrån pedagogernas perspektiv. Genom kontinuerlig dialog mellan förskola och vårdnadshavare kan de tillsammans skapa en förståelse för vilka resurser ett barn har med sig hemifrån och vilka resurser förskolan kan bidra med för att stärka barnets utveckling och lärande (Tallberg Broman 2014, ss. 29–32).

## **2. SYFTE**

Syftet är att undersöka pedagogers förhållningssätt till rörelseträning ur ett socialt hållbart perspektiv.

## **3. FRÅGESTÄLLNINGAR**

Vilket synsätt har pedagoger på rörelseträning i förskolan ur perspektivet social hållbarhet?

Vilka samarbetsformer upplever pedagoger att det finns mellan förskolans pedagoger och vårdnadshavare omkring barnets rörelseutveckling?

## 4. BAKGRUND OCH TIDIGARE FORSKNING

I det här avsnittet presenteras begreppet social hållbar utveckling samt hur det kan kopplas till rörelseaktiviteter i förskolan. Tidigare forskning visar att mängden av rörelseaktiviteter som barn erbjuds har betydelse för deras hälsa. Likväl visar forskning att barn som erbjuds lärarledda rörelseaktiviteter utvecklar en stark självkänedom och social förmåga att kommunicera med andra. Vi avslutar detta kapitel med barns rörelseträning för att utveckla motoriska färdigheter som leder till bättre koncentration. Forskningsresultatet inom detta ämne är inte lika samstämmigt då det är svårt att bevisa direkta kopplingar mellan fysisk aktivitet och teoretisk inläring eftersom flera faktorer kan vara avgörande.

### 4.1. Social hållbar utveckling

Hållbar utveckling är huvudnamnet för tre olika områden. De tre områdena är ekonomisk hållbarhet, ekologisk hållbarhet samt social hållbarhet. Ekonomisk hållbarhet omfattar hur vi fördelar resurser för ett hållbart samhälle. Ekologisk hållbarhet relateras till hur vi människor använder och återanvänder de resurser som naturen ger oss. Slutligen, social hållbarhet handlar om rättigheter för och jämställdhet mellan människor (Ärlemalm – Hagsér 2012, ss. 1–17). Om vi relaterar hållbar utveckling till förskolans arbete är ett exempel på ekonomisk hållbarhet det faktum att alla barn, från ett år, i Sverige har rätt till en förskoleplats (Skollagen 2010:800 kap 8 paragraf 5, 6). Detta innebär en trygghet för vårdnadshavare då de har barnomsorg. Det innebär också en likvärdig utbildning för alla barn. Förskolans inriktning mot ekologisk hållbarhet kan innebära att ekologisk mat serveras eller att förskolan arbetar temainriktat med återvinning. Social hållbarhet i förskolan handlar om att barnen får delta i ett demokratiskt förhållningssätt där alla människor är lika värdefulla. Förskolans arbete ska utgöra grunden för ett livslångt lärande. Likaså ska barn som tillfälligt eller över längre tid behöver extra stöd delges detta i förskolans verksamhet (Lpfö 98 rev. 2016, s. 5). Unikt med förskolans arbetsätt är att man ser till hela individen med balans mellan omsorg och lärande. Barnets lärande utgår från egen nyfikenhet och erfarenhet. Därför är både lärarledd undervisning och tillägnande av kunskap genom lek viktiga inom förskolans pedagogik (Hägglund & Pramling Samuelsson 2009).

I relation till undersökningens syfte kopplar vi denna undersökning till rörelseträning ur ett socialt hållbart perspektiv. Ärlemalm – Hagsér (2012, ss. 1–17) har i sin studie kvalitativt granskat 18 svenska förskolors ansökningar till Skolverket för att certifieras som ”Hållbar förskola”. Syftet med undersökningen var att se det kunskapsinnehåll som förskolorna undervisar samt barns delaktighet och aktörskap för social hållbarhet. Kopplat till rörelse påtalar dessa förskolor vikten av goda kost- och hygienvanor samt att barnen deltar i och utvecklar en positiv attityd till rörelse både inomhus och utomhus. Genom att studera förskolornas ansökningar har Ärlemalm-Hagsér kunnat utläsa att pedagogerna beskriver rörelseaktiviteter som utevistelse i skog, rörelsesånger och rörelsepass som Röris. Förskolorna arbetar med barns rörelse under utedagar och hälsoveckor som ett steg i riktning mot social hållbarhet. Dessvärre beskriver förskolorna inte att barnen själva får påverka lärandesituationerna. Lärande om social hållbar utveckling är för barnen ett deltagande i en vuxenstyrd och av vuxna planerad aktivitet (Ärlemalm – Hagsér 2012, ss. 1–17).

Förskolans styrdokument, Skollag och Läroplan, talar för social hållbar utveckling kopplat till en hälsosam livsstil. Förskolan ska erbjuda en utvecklande och omvårdande verksamhet där barn med behov av särskilt stöd för sin fysiska utveckling ska erbjudas detta. Barnets

vårdnadshavare ska få möjlighet att delta i utformning av stödåtgärder (Skollagen 2010:800 kapitel 8, § 9, § 11). Alla barn ska erbjudas möjligheter att utveckla sin motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning samt hur man bygger upp och bibehåller sin hälsa (Lpfö 98 rev. 2016, s. 9). Utifrån Barnkonventionen – FN:s konvention om barns rättigheter (Unicef 2009) kan vi koppla förskolans arbete med barns motoriska färdigheter till de fyra grundläggande principerna man förhåller sig till i frågor som berör barn. Dessa berör barns grundläggande rättigheter till utveckling, lärande och att barns bästa alltid beaktas i frågor som rör barn. Enligt WHO ska alla barn ha samma rättigheter att få sitt rörelsebehov tillgodosett med minst 60 minuter fysisk aktivitet per dag. Vid planering av rörelseaktiviteter är det av vikt att se till varje barns bästa så att varje barn kan få sina behov tillgodosedda utifrån sin egen förmåga. Varje barn har rätt till utveckling och att få respekt för egna åsikter. Inom förskolan arbetar man med att verksamheten erbjuder barn olika aktiviteter för rörelseutveckling. Dessa aktiviteter ska vara lockande för barnen så att de motiveras att delta i rörelselekar. Likväl är dialogen mellan förskola och vårdnadshavare betydelsefull då vårdnadshavarna kan tillföra information om barnets utveckling och intressen för rörelseaktiviteter (Unicef 2009 s. 4, Lpfö 98 rev. 2016 s. 4, 5, 9, 12).

## **4.2. Tidig rörelseträning för social hållbar utveckling**

Enligt forskning som gjorts med fokus på resultat av motorisk träning kan vissa faktorer kopplat till rörelse vara grundläggande för barns framtid i ett socialt hållbarhetsperspektiv. En faktor är mängden av rörelseaktivitet som barnet utför varje dag. Andra faktorer är att fysisk aktivitet gynnar kroppskänedom samt social gemenskap. Forskningen omkring fysisk aktivets påverkan på skolprestationer är mer omdiskuterat. I förskolans arbete med barns rörelseutveckling kan det vara intressant att ta del av forskningen som en del av planeringen för rörelseaktiviteter.

### **4.2.1. Mängd av rörelseaktivitet**

Barn bör utföra fysisk aktivitet med både måttlig och hög intensitet minst 60 minuter per dag och minst tre pass i veckan där ben och muskler stärks (WHO 2017). Forskarna Jayasuriya, Williams, Edwards och Tandon (2016, ss. 1004–1017) kan med kunskap från tidigare forskning visa att barn rör sig mer när de leker utomhus. Dessvärre får hälften av USA:s barn inte de rekommenderade 60 minuter av utomhusaktiviteter när de är i förskolan. I sin forskning har de låtit engelsktalande vårdnadshavare i Seattle, USA genom self-reports med öppna och slutna frågor besvara hur de uppfattar sina barns hälsoundervisning i förskolan. De hänvisar till tidigare forskning som visar att hindret är att personalen anser att barnen inte har med sig kläder för utomhuslek. Personalen uppfattar också att vårdnadshavarna vill att förskolan arbetar mer med teoretiska ämnen. Jayasuriyas, Williams, Edwards och Tandons undersökning visar att vårdnadshavarna vill att barnen är ute 60 minuter eller mer oavsett väderlek och att de flesta av de tillfrågade vårdnadshavarna inte vet hur mycket tid barnen leker ute på förskolan. Flertalet av vårdnadshavarna menar att det finns en kommunikation om hälsa mellan dem och personalen samt tvärtom. Kommunikationen handlar dock mest om information för dagen som att barnen inte får leka ute om de är sjuka eller att personalen påminner om kläder för utelek. Författarnas slutsats är att det behövs mer kommunikation och samspel mellan hem och förskola för att barnen ska få den rörelseaktivitet utomhus som rekommenderas. Vårdnadshavarna har för lite kunskap om vad förskolans policy för utomhuskläder innebär samt hur mycket tid deras barn får leka utomhus (Jayasuriya et al. 2016, ss. 1004–1017).

I rapporten ”Friska barn, en metod för att främja bra mat- och rörelsevanor i förskolan” (Karolinska institutets folkhälsoakademi 2010:17, s. 25) klargör att barn som rör sig varje dag blir friskare och stärker upp en motståndskraft mot infektioner. Vid fysisk aktivitet byggs och utvecklas barns organ, så som skelett, muskler och hjärta. Mängd och innehåll i barns rörelselek har således betydelse för att bygga upp en stabil hälsosam grund som barnen kan behålla och utveckla även i vuxen ålder (Karolinska institutets folkhälsoakademi 2010:17, s. 25).

#### **4.2.2. Självkännet och gemenskap**

Genom att delta i fysisk aktivitet som under en lek, utvecklar barn en kroppskännet som leder till en säkerhet vilket ger barnet förutsättningar att delta i samspel med andra barn (Grindberg & Langlo Jagtøien 2000, s. 16, Johansson 2009, s. 90). Ericsson påtalar vikten av kroppskännet för ett gott självförtroende som leder till god självkänsla. Genom att behärska det kroppsliga språket kan barn lättare kommunicera med varandra vilket leder till gemenskap (Ericsson 2005, s. 10). Gemenskap leder barnet in i att ta del av den inläring som sker inom den proximala utvecklingszonen där barnet utvecklas genom att observera, samspela och efterlikna i interaktion med andra individer (Lutz 2013, s. 116). För att förstå rörelsens funktion kan nämnas att olyckliga och otrygga barn deltar mindre i fysiska aktiviteter och har en sämre kroppskänsla vilket gör att de inte ingår i sammanhanget på lika villkor som trygga och glada barn (Grindberg & Langlo Jagtøien 2000, s. 41). Viktigt i rörelsesammanhanget är variation av rörelse för att utveckla kroppskännet. Det finns åtta motoriska grundrörelser som varje barn bör få möjligheter att utveckla. Det är åla, rulla, krypa, gå, springa, hoppa, stödja och hänga (Nordlund, Rolander & Larsson 1998, ss. 87–95). Andréason och Bärgekörd har tillfört ytterligare tre grundrörelser, flyga, dra sig fram och gunga på alla fyra (Andréason & Bärgekörd 2016, s. 6).

Sterdt, Pape, Kramer, Liersch, Urban, Werning och Walter (2014, ss. 2407–2426) har i sin forskning undersökt om barns fysiska aktivitet skiljer sig mellan barn i förskolor med eller utan program för fysisk träning (PAP/Physical Activity Programmes) samt beroende av vårdnadshavarnas beteende. Undersökningen gjordes på 20 olika förskolor, där 10 barn från varje förskola deltog, totalt deltog 200 barn i 5–6 års åldern samt deras vårdnadshavare i Lower Saxony, Tyskland. Forskningen är gjord utifrån en mixad metod mellan kvalitativ och kvantitativ forskning. Vårdnadshavare samt pedagoger har besvarat enkäter, barnen har intervjuats och periodvis använt stegräknare. Forskarna har även observerat förskolorna ca 11 dagar under en treveckorsperiod för att kunna jämföra observationsmaterialet med de svar de fått in på enkäterna. Syftet att blanda metoder var att få en djupare förståelse för det kvalitativa resultatet genom att även göra kvantitativa studier.

Resultatet visar att barn som vistas på förskolor med PAP visar mer självständighet och sociala färdigheter. De var mer harmoniska, mindre aggressiva och hade lägre ljudnivå än förskolor utan program för fysisk aktivitet. Likaså kunde de barnen lättare kommunicera med varandra om framför allt rådande regler. En annan faktor som utmärkte förskolor med PAP var att de hade fler barn med särskilda behov. Forskarnas förklaring är att personalen på förskolor med PAP främjar samarbete mellan barnen inom de fysiska aktiviteterna. Då personalen är närvarande ledare uppmärksammar de lättare de barn som har svårare att förhålla sig till sociala regler. Forskarnas slutsats om förskolans arbetssätt är att förskolor som har ett pedagogiskt koncept med strukturerade fysiska aktiviteter främjar barnens självförtroende och sociala beteende. Därmed kan barnen själva kommunicera fram regler och hitta gemensamma kreativa lösningar (Sterdt et al. 2014, ss. 2407–2426).

När det gäller vårdnadshavarnas inflytande så visar undersökningen inga signifikanta värden mellan barnens aktivitet och förskolans arbetssätt eller vårdnadshavarnas beteende. En förklaring är att barn i femårsålder är naturligt aktiva. Däremot visar undersökningen att vårdnadshavarnas stöd, särskilt för pojkar, påverkar barnens fysiska aktivitet. Med stöd menas att köra till aktiviteter och uppmuntra barnens ansträngningar. Undersökningen visar också att pojkar som har goda motoriska färdigheter uppmuntras mer av vårdnadshavarna och pojkar som uppmuntras av vårdnadshavarna presterar mer. Forskarna visar att både förskolans personal och vårdnadshavare är viktiga för barns omsorg och lärande. Utifrån de positiva effekter rörelseaktiviteter ger barnen så är det viktigt att förskolan arbetar effektivt med barns hälsa och integrerar fysisk aktivitet i den dagliga verksamheten (Sterdt et al. 2014, ss. 2407–2426).

#### **4.2.3. Rörelseträning för stärkt koncentration**

Svensson (2010, s. 165) menar att det inte finns tillräcklig forskning omkring barns motorik relaterat till deras skolprestationer. I studier som redovisar ett samband mellan barns ökade skolprestationer utifrån koncentrerad motorikträning, avfärdar Svensson med ”Hawthorneeffekten”. Hawthorneeffekten är resultatet av en studie som genomfördes bland industriarbetare på 20-talet. Undersökningen visade att arbetarna enbart höjde prestationen när de visste att de var observerade och inte beroende på miljön (Läraryrket förbundet 1996, s. 238). I relation till förskolan skulle Hawthorneeffekten innebära att barn försöker anstränga sig mer när de är i samspelet med vuxna. Det är inte träningsmetoden i sig som medför bättre skolresultat, utan det faktum att det finns engagerade vuxna omkring barnet (Svensson 2010, s. 165).

Barn har en begränsad kognitiv kapacitet vilket medför att de sämre än vuxna kan hantera att ta emot och följa instruktioner samtidigt som de rör sig. Det kan medföra svårigheter att ta till sig undervisning om barnet måste koncentrera sig på att hålla pennen rätt för att kunna skriva. Därför behöver barns motoriska färdigheter automatiseras genom rörelseträning så att de kognitivt ska kunna koncentrera sig på teoretiska uppgifter utan att tänka på hur de rör sig. Därför kan en utvecklad motorik ha påverkan på framtida skolresultat. Det finns dock ingen forskning som påvisar motorikens direkta koppling till exempelvis läsinlärning. Vad man har observerat är att barn som får stöd genom motoriska utmaningar även visar framsteg vid teoretisk inlärning (Ericsson 2005, ss. 24–28; Grindberg & Langlo Jagtøien 2000, s 59). Ericsson (2005, s. 43) hänvisar till Bruininks som vid genomgång av tidigare forskning om motorik redovisar följande signifikanta resultat: visuella-perceptuella impulser behöver integreras med kontrollerande impulser för att barn ska utveckla läs och skrivinlärning. Bruininks fann även ett samband mellan motoriska färdigheter och svårigheter för inlärning av läsning och matematik. Andréason och Bärgekör (2016, s. 27) framhåller ett samband mellan teoretisk inlärning och kroppskontroll utifrån den gemensamma nämnaren, takt och rytm. Om barnet tidigt lär sig känna takt och rytm genom sin kropp främjar det senare inlärning inom ämnen som språk och matematik.

### **4.3. Vårdnadshavares samverkan med förskolan**

I relation till andra undervisningsformer är förskolan unik genom sin dagliga kontakt mellan pedagoger och vårdnadshavare. Därmed har förskolans personal goda förutsättningar för att bygga upp hållbara relationer för samarbete. I Läroplanen för förskolan redogörs att detta samarbete grundas genom tillit. Vårdnadshavarna ska få en god introduktion i förskolan. Pedagogerna och vårdnadshavarna har sedan kontinuerliga samtal och utvecklingssamtal minst en gång per år. Vårdnadshavare ska också kunna påverka förskolans arbete med läroplansmålen genom dialog med pedagogerna och genom att delta i utvärderingar av verksamheten (Jonsdottir & Nyberg 2014 s. 60; Lpfö 98 rev. 2016, s. 13). Det finns olika sätt för förskolan att utforma detta samarbete. Tamburkontakten är vanlig och fördelarna är att både vårdnadshavare och personal får kontinuerlig information om barnets dag. Nackdelar med tamburkontakt är att den ofta är praktisk i sitt innehåll. Det kan handla om att barnen exempelvis saknar ombyten eller att förskolan ordnar någon aktivitet de vill att vårdnadshavarna ska närvara vid. Vanligt men inte så ofta förekommande som tamburkontakt är utvecklingssamtal. Dessa fyller funktionen att vårdnadshavare har större möjlighet till inblick i det egna barnets utveckling och lärande då de samtalar enskilt med en pedagog (Jonsdottir & Nyberg 2014, ss. 69–71). Om förskolans personal har lyckats med att skapa en god introduktion och en tillitsfull relation kan utvecklingssamtalen fungera som ett stöd i arbetet för varje barns omsorg, utveckling och lärande. Pedagogerna ska sakligt beskriva den bild som de har av barnet i förskolan och vara lyhörda för de uppfattningar och erfarenheter som vårdnadshavarna delar med sig av (Jonsdottir & Nyberg 2014, ss. 71–76; Ljungberg 2014, ss. 142–143). Niss och Söderström (2015, s. 68) belyser pedagogernas inställning till sitt yrke, hur de ser på barnets vistelse i förskolan samt hur det kommer att genomsyra samarbetet med föräldrarna. När pedagogerna tror på att förskolans verksamhet har betydelse för barnen och lyckas förmedla detta har de stora möjligheter att få föräldrarnas förtroende och respekt.

Förskolans samarbete fungerar olika på olika förskolor. Tidigare forskning visar är att kvinnor oftare är delaktiga än män. Klasskillnader är också avgörande för hur mycket vårdnadshavarna engagerar sig i barnens förskola. Likaså etnicitet kan påverka, givetvis genom olika kulturers förståelse för förskola samt kommunikativa utmaningar mellan pedagoger och vårdnadshavare (Sandell & Nyrén 2014, s. 240).

## 5. TEORETISKT PERSPEKTIV

I detta kapitel presenteras det sociokulturella perspektivet i relation till mötet mellan individer och kontexter. Det sociokulturella perspektivet används i denna undersökning för att förklara hur individer och grupper påverkar varandra i olika sammanhang. I detta perspektiv ses aktiviteter som ett möte mellan individer, som då formas, beroende på de kulturella och sociala erfarenheterna de har sedan tidigare. Vi finner teorin relevant till en undersökning om pedagogers förhållningssätt då barn interagerar med främst sin familj men även pedagoger och barn de möter i förskolan. Det är inom dessa grupper och kontexter som barns lärande sker. Barn är beroende av de vuxnas förhållningssätt gentemot den kunskap som de ska få möjlighet att inhämta.

En av många utgångspunkter för ett sociokulturellt perspektiv på lärande och det mänskliga tänkandet, men också i handlingar, är att man intresserar sig för hur människan som individ men också i grupp formar varandra och utnyttjar varandras resurser. Resurserna kan vara både i det kognitiva och i det fysiska. Fokuset i perspektivet är samspelet mellan oss som individer. Som verksamma pedagoger i förskolan har vi erfarenhet av hur barn lär genom lärarledda aktiviteter men även genom att imitera varandra och lära genom lek. Dessa lärande aktiviteter kopplar vi samman med det sociokulturella perspektivet. Säljö (2000, s. 18) menar att människan är en biologisk varelse med många fysiska och mentala resurser som är bestämda av den art vi tillhör och givna av naturen. Därför sker lärande kontinuerligt när vi är tillsammans i olika sammanhang.

### 5.1. Interaktion

Människor lär in praktisk och kognitiv kunskap genom att vara i *interaktion* med olika individer, i olika sammanhang och genom olika aktiviteter. Om förskolan erbjuder varierade rörelseaktiviteter så får barnen utmana sig själva i det praktiska men också i sitt tänkande. Säljö (2000, s. 18) beskriver att det sociokulturella perspektivet handlar om hur individer och grupper samspelar i olika sammanhang och på så sätt tillägnar sig fysiska och kognitiva resurser. Forsell (2005, s. 121) belyser att det är genom interaktion med andra som barnet tar till sig det sätt att tänka och agera på som fungerar i samhället. Fokuset i det sociokulturella perspektivet handlar om vad människor lär sig i olika sammanhang.

Lärandet har en viktig roll i vår kultur och är knuten till våra egna föreställningar om social och ekonomisk utveckling som kan förbättra våra levnadsvillkor. Lärandet i det sociokulturella perspektivet handlar inte bara om hur mycket vi lär oss eller vad vi lär oss utan på vilket sätt vi lär oss. Osnes, Skaug och Eid Kaarby (2012, s. 17) anser att barn ska betraktas som meningsskapande och aktiva, med en förmåga till utveckling och lärande. Vidare menar de att i den dagliga samvaron med andra, såväl vuxna som andra barn, utvecklar de en mening för det sociala umgänget. Barn som får möjlighet att öva sig i sin rörelseutveckling och finna nya kunskaper kan därmed bygga förmågor som de har nytta av i sitt fortsatta kunskapssökande och möjlighet att lära ut sin kunskap till andra individer. Säljö (2000, s. 14) belyser att kunskap är beroende av vilka kulturella omständigheter vi lever i. Forsell (2005, s. 111) tydliggör Lev. S Vygotskijs synsätt som blivit välkänt inom förskolans ram. Författaren skriver att Vygotskij ansåg att det är genom kulturella och sociala erfarenheter som människan i samspel med andra formas som kommunicerande, tänkande och kännande varelse. Att barnet har förebilder som stöd runt omkring sig kan därmed ha stor betydelse när det gäller hälsofrämjande förståelse hos barnet själv. Förebilderna observerar och bekräftar barnets såväl känslomässiga som fysiska

upplevelser. Enligt Vygotskij är det av vikt att förebilderna agerar utifrån barnets utvecklingsnivå. Om förebilderna visar på något som barnet nästan kan så blir det en positiv upplevelse att själv försöka men barnet kan inte imitera något som är utanför barnets utvecklingsnivå (Vygotskij 1978, s. 88). En positiv attityd till rörelse skapar förutsättningar att påverka barn till en mer hälsosam livsstil. Grindberg och Langlo Jagtøien (2000, ss. 121–123) beskriver att man i förskolan kan arbeta med attitydmål kopplat till rörelse. Då är barnens upplevelse det centrala eftersom attityder oftast inte är teoretiskt grundade utan kopplas samman med känslor. Om barnen upplever rörelsepassen och lekarna tillsammans med andra barn i förskolan som något positivt skapar de en positiv attityd till fenomenen rörelse och social samvaro. Stier (2004, ss. 129–131) belyser att attityder hjälper människor att skilja sig från andra men också att tillhöra vissa grupperingar. Genom att pedagoger i förskolan arbetar målmedvetet för att stärka barns positiva attityder till rörelse så kommer det på sikt att ge bättre förutsättningar för social hållbar utveckling. I Skolverkets allmänna råd för kvalitet i förskolan (2016) belyses personalens betydelse över att vara en förebild. Råden belyser att dokumentera och reflektera över sin betydelse som en god förebild för barnen genom hur man agerar och förhåller sig i de vardagliga situationerna.

## 5.2. Socialisation

*Socialisation* innebär i det sociokulturella perspektivet att språkliga verktyg förs vidare genom generationer. Det är genom att kommunicera och använda språket till varandra som blir länken mellan barnet och omgivningen. Forsell (2005, s. 119) belyser att språket har flera funktioner. Författaren menar att det uttalade riktas mot andra när vi kommunicerar, språket tjänar som länk mellan det som sägs och det som tänks och språket används som ett redskap för ett tänkande. Säljö (2000, s. 40–41) delar upp socialisationen i det *primära* och det *sekundära*. Primärgruppen för de barn som går på förskolan är familjen. Familjen har en viktig uppgift i barnets utveckling och hur barnet uppfattar och tolkar omvärlden. Säljö (2000, s. 40) påvisar att de flesta av livets viktigaste och grundläggande färdigheter förmedlas inom den primära gruppen. I denna grupp lär man sig språk, sociala samspel och insikt om hur man ska fungera i samhället. Allt detta lär sig barnet genom att kommunicera och observera sina föräldrar, syskon och nära vänner. Den sekundära socialisationen är den som sker i institutionaliserade miljöer. Förskolan och skolan är sådana miljöer. I en sådan miljö har barnet inte samma band till pedagogerna som till familjen. Pedagogerna har mindre kunskap om hur barnet fungerar utanför den pedagogiska situationen. Därav blir lärandet annorlunda. Om det då finns ett bra samarbete mellan pedagogerna och vårdnadshavarna kan dessa två världar mötas. Det handlar om en nyfikenhet och ett intresse över barnets olika världar så att man på sikt kan ge barnet de bästa förutsättningarna.

Säljö (2000, s. 41) beskriver det som Vygotskij tidigare belyst, att det man gör i aktiviteterna motiveras av att man ska lära sig något. Undervisningen, lärandet och utvecklingen har mål i sig. Vygotskij (1978, s. 90) belyser att barnets utveckling helt beror på i vilken kulturell situation de växer upp i. Det handlar om att barn måste lära tillsammans med andra för att utveckla en kunskap som de senare kan bemästra själva. Piaget var av en helt annan åsikt när det gäller utveckling och utbildning hos barnen. Han ansåg att barn i hela världen lär sig i ett visst mönster, i ett visst stadium och i ungefär samma ålder (Hwang & Nilsson 2011, s. 66). Utifrån Vygotskijs och Piagets teorier om barns utveckling kan pedagogerna, genom en samverkan mellan förskolan och vårdnadshavarna, ge barnet en personligare rörelsträning. Glappet mellan barnets faktiska kunskaper och den undervisning förskolan ger kan då minimeras.

### 5.3. Proximal utvecklingszon

Teorin om den *proximala* (närmaste) *utvecklingszonen* härstammar från pedagogen och visionären Lev Vygotskij. Forsell (2005, s. 122) skriver att Vygotskij menade att alla människor ständigt är på väg att hitta nya sätt att tänka och förstå världen som finns runt omkring. Utvecklingszonen definierade han som avståndet mellan vad man kan prestera ensam och vad man kan prestera med hjälp av stöd från andra. Säljö (2000, s. 120) beskriver att det som barnet har svårt att klara av på egen hand kan det ofta lösa genom att få handledning och stöttning av någon annan. På förskolan kan stöttningen i barnets rörelseutveckling komma från pedagogerna men också från kamrater. Vygotskij (1978, ss. 86 – 87) beskriver den proximala utvecklingszonen som ett första stadie till den faktiska utvecklingsnivån där barnet ”kan själv.” Barnet har vissa funktioner som skall utvecklas tillsammans med andra och Vygotskij jämför dessa funktioner med knoppar som ska slå ut.

Leif Strandberg har på senare tid beskrivit Vygotskij synsätt om den proximala utvecklingszonen och lärandet i flera böcker. I boken *Vygotskij, barnen och jag – pedagogisk inspiration*, belyser Strandberg, för att barnet ska utmanas till nya kunskaper behövs aktiva lärare som visar och har till avsikt att lära barnet nya kunskaper. Vidare beskriver Strandberg att det handlar om för läraren att välkomna barnet till en plats som just för tillfället är en plats som barnet kan skymta (Strandberg 2014, s. 66). Aktiviteterna på förskolan ska pedagogerna planera utifrån vad barnet är motiverat för och var barnet befinner sig i sin utveckling. Därför är det av stor vikt att det finns ett bra samarbete mellan vårdnadshavare och pedagoger. Barnet kanske känner sig tryggare hemma och klarar andra utmaningar än det gör i förskolan. Utmaningarna ska sedan utformas på en nivå som ligger aningen lite över den nivå som barnet befinner sig i. Körling (2011, s. 46) belyser att det gäller för pedagogerna att förstå barnets intentioner, se rätt och vara nyfiken på att barnet befinner sig i ett nytt lärande som kan bli möjligt.

Säljö (2000, ss. 119–125) beskriver Vygotskij teori om just utvecklingszoner som tre stadier som individen i olika stadier befinner sig i. Det första stadiet är då individen lärt sig saker från tidigare erfarenheter, det andra stadiet är just den proximala, då individer bygger på sin kunskap med hjälp av andra i omgivningen som behärskar det barnet kan skymta och det tredje stadiet är det som individen har kunskap i och som utvecklas i sociala interaktioner. I relation till vår undersökning ser vi samband mellan den sociala utvecklingsteorin och förskolan som kunskapsbärare. Genom den teoretiska kunskap som pedagoger har om barns utveckling och lärande kan de tillsammans med vårdnadshavarnas praktiska kunskap om barnen erbjuda individanpassade utvecklingsmöjligheter. Förskolan är miljömässigt en plats som, vi anser, står för de begrepp vi har belyst, interaktion, socialisation och den proximala utvecklingszonen. Barn i förskolan lär tillsammans med pedagoger och i samspel med varandra. Förskolans mål riktar sig inte till det enskilda barnets lärande utan till förskolans arbetssätt och kvalitetsutveckling (Lpfö 98 rev. 2016, s. 8). Därför kommer vi att använda den sociala utvecklingsteorin för att belysa det förhållningssätt till rörelseträning och föräldrasamverkan som finns inom förskolan.

## 6. METOD

I metodkapitlet lyfts valet av den kvantitativa metoden i undersökningen samt tillvägagångssätt när det gäller etiska överväganden vid kvantitativa undersökningar. Vidare beskrivs tillvägagångssätt för att stärka undersökningens reliabilitet och validitet. Avsnittet avslutas med undersökningens genomförande och resultatanalys.

### 6.1. Kvantitativ metod

Trost och Hultåker (2016, ss. 22–23) menar att i den kvantitativa undersökningen använder man sig av statistiska och kvantifierbara resultat. Vidare skriver författarna att utgångspunkten i de kvantitativa undersökningarna är att det finns ett fenomen som man på olika sätt försöker få information om till skillnad från den kvalitativa då man försöker finna en djupare förståelse i det man undersöker. I vår undersökning vill vi undersöka pedagogers förhållningssätt till rörelseträning ur ett socialt hållbart perspektiv. En enkät kan användas när man vill samla information om ett fenomen som förekommer. Björkdahl Ordell (2007, s. 82) kallar detta för att byta språk. Då man går från det verbala till det numeriska.

#### 6.1.1. Kvantitativ metod i vår undersökning

Vi har valt att använda oss av den kvantitativa metoden i vår undersökning i form av enkät. Det innebär att med hjälp av statistiska beräkningar ska vi kunna dra en slutsats av resultatet av undersökningen. Björkdahl Ordell (2014, s. 85) beskriver att enkät som redskap är intressant när man vill undersöka folks attityder till olika företeelser. Vidare anser hon att styrkan i en enkät är att man når många personer på kort tid. Enligt Trost och Hultåker (2016, s. 11) mäter man människors åsikter, beteende och känslor med hjälp av ett enkätformulär. Björkdahl Ordell (2007, s. 84) menar att ett frågeformulär, som enkät är, inte är så intressant förrän det kopplas ihop med syftet och frågeställningarna i undersökningen. I en enkätundersökning är det val av frågor som måste motivera respondenterna att svara.

Vi har diskuterat intervju som ett redskap till undersökningen, och kommit fram till att det skulle vara alldeles för tidskrävande att intervjua tillräckligt många för att få hög reliabilitet och svar på syftet med undersökningen. Vi strävar inte efter att pedagoger med intresse av rörelse i förskolan besvarar frågor utan att de verksamma i förskolan svarar generellt. Genom en intervju ser vi även svårigheter med att ställa rätt frågor som inte är ledande för respondenten. Kihlström (2007, s. 53) menar att som intervjuare kan det vara svårt att vara neutral i sina funderingar och hålla tillbaka dem, speciellt när du tycker att det valda ämnet är intressant.

### 6.2. Urval

Vi har valt en urvalsmetod som kallas klusterurval (Ejlertsson 1996, s. 19), vilket innebär att man riktar sig till en specifik grupp. Vårt urval är pedagoger som är verksamma i förskolan. De har kunskaper och erfarenhet av arbetet kring hälsa och rörelse genom sitt uppdrag utifrån strävansmål och riktlinjer i styrdokument. Trost och Hultåker (2016, s. 29) anser att man ska få ett urval av människor som i bestämda avseenden är representativt för populationen. Förskolorna som vi valt ut ligger i två kommuner i samma län. Sammanlagt skickades enkäten ut till 130 personer verksamma i förskolan.

## **6.3. Genomförande**

### **6.3.1. Etik**

Forskning är en viktig del för en vidareutveckling för oss som människor men också hela samhället. När man forskar är det av vikt att hålla sig till en god forskningssed. Under bara de senaste fem åren har dock uppfattning om vad god forskningssed är blivit mer allmän och med bredare uppfattningar. Det forskningsetiska rummet innehåller flera aspekter. För oss har riktlinjer som ärlighet, tillförlitlighet, objektivitet samt att värna om våra deltagare haft stor betydelse i vår undersökning (Vetenskapsrådet 2017 s. 69). I vår undersökning har vi informerat deltagarna om syftet med vår undersökning så att de kan samtycka till deltagande (vetenskapsrådet 2017, s. 31). Genom ett missivbrev (Bilaga 1) informerade vi deltagarna om vad ett deltagande innebär, som att undersökningen görs anonymt och att de deltar genom att fylla i en enkät. Vi valde ett tillvägagångssätt där vi inte hade någon kontakt med respondenterna utifrån begreppet objektivitet. Ett ställningstagande som gjordes för att höja anonymiteten bland deltagarna då vi inte möter dem fysiskt. Moteffekten blir att även vi forskare blir anonyma för dem. För att höja tillförlitligheten hos respondenterna till vår undersökning kunde vi upplevts mer ärliga och tillförlitliga om vi hade presenterat oss fysiskt. Vi har istället valt att kontakta varsin rektor som vidarebefordrar enkätlänken till sina anställda. Då vi har presenterat oss inför rektorerna fick de bli markörer för vår tillförlitlighet eftersom de kände förtroende för oss och förmedlade enkäterna. Missivbrevet innehöll syftet med vår undersökning samt kontaktuppgifter till oss samt vår handledare om någon efterfrågade ytterligare information. Vidare informerade vi om att deltagandet i undersökningen är frivillig och att de när som helst i besvarandet av enkäten kan avbryta sin medverkan. Då enkäterna är anonyma och görs via ett webbformulär kan respondenten inte avbryta en inskickad enkät. Detta är ett ställningstagande vi har diskuterat. Om vi inte hade använt anonyma enkäter hade respondenterna kunnat avbryta när som helst. Detta kan dock bli ett problem för oss forskare om vi sammanställt ett resultat och behöver korrigera i detta. Vi anser därför att en maximerad tid för att avbryta en undersökning är att föredra.

Vi hanterar vårt forskningsmaterial konfidentiellt, vilket innebär att det material som samlats in i undersökningen endast används av oss och för ändamålet (Vetenskapsrådet 2017, s. 40). Vi anser att det är ett viktigt ställningstagande att avsluta undersökningen. Eftersom vi informerat om enkätens svarslängd stänger vi ner webbenkäten efter sista datum för besvarande. Detta gör vi för att hålla trovärdigheten i den information deltagarna fått. När vi har redovisat resultatet av vår undersökning stänger vi ner webbenkäten och raderar all information som finns där. Då har vi säkerställt att materialet hanteras konfidentiellt så att ingen kan komma åt materialet och använda det i annat syfte.

### **6.3.2. Reliabilitet och validitet**

Reliabilitet innebär trovärdighet över resultatet. I vår enkätundersökning innebär detta att mätningarna är korrekt gjorda vilket vi använder ett webbformulärverktyg för att säkerställa. Vi tog del av andras upplägg av enkätfrågor gällande hälsa och rörelse i förskolan och arbetade fram nya frågeställningar som är tydligt kopplade till undersökningens syfte och undersökningens frågeställningar. Kihlström (2014, s. 231) anser att redskapet bör vara utprovat inför den tänkta undersökningen. Vi valde ut två personer att diskutera våra frågeställningar med. En med goda kunskaper om utformning av enkätfrågor. Den andra har erfarenhet av förskolans arbete och mål. I vår undersökning var det sedan handledaren som godkände vårt enkätformulär. För att säkerställa den samtidiga validiteten kan man dela ut enkäten till några

respondenter ur tilltänkt målgrupp för att få en uppfattning om hur frågorna tolkas (Patel & Davidson 1994, s. 48). I vårt fall delade vi ut enkäten till verksamma i förskolan, som fick provtesta enkäten. Dessa enkäter och personer är inte med i undersökningen. Vi anser att vi har gått tillväga ändamålsenligt för vårt forskaruppdrag. Vår erfarenhet säger att färdigställande av frågor behöver få ta lång tid så att man hinner diskutera, omformulera och diskutera igen i relation till undersökningens syfte. Vi har tagit god tid på oss samtidigt är vi medvetna om att vi då befann oss i en situation där enkäterna behövde nå ut till respondenterna för att vi skulle få tid att analysera resultatet. Detta medförde att enkäten innehåller två likande frågor under två olika rubriker.

För att höja reliabiliteten ytterligare är det viktigt att den tillfrågade populationen består av den tilltänkta målgruppen. Bortfallet ska helst inte överstiga 50% (Ejlertsson 1996, s. 86). Stukát menar dock att det inte finns några regler, utifrån procentsats, om vad som kan sägas vara ett pålitligt bortfall. Man behöver istället se till varje undersökning och varför vissa problem uppstår (Stukát 1993, s. 68). I vår undersökning är målgruppen pedagoger som arbetar i barngrupp på förskola. Vi har lämnat ut enkäter till 130 deltagare vilket vi anser är tillräckligt många utifrån forskningsnivån på vår undersökning. Vi beräknade ett visst bortfall men hoppades på högre svarsfrekvens än 50% för att kunna påvisa ett reliabelt resultat. För att höja svarsfrekvensen skickade vi ut ett påminnelsebrev (bilaga 2) efter en vecka.

Av de 130 respondenter som fick förfrågan om att delta fick vi svar från 52 respondenter, vilket är en svarsfrekvens på 40%. Vid en närmare granskning av materialet uppmärksammade vi att tre respondenter valt att inte slutföra enkäten. De hade svarat på bakgrundsfrågorna. Då detta inte påverkade resultatet valde vi att ta bort de enkäterna för analys. Det interna bortfallet medför att vi totalt hade en svarsfrekvens på 38%. Vilket vi ändå kunde se som ett tillförlitligt resultat för denna undersökning.

### **6.3.3. Utformning av enkäten**

Utformningen av enkäten (bilaga 3) är kopplade till bakgrunds- och teorikapitel för att besvara undersökningens syfte och frågeställningar. Enkäten är gjord på webbprogrammet webbenkater.com. Valet av webbprogram gjordes dels för att studenter på Högskolan i Borås kan använda programmets analysverktyg kostnadsfritt. Vi ser det främst som en kvalitetssäkring att Borås Högskola har godkänt det som webbverktyg. Dels kräver programmet inte att respondenterna är medlemmar av programmet eller att vi skulle maila ut olika enkätlänkar till respondenterna. Enkätformuläret följde med genom en länk i vårt missivbrev.

Konstruktionen av enkätens utformning har diskuterats mellan oss som undersöker och vår handledare. Hjalmarsson (2015, s. 158) belyser att det är av vikt att frågorna diskuteras och ställs utifrån undersökningens syfte, då det stärker undersökningens validitet. Vi utformade varje frågeställning i relation till undersökningens syfte. Innan vi delade ut enkäten till respondenterna använde vi oss av en pilotundersökning, där två personer fick ge feedback på undersökningens frågeställningar i enkäten. Vi fick på så sätt en förståelse på hur frågeställningarna uppfattades av andra. Utifrån pilotgruppens uppfattningar var frågeställningarna tillfredställande i relation till syftet med undersökningen och därför behövdes inget ändras i den. Enkäten är uppbyggd med mestadels slutna frågor med fastställda svarsalternativ. Hjalmarsson (2015, s. 159) anser att det tydligt måste framgå för respondenterna vad som skiljer de olika svarsalternativen åt. Därför menar hon att svarsalternativen inte ska vara för många och att frågorna är välformulerade. Vi har använt oss av högst fem svarsalternativ i en lodrätt uppställning på svarsalternativen då vi anser att det ger tydlighet genom att lättare särskilja svarsalternativen åt. Vid ett par frågeställningar gällande

samverkan förskola – hem, var det svårt för oss att ge tillräckliga alternativ. Vi valde då öppna frågor där respondenterna skriver in sitt svar. I enkäten är frågorna tydligt konstruerade utifrån fyra delområden, bakgrundsfrågor, förskolans arbete med rörelse, förskola – hem samt rörelse kopplat till social hållbarhet. Detta höjer validiteten då frågornas fokus blir tydligt exponerad för deltagarna. Dels för att leda in respondenterna på vad vi frågar om samt följa samma struktur för framtida läsare av resultatredovisningen.

#### **6.3.4. Utskick**

Det färdigställda missivbrevet med en länk till enkäten mailades ut till två förskolechefer för att vidarebefordra till deras 130 anställda, den 28 februari. Förskolecheferna hade tidigare blivit informerade om undersökningens syfte och fått förfrågan av oss om de kunde hjälpa oss med utskicken. Efter en vecka mailade vi ut en påminnelse som vidarebefordrades till respondenterna om att delta i undersökningen. Trost och Hultåker (2016, s. 117) anser att man måste fundera på hur ofta och i vilken omfattning man ska gå ut med påminnelser om medverkan i enkäten. Eftersom förskolecheferna var vår mellanhand ville vi inte riskera förtroendet mellan oss. Därför valde vi att påminna endast en gång under det att undersökningen pågick. Eftersom vår enkät är anonym och vi inte ser vilka som besvarat den går påminnelsen ut till alla dem som fick enkäter till sig (Hjalmarsson 2015, s. 164). Enkäten var ute i två veckor för respons från deltagarna. Detta val gjordes av vår egna erfarenhet då vi anser att det är lätt att glömma bort en medverkan om sista datumet är långt fram.

#### **6.4. Analys/bearbetning**

I programmet webbenkater.com som vi använt har vi fått en sammanställning av respondenternas svar utifrån de olika frågorna. Dessa använder vi i vår analys. Svaren på de öppna frågorna har vi sammanställt. Vi hade en tanke om att skilja på resultat mellan de olika yrkesgrupperna men då det är mestadels förskollärare som responderat blir procentsatserna missvisande mellan yrkesgrupperna. Därför väljer vi att redovisa alla yrkesgrupper tillsammans som pedagoger.

### **7. RESULTAT**

I resultatkapitlet redovisas resultatet av de 49 färdigt ifyllda enkäter vi fått in. Respondenternas yrkeskategori är fördelat på 30 förskollärare, 14 barnskötare samt 5 med annan utbildning. Det är jämt fördelat mellan vilka åldersgrupper respondenterna arbetar med.

Vi redovisar enkätens nästkommande tre delar var för sig under ett eget kapitel. Första delen är förskolans arbete med rörelse där vi redovisar pedagogernas upplevelse av barnens faktiska rörelsetid i diagram, vikten av förebilder i text samt vilka faktorer pedagogerna tar hänsyn till vid planering av rörelseaktiviteter i en tabell. Den andra delen är samarbete förskola och hem. Vi har redovisat resultatet i text förutom fråga 6, ”Har ni gett vårdnadshavarna möjlighet till att berätta om deras förväntningar kring hur förskolan ska arbeta med rörelseaktiviteter” som redovisas i diagramform. I den avslutande delen, Rörelse ur perspektivet social hållbarhet, redovisar vi fråga 10 och 12 i texten. Dessa handlar om hur viktigt det är för pedagogerna att förskolan erbjuder rörelseaktiviteter samt om de uppfattar barngruppen positiva till rörelseträning. Fråga 11, ”I vilken utsträckning anser du att förskolan arbetar för att barnen ska förstå och bli medvetna om vikten av en god fysisk hälsa” samt fråga 13, ”I vilken utsträckning

anser du att den rörelseträning som förskolan erbjuder barnen kan påverka deras framtid ur ett socialt hållbart perspektiv”, redovisas i diagramform. Inom de frågeställningar där respondenterna är eniga beskriver vi resultatet med text. Redovisning av resultat där respondenternas svar skiljer sig görs genom tabeller och diagram för att tydliggöra resultatet.

## 7.1. Förskolans arbete med rörelse

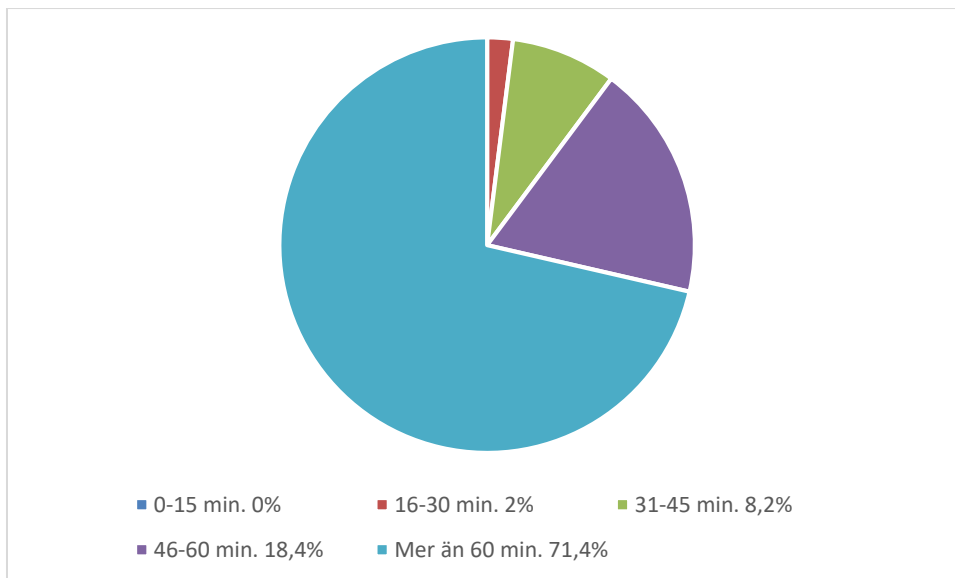


Diagram 1, Hur mycket tid i genomsnitt, en vanlig dag, uppfattar pedagogerna att barnen ägnar sig åt rörelseaktiviteter som rörelsesånger, skogspromenader, utelek eller rörelselek som "miniröris"?

Diagrammet visar att förskolans pedagoger till största del, 71,4%, anser att barnen får den mängd rörelseträning av 60 minuter som rekommenderas av folkhälsomyndigheten och WHO. På frågan om andra barn och vuxna är viktiga som förebilder för barns motoriska utveckling svarar alla respondenter att det är viktigt/mycket viktigt. I följande tabell visas vad pedagogerna anser vara viktiga faktorer att beakta vid planering av rörelseaktiviteter.

Faktorer som påverkar planering för rörelseaktiviteter	1	2	3	4
Barnen ska få en bra grundhälsa		4,26	42,55	53,19
Barnen ska få en bra grundmotorik			36,17	63,83
Barnen ska få uppleva och värna om naturen		6,38	38,3	55,32
Barnen ska få träna självkänsla och socialt samspel		6,38	25,53	68,09
Barnen ska få bättre förutsättningar att senare lära in teoretiska ämnen	2,17	17,39	45,65	34,78
Barnen ska ha roligt			17,02	82,98

Tabell 1, Faktorer som påverkar planering för rörelseaktiviteter.

Sifferkolumnerna anger procenttalet av hur viktiga dessa faktorer är för pedagogerna när de planerar rörelseaktiviteter. 1 står för "inte viktigt", 2 "lite viktigt", 3 "viktigt" samt 4 "mycket viktigt".

Tabellen anger de faktorer som kan ha betydelse vid pedagogers planering av rörelseaktiviteter. Resultatet visar att pedagogerna tar hänsyn till alla faktorer i sin planering och anser att det är viktigt. Den faktor som avviker något genom att ha svar på kolumn 1 samt högt på kolumn 2,

är ”barnen ska få bättre förutsättningar att senare lära in teoretiska ämnen”. Den procentuella skillnaden är mindre mellan de andra faktorerna. Viktigast för pedagogerna är att barnen ska ha roligt.

Ovanstående resultat visar på en medvetenhet bland pedagoger i sin planering för rörelseaktiviteter. De anser att rörelse ska vara roligt, mängden rörelse är viktigt samt att rörelseträning ger barnen bättre förutsättningar till grundhälsa, motorik, självkänsla och socialt samspel. Pedagogerna anser också att rörelseaktiviteter kan kopplas samman med naturupplevelser. Även om pedagogerna i hög utsträckning tänker att rörelseträning kan ge bättre förutsättningar att klara skolprestationer är det den faktorn som har högst procenttal i kolumnerna ”inte viktigt” och ”lite viktigt”.

## 7.2. Samarbete förskola och hem

Resultatet visar att pedagogerna i de flesta fall, 87,8%, dokumenterar rörelseaktiviteter som vårdnadshavarna kan ta del av. Resterande 12,2% har svarat ”nej/vet ej”. Detta resultat belyser att man antingen inte dokumenterar eller att vårdnadshavarna inte kan ta del av dokumentationen. Vi använde oss av en öppen fråga för att ta del av hur vårdnadshavarna kan vara delaktiga i utvärderingen av de planerade rörelseaktiviteterna. 34 av respondenterna valde att besvara denna fråga. 15 av dessa svarade genom pedagogisk dokumentation/dokumentation. 10 respondenter uppgav ”den dagliga kontakten”, utvecklingssamtal, samt skolplattformen V-klass där man dokumenterar och kommunicerar med vårdnadshavarna. Andra svarsalternativ respondenterna gav var att vårdnadshavarna är välkomna att besöka förskolan. Samarbete kan också ske genom att pedagoger och barn informerar och vidareutvecklar dokumentationen, så vårdnadshavarna kan ge förslag på aktiviteter. Vårdnadshavarna kan, enligt pedagogerna, besvara enkäter och förskolan kan i sin tur offentliggöra planering och utvärderingar för vårdnadshavarna.

På frågan om pedagogerna har gett vårdnadshavarna möjlighet att berätta om sina förväntningar kring hur förskolan ska arbeta med rörelseaktiviteter skiljer sig resultatet jämnt mellan svarsalternativen.

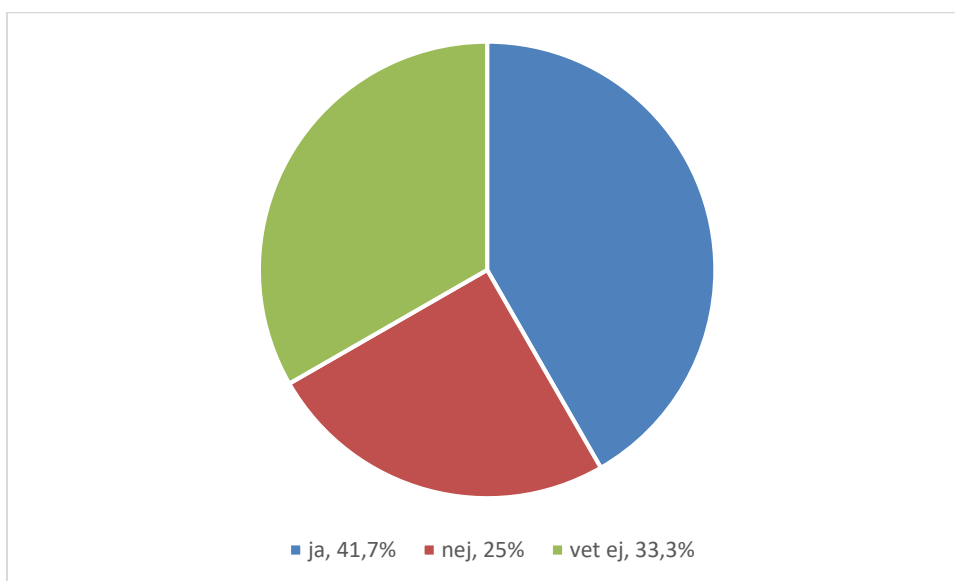


Diagram 2, Pedagogernas uppfattning om huruvida de gett vårdnadshavarna möjlighet att berätta om sina förväntningar på hur förskolan ska arbeta med rörelseaktiviteter.

Vi frågade vidare bland de som svarat ja, var dessa möten sker. 22 respondenter valde att besvara denna fråga. 14 respondenter svarade genom utvecklingssamtal. Andra vanligt förekommande mötesplatser, som mer än hälften nämnt, var den dagliga kontakten, föräldramöten samt vid inskolning. Andra mötesplatser som redovisades var förväntansdokument, genom att förskolan har uteprofilering, skol/föräldraråd, om barnet har motoriska svårigheter samt att vårdnadshavarna när som helst kan komma med synpunkter.

Resultatet visar på att 41,7% av pedagogerna verkar ha en tvåvägskommunikation med vårdnadshavarna då det finns flera dokumentationsformer för vårdnadshavare att ta del av när det gäller rörelseträning på de förskolorna. 25% av pedagogerna har inte den kommunikationen med vårdnadshavarna och 33,3% vet inte om de har en kommunikation.

### 7.3. Rörelse ur perspektivet social hållbarhet

Följande diagram visar i vilken utsträckning pedagogerna anser att förskolan arbetar för att barnen ska förstå och bli medvetna om vikten av en god fysisk hälsa.

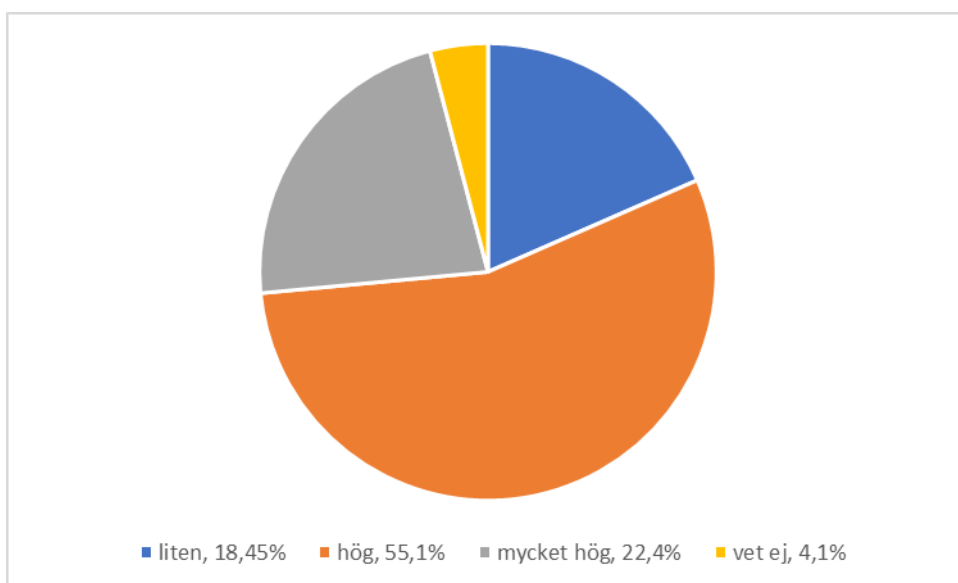


Diagram 3, I vilken utsträckning pedagoger anser att förskolan arbetar för att barn skall förstå och bli medvetna om vikten av en god fysisk hälsa.

77,5% av respondenterna har tillsammans svarat alternativen i hög/mycket hög utsträckning. 18,45% har svarat i liten utsträckning och 4,1% av respondenterna har inte gett någon uppfattning genom att svara ”vet ej”.

Vi frågade också i vilken utsträckning pedagogerna anser att den rörelseträning barnen får ta del av i förskolan är en del av social hållbarhet och kan påverka barnens framtid genom att exempelvis minska hälsorelaterade sjukdomar.

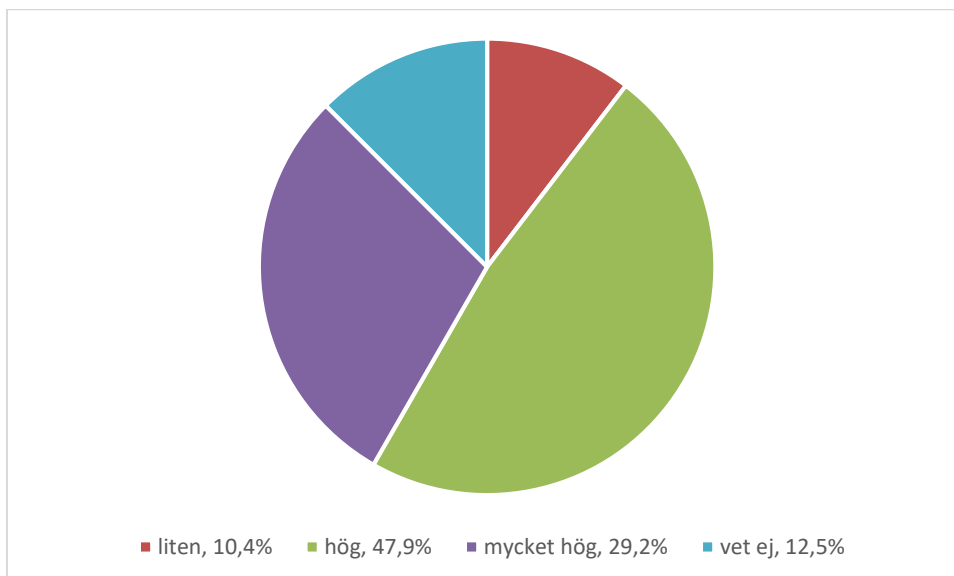


Diagram 4, I vilken utsträckning anser pedagogerna att den rörelseträning som förskolan erbjuder barnen kan påverka deras framtid ur ett socialt hållbart perspektiv.

Resultatet visar att pedagogerna i hög/mycket hög utsträckning, 77,1%, anser att den verksamhet de erbjuder barnen kan påverka deras framtida hälsoliv som vuxna. 10,4% anser att förskolans arbete till liten del kan påverka barnens framtid. 12,5% har uppgett svarsalternativet ”vet ej”.

## 8. DISKUSSION

I detta kapitel diskuterar vi resultatet som framkommit i vår undersökning i relation till tidigare forskning samt den sociokulturella teorin. Först diskuterar vi respondenternas svar om förskolans arbete med rörelse samt faktorer som påverkas av rörelseträning. Vidare diskuterar vi samarbetet mellan förskola och vårdnadshavarna där respondenterna besvarat vilka samarbetsformer omkring barnets rörelseutveckling som finns. Vi avslutat kapitlet med att diskutera vilka hälsofrämjande insatser pedagoger upplever att förskolan arbetar med ur perspektivet social hållbarhet.

### 8.1. Förskolans arbete med rörelse

Inom det sociokulturella perspektivet är interaktionen avgörande för inläring (Säljö 2000, s. 18). De förutsättningar planerade aktiviteter ger och de förebilder barn har i den proximala utvecklingszonen är avgörande för deras inläring (Strandberg 2014, s. 66). Det positiva resultatet i vår undersökning som visar att vuxna framhåller vikten av förebilder, att pedagogerna uppfattar det som viktigt att de delger barnen rörelseaktiviteter och att barnen uppfattas som positiva till rörelseträning, anser vi, visar på en målmedveten vilja och positiv uppfattning bland pedagoger att barn rör på sig. Det utmärker vårt syfte; att undersöka pedagogers förhållningssätt till rörelseträning ur ett socialt hållbart perspektiv. Vår tolkning är att pedagogerna har en medveten tanke med rörelseträning och är måna om att barnen ska

uppfatta rörelse och hälsa som något positivt, då de lyfter in flera faktorer i rörelsepassen. Vi menar att när pedagogerna delger barnen flera infallsvinklar på rörelseträning så finns det i större grad något som intresserar alla.

Resultatet i vår undersökning visar tydligt att pedagogerna har en medveten uppfattning om barns behov av rörelse och hur rörelsepass kan påverka deras hälsa. Resultatet över hur mycket tid som förskolan erbjuder barnen för att röra på sig är mestadels positivt med mer än 60 minuter per dag. För att tolka detta resultat behöver vi ha i åtanke att genom vår metod, var det pedagogernas uppfattning vi har undersökt, inte den faktiska tiden barnen rör sig. Vi har tidigare belyst att hälften av barn i amerikanska förskolor får inte möjlighet till rörelseaktivitet 60 minuter per dag vilket är ett problem för deras hälsa. Tidigare forskning visar också att barn rör sig mer utomhus men vårdnadshavare och pedagoger har olika uppfattning om huruvida barnen kan leka utomhus beroende på kläder och hälsotillstånd (Jayasuriya et al. 2016, ss. 1004–1017). Därmed kan vi inte med säkerhet fastställa att barn i den svenska förskolan faktiskt rör sig 60 minuter per dag.

Pedagogernas uppfattning om förebilder som viktiga/mycket viktiga för barns inläring tolkar vi som att de är aktiva ledare i barngruppen. Därmed tror vi att de kan uppskatta barnets rörelsetid med mer säkerhet än om de inte är interagerande förebilder. Vygotskijs ansats var att närvarande förebilder observerar och bekräftar barnet i sin utvecklingsprocess (Forsell 2005, 111; Vygotskij 1978, s.88) För att säkerställa vår uppfattning, att det är så den pedagogiska verksamheten fungerar på förskolorna hade vi behövt utöka vår metod med observationer.

Vi har beskrivit och redovisat sex faktorer som kan påverkas av barns möjligheter till rörelse. Dessa faktorer är grundhälsa, grundmotoriska färdigheter, uppleva/värna om naturen, självkänsla/socialt samspel, koncentrationsförmåga samt glädje över rörelselekar. Pedagogerna anser att det är minst viktigt att barnen ska få bättre förutsättningar att senare lära in teoretiska ämnen. När vi relaterar detta resultat till tidigare forskning är denna faktor den mest omdiskuterade och kanske svårast att nå ett tydligt forskningsresultat inom. Vi har tidigare hänvisat denna faktor till forskning med observationer som metod, där resultatet visade att barn som får motorisk träning också visar framsteg inom teoretiska ämnen (Ericsson 2005, ss. 24–28; Grindberg & Langlo Jagtøien 2000, s. 59). Likväl har vi hänvisat till forskning som bevisar motsatsen, att det inte är motorikträningen i sig utan det faktum att barnen får mer uppmärksamhet som gör att de klarar teoretiska ämnen bättre (Svensson 2010, s. 165). Utifrån denna kunskap är det lättare att förstå och tolka vårt resultat. Tidigare forskning har inte kunnat säkerställa den positiva påverkan som rörelseträning har för teoretisk inläring vilket vi anser kan förklara varför pedagoger ser denna faktor som mindre viktig i sin planering. En annan förklaring kan vara att pedagogerna upplever att det är för långt mellanrum mellan den rörelseträning de delger barnen i dag och vad som kommer hända med barnens inläring senare, exempelvis när de börjar skolan.

Vår tolkning är att när förskolorna kvalitetssäkrar arbetet med social hållbarhet genom didaktiska frågeställningar om vad, hur och varför man delger barnen rörelseträning arbetar pedagogerna långsiktigt. Utifrån diskussioner där syfte, arbetsmetod och utvärderingsformer diskuteras och förankras i verksamheten kan medvetenheten om rörelse ur ett socialt hållbart perspektiv ökas hos alla pedagoger. Vi menar att detta är viktigt för alla pedagoger att beakta då remissen på ny läroplan 2018 förespråkar högre krav på det pedagogiska arbetet för bättre hälsa samt mer interaktion mellan förskola och hem (Skolverket 2018, ss. 6, 14–15).

## 8.2. Samarbete förskola och hem

I vårt resultat av samverkan mellan förskola och hem redovisas att pedagogerna använder de olika metoder för föräldrasamverkan som Jonsdottir och Nyberg nämnt, det vill säga tamburkontakt, utvecklingssamtal och utvärderingar (Jonsdottir & Nyberg 2014, ss. 60, 69–71). Utöver dessa redovisar pedagogerna att de använder dokumentation och skolplattformen V-klass för dialog med vårdnadshavarna. Någon respondent uppger att hen vill göra planering och utvärderingsdokument mer synligt för vårdnadshavarna. Då ökar möjligheten för vårdnadshavarna att vara delaktiga. Vi tolkar detta resultat som att pedagoger har goda möjligheter att skapa dialog och samarbete mellan förskola och hem. Vygotskij belyser att varje barns utveckling beror på den kulturella socialisation det växer upp i (Vygotskij 1978, s. 90). Därför anser vi att det är av stor vikt att bredda möjligheterna för barn att utvecklas genom att socialisationsgrupperna möter varandra och tar del av varandras erfarenheter om just det specifika barnet.

58,3% av respondenterna anger att de inte ger möjligheten eller inte vet om de har gett vårdnadshavarna möjligheten. Vår tolkning är att det råder en osäkerhet bland pedagogerna, där samverkan mellan förskola och hem behöver utvecklas på flera förskolor. Ett kvalitetsinriktat grundarbete kan utföras i direkt koppling till Läroplanens kapitel 2.4 Förskola och hem. I detta kapitel finns föreskrifter för både förskollärares ansvar och arbetslagets ansvar att ge vårdnadshavare möjlighet till delaktighet och beakta deras åsikter (Lpfö 98 rev. 2016, s. 13). När det gäller hälsa och rörelse är det viktigt för barnens lärande och utveckling. Vi hänvisar till artikeln ”Do Children’s Health Resources Differ According to Preschool Physical Activity Programmes and Parental Behaviour?” (Sterdt et al. 2014, ss. 2407–2426) där forskarna redovisar att barn som blir uppmuntrade presterar bättre och barn som presterar bra blir mer uppmuntrade. Likväl visar deras forskning att förskolor som arbetar med fysisk hälsa har mer harmoniska barn som löser konflikter själva (Sterdt et al. 2014, ss. 2407–2426). Med detta som bakgrund, tänker vi, att pedagoger och vårdnadshavare kan få intressanta diskussioner om de väljer att diskutera ämnet.

Enligt den sociokulturella teorin och begreppet socialisation kan barnets primära och sekundära socialisationsgrupper mötas för att tillsammans skapa en helhetsbild av vad barnet kan hemma samt i förskolan och därmed skapas förutsättningar för vad förskolan kan bidra med (Säljö 2000, ss. 40–41). Respondenternas svar visar på goda förutsättningar att skapa samarbete med hemmen genom samtal och dokumentationen som utförs på förskolorna. När vi ser till helheten av vår undersökning tolkar vi resultatet som att dessa kanaler i många fall används som envägskommunikation med information riktad till vårdnadshavarna. Vårt resultat blir då en upprepning av det resultat Jayasuria et al. (2016, ss. 1004 – 1017) kom fram till, att kommunikationen finns men behöver utvecklas då det ofta handlar om envägskommunikation. Med stöd av den sociokulturella teorin framhåller vi att det är i interaktion mellan individer vi lär oss (Forsell 2005, s. 111) och lärandet inom förskolan sker både mellan barn och vuxna samt mellan vuxna om barnens möjligheter till utveckling och lärande. Vi hänvisar till Niss och Söderström (2015, s. 68) som lyfter vikten av att pedagoger är medvetna om sin yrkesroll och varför barnen vistas i förskolan, vilket utgör grunden för gott samarbete mellan förskola och hem. Vi kopplar resultatet av pedagogernas envägskommunikation, som är vår tolkning, till Forsell (2005, s. 119) som påvisar vikten av socialisationen, det talade språket, mellan individer som förs vidare mellan olika generationer. Vi kopplar även detta resultat till Ärlemalm – Hagsérs undersökning ”Lärande för hållbar utveckling i förskolan” (2012, ss. 1–17). Resultatet i den undersökningen visar på medvetna pedagoger när det gäller rörelse men de arbetar utifrån vuxenstyrda aktiviteter där barns inflytande saknas (Ärlemalm – Hagsér 2012, ss. 1–17). Utifrån vårt resultat och den undersökning Ärlemalm – Hagsér utfört tolkar vi pedagogernas

arbete som kreativt och målmedvetet. Både vår undersökning och Ärlemalm-Hagsérs undersökning, anser vi, visar en saknad av förmågan hos pedagogerna att sätta sitt eget arbete i en större kontext där barn och vårdnadshavare kan vara med och påverka. Genom att pedagoger för kvalitetssäkrade diskussioner om syftet med föräldrasamverkan och hur man ska följa upp och utvärdera kan samarbetet mellan förskola och hem utvecklas i positiv riktning.

### **8.3. Rörelse ur perspektivet social hållbarhet**

Resultatet visar att pedagoger i förskolan har god kännedom om och ett positivt förhållningssätt till rörelseaktiviteter i barngruppen. De flesta pedagoger ser sitt arbete på förskolan som en grund för social hållbarhet utifrån ett hälsoperspektiv. Resultatet visar dock att runt 20% av respondenterna inte anser att förskolan arbetar för att barnen ska förstå vikten av fysisk hälsa eller att förskolans verksamhet påverkar barnens liv som vuxna. I relation till det sociokulturella perspektivet tolkar vi respondenternas svar utifrån att de pedagoger som lyfter in rörelseträning som en del av förskole-kulturen tänker lärandeprocessen i ett längre perspektiv då det blir en naturlig del av den kultur som råder inom förskolan. Förskolans uppdrag är att lägga grunden för ett livslångt lärande (Lpfö 98 rev. 2016, s. 5). Vår slutsats är att svensk förskola har goda förutsättningar att arbeta hälsofrämjande då pedagogerna har goda kunskaper om rörelsens betydelse för barns hälsa samt vilka faktorer som ger barnen en varierad motorisk träning. Pedagogerna kan utöka förståelsen av sitt uppdrag genom att kvalitetssäkra verksamheten samt föra diskussioner utanför arbetslaget. För verksamhetens skull kan dessa samtal ske mellan pedagoger på olika förskolor. För barnets skull bör dessa samtal ske mellan förskola och vårdnadshavare, samt som några respondenter påpekar, att information och delaktighet även kommer från barnen. Vygotskij menar att det behöver finnas ett samband mellan undervisning, lärande och barnens utveckling då alla komponenter har mål var för sig (Vygotskij 1978, ss.79 – 81). Utifrån den här studiens resultat uppmanar vi alla förskolor att fortsätta arbeta målmedvetet med rörelseträning. Det första steget för pedagoger är att ge rörelseträning ett syfte. Andra steget är att pedagoger interagerar med barn och vårdnadshavare. Därmed kan de socialisera förskolan till en kultur där glappet mellan barnets primär- och sekundärgrupp minimeras. Då skapas möjligheter för alla förskolor att arbeta hälsofrämjande ur ett socialt hållbart perspektiv där barnen själva blir medvetna om rörelsens betydelse för hälsan.

## **9. METODDISKUSSION**

Kapitlet innehåller diskussion kring den valda metoden för att besvara undersökningens syfte samt frågeställningar.

Vi valde att göra en kvantitativ undersökning med webbenkät som redskap. Vi hade inte någon tidigare erfarenhet av att göra en webbenkät men efter undersökningens resultat anser vi att det är ett bra redskap för att få in andras synsätt. Frågeställningar som uppkom under tiden var dels hur webbenkät fungerade, dels hur vi skulle få ut den till respondenterna. Vi hade ett par förslag på webbenkäter. Den enas fördelar var att vi båda kunde korrigera i den men nackdelarna var att respondenterna behövde inloggning. Den valde vi bort utifrån ett etiskt ställningstagande, då den inte hade varit anonym i samma utsträckning då den krävde att vi mailade en personlig länk till varje deltagare. Den andras fördelar var att alla kunde använda samma länk men bara en av oss kunde redigera den.

Alternativet till webbenkäten var en traditionell pappersenkät. Fördelarna med den hade varit att den är mer känd för respondenterna men den hade skapat mer arbete för oss då vi själva

skulle ha sammanställt resultatet. Genom att använda webbenkäten kunde vi fokusera direkt på resultatet.

Något som vi uppmärksammat under forskningens gång är problematiken med att ställa relevanta frågor. Vi har diskuterat frågeställningarna flera gånger med olika individer. Ändå ser vi att någon fråga upprepas i enkätformuläret. Vi tror dock att detta är ett problem man ofta stöter på och vi har fått större förståelse för hur viktiga frågeställningarna är inom kvantitativ forskning. Det finns ingen möjlighet att ställa följdfrågor som man kan inom den kvalitativa forskningens intervjumetod.

Enkätens utformning är vi nöjda med i relationen till syftet med undersökningen. Vi har format frågor utifrån den sociokulturella teorin vi valt och tidigare forskning inom ämnet rörelse. Först hade vi tänkt endast undersöka attityder med skalfrågor. Slutresultatet blev att vi även använde två öppna frågor i avsnittet om samverkan förskola och hem. Dessa användes för att få en tydligare bild samt att avgränsa risken att vi och respondenterna tänker på olika saker när vi exempelvis talar om dokumentation.

I det stora hela är vi nöjda med vårt val av metod till undersökningen. Vi hade för avsikt att nå ut till många respondenter, vilket webbenkäten gjorde det möjligt för oss. Om vi någon gång i framtiden ska använda oss av webbenkäter igen i en undersökning vill vi få möjlighet till att informera respondenterna vad en webbenkät är och hur resultatet läggs ihop i ett diagram. Vi har nu efteråt förstått att det saknas erfarenheter kring att svara genom webbenkäter.

## **10. DIDAKTISKA KONSEKVENSER**

Under denna rubrik belyses didaktiska konsekvenser utifrån undersökningens resultat. Syftet med vår undersökning är att undersöka pedagogers förhållningssätt till rörelseträning ur ett socialt hållbart perspektiv.

Förskolan är en plats där de flesta barn från 1–6 år spenderar en stor tid av sin vardag i. Därför är det av vikt att förskolan som institution förhåller sig till det uppdrag de har. Enligt förskolans läroplan (Lpfö 98 rev. 2016, s. 10) är målet att varje barn ska få en förståelse för vikten av att värna om sin egen hälsa och sitt välbefinnande.

Resultatet i vår studie visar att förskolan arbetar medvetet kring rörelse och att barnen, enligt pedagogerna, under sin vistelsetid i förskolan får utrymme till rekommenderade 60 minuters rörelse per dag. Just att barnen får möjlighet att röra sig under dagen genom leken, rörelseaktiviteter såsom promenader, besök i sporthallar, miniröris eller planerade aktiviteter som rörelsesamlingar ser vi av stor vikt att behålla i förskolan. Vi ser också möjligheterna av att planera rörelseaktiviteter inom förskolans ram. Det här anser vi är något som förskolan ska fortsätta kvalitetssäkra för den sociala hållbara utvecklingens skull för alla barn.

Resultatet i undersökningen visar på brister när det gäller samarbetet mellan de verksamma i förskolan och vårdnadshavarna när det gäller förutsättningar till barnets rörelseutveckling. Resultatet visade på att det är en envägskommunikation där inte vårdnadshavarna har möjlighet att ge sina synpunkter. Det är ett viktigt samarbete som måste till mellan pedagogerna och vårdnadshavarna för att stärka barnets trygghet och ge goda förutsättningar till en utveckling hos barnet själv (Niss & Söderström 2006, s. 13–18; Nordlund, Rolander & Larsson 1997, s. 46). I förskolans läroplan (Lpfö 98 rev. 2016, s. 13) beskrivs ansvaret som arbetslaget har till vårdnadshavarna. Arbetslaget ska visa respekt för föräldrarna och känna ansvar för att de

utvecklar en tillitsfull relation till dem. Vidare belyser man att föra fortlöpande samtal mellan barnens vårdnadshavare om trivsel, utveckling och lärande hos barnet. Vi anser att man behöver tydliggöra varje barns rörelseutveckling tillsammans i arbetslaget men också i ett samarbete med vårdnadshavarna. Det här skulle kunna göras genom att använda sig av en policy för rörelse som utarbetats av vårdnadshavare, pedagoger och ledningen i förskolan. Det ska vara ett levande dokument som innehåller delar av den dokumentation förskolan gör omkring rörelse. När rörelsepolicyn med tillhörande dokumentation lyfts mellan förskola och hem under ett samtal så skapas förutsättningar för vårdnadshavarnas tankar och kunskap om deras barns rörelseutveckling. På sikt kan pedagoger och vårdnadshavare arbeta gemensamt till en god hälsa i framtiden för varje barn.

Här lämnar vi ett förslag på dokument för rörelsepolicy ur ett didaktiskt perspektiv:

### **Rörelsepolicy för förskolan Hälsan**

Vi på förskolan Hälsan har som policy att varje barn, efter sina egna förutsättningar, ska få minst 60 minuters rörelseutrymme varje dag under sin vistelse på förskolan.

#### **Vad och När gör vi?**

I samråd med vårdnadshavarna har vi kommit fram till att barnen ska få leka utomhus 30 minuter vid två tillfällen varje dag, detta för att alla barn ska få möjlighet att röra på sig. Alla avdelningar besöker skogen en dag i veckan.

De äldsta barnen besöker idrottshallen en dag varannan vecka då vi har tillgång till den. De yngsta barnen ska få lärlarledd dans, sång och rörelse 10 minuter varje dag.

#### **Hur gör vi?**

Varje avdelning ansvarar för rörelseaktiviteter på sin avdelning och dokumenterar dessa. Dessa aktiviteter kan ske ute eller inne. Tillsammans med vårdnadshavarna har pedagogerna bestämt att en av utevistelserna ska ägnas åt lärlarledda rörelseaktiviteter.

För att vårdnadshavarna skall kunna ge synpunkter delger vi dem dokumentationerna vi gör. De har möjlighet att ge respons via samtal/mail eller genom vår ”hälso-låda” i hallen där man kan lämna anonym respons.

Vid barnens utvecklingssamtal lyfts barnets hälsa och rörelse som en av punkterna mellan pedagogerna och vårdnadshavarna. Vi önskar en tvåvägskommunikation kring ämnet.

#### **Varför gör vi?**

Folkhälsoinstitutets rekommendation för barn och ungas hälsa är 60 minuter per dag med måttlig och hög intensitet.

I förskolans uppdrag utifrån förskolans läroplan 98/16 skall:

- Barnen få utveckla sin motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning samt förståelse för vikten av att värna om sin hälsa och sitt välbefinnande.
- Vårdnadshavarna och förskolan ska föra samtal om barnets utveckling och vårdnadshavarna ska vara delaktiga i utvärderingen av verksamheten.

## 11. FORTSATT FORSKNING

Att följa upp enkäten med observationer kan ge en tydligare bild av pedagogernas arbets- och förhållningssätt vid rörelseaktiviteter. Vid vår genomgång av resultatet kom frågeställningen *vad* respondenterna gör i barngrupp för att barnen exempelvis ska ”träna socialt samspel” eller ”få bättre förutsättningar att lära in teoretiska ämnen”. Att låta barnen använda stegräknare kan stärka pedagogernas uppfattning om hur mycket barnen rör på sig under sin vistelse i förskolan.

Utifrån forskning med perspektivet barns inflytande hade det varit intressant att intervjua de äldre barnen på förskolorna för att undersöka deras egna förståelse för vikten av att röra sig och värna om sitt egna välmående. Det handlar om hur mycket barnen själva kan göra för sin självkänedom och sociala gemenskap.

Vidare forskning om förskolans arbetssätt gentemot vårdnadshavarnas inflytande kan göras med enkäter riktade till dem. Något som vi hade tyckt varit intressant.

## REFERENSER

Andréasson, K. & Bårgaskörd, G. (2016) *Medveten motorisk träning* Stockholm: Natur & Kultur

Björkdahl Ordell, S. (2007) Enkät som redskap. I Dimenäs J. (red). *Lära till lärare: att utveckla läraryrket - vetenskapligt förhållningssätt och vetenskaplig metodik*. 1. uppl. Stockholm: Liber ss. 82 – 96.

Ejlertsson, G. (1996) *Enkäten i praktiken. En handbok i enkätmetodik* Lund: Studentlitteratur

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

Faskunger, J. (2008) *Barns miljöer för fysisk aktivitet – samhällsplanering för ökad fysisk aktivitet och rörelsefrihet hos barn och unga* Östersund: Statens Folkhälsoinstitut

Folkhälsomyndigheten (2017) *Folkhälsans utveckling Årsrapport 2017*

Forssell, A. (red.) (2005) *Boken om pedagogerna, 5*. [rev. och utök.] uppl. Stockholm: Liber

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

Hjalmarsson, M. (2015) Enkäter till förskollärare. I Löfdahl, A. Hjalmarsson, M. och Franzén, K. (red.) *Förskollärares metod och vetenskapsteori*. Stockholm: Liber ss. 157–165

Hwang, P. & Nilsson, B. (2011). *Utvecklingspsykologi*. 3., rev. utg. Stockholm: Natur och kultur

Hägglund, S. & Pramling Samuelsson, I. (2009) Early childhood education and Learning for sustainable development and citizenship. [elektronisk] *International Journal of Early Childhood* s. 49 – 63.

Jayasuriya, A., Williams, M., Edwards, T. & Tandon, P. (2017) Parent's Perceptions of Preschool Activities: exploring Outdoor Play [elektronisk] *Early Education and Development*, Vol. 27. No 7. ss. 1004-1017.

Johansson, E. (2009) The preschool child of today – the world-citizen of tomorrow? *International Journal of Early Childhood*, Vol. 41, No 2 ss. 79 – 95.

Jonsdottir, F. & Nyberg, E. (2014) Erkännande, empowerment och demokratiska samtal i Harju, A. & Tallberg Broman, I. (red.) *Föräldrar, förskola och skola – om mångfald, makt och möjligheter* Lund: Studentlitteratur. ss. 59 - 78

Karolinska institutets folkhälsoakademi (2010:17) *Friska barn – en metod för hälsofrämjandemat- och rörelsevanor i förskolan. Slutrapport.* [elektronisk] [http://dok.sll.se/CES/FHG//Fysisk\\_aktivitet/Rapporter/Friska%20barn%20slutrapport.pdf](http://dok.sll.se/CES/FHG//Fysisk_aktivitet/Rapporter/Friska%20barn%20slutrapport.pdf) [2018-05-05]

Kihlström, S. (2007). Intervju som redskap. I Dimenäs J. (red). *Lära till lärare: att utveckla läraryrket - vetenskapligt förhållningssätt och vetenskaplig metodik.* 1. uppl. Stockholm: Liber ss. 47 – 69.

Körling, A-M. (2011) *Nu ler Vygotskij – eleverna, undervisningen och Lgr 11* Stockholm: Liber

Ljungberg, C. (2014) Om utvecklingssamtal och maktrelationer i Harju, A. & Tallberg Broman, I. (red.) *Föräldrar, förskola och skola – om mångfald, makt och möjligheter* Lund: Studentlitteratur. ss. 139 – 154

Lutz, K (2013) *Specialpedagogiska aspekter på förskola och skola* Stockholm: Liber

Läraryrket förbundet (1996) *pedagogisk uppslagsbok. Från A till Ö utan pekpinnar.* Stockholm: Läraryrket förbundet

*Läroplan för förskolan Lpfö 98* (2016) Stockholm: Skolverket

Niss, G. & Söderström, A-K. (2015) *Samarbete i förskolan – för barnens skull* Lund: Studentlitteratur

Nordlund, A., Rolander, I. & Larsson, L. (1998) *Lek idrott hälsa del 2. Inne* Stockholm: Liber

Osnes, H., Skaug, H. N. & Eid Kaarby, K. M. (2012) *Kropp, rörelse och hälsa i förskolan* Lund: Studentlitteratur

Patel, R. & Davidsson, B. (1994) *Forskningsmetodikens grunder* Lund: Studentlitteratur

Sandell, A. & Nyrén, L. (2014) Likvärdighet i förskolan? i Harju, A. & Tallberg Broman, I. (red.) *Föräldrar, förskola och skola – om mångfald, makt och möjligheter* Lund: Studentlitteratur. ss. 229 - 144

Skollagen 2010:800

Skolverket (2016) *Allmänna råd för kvalitet i förskolan* Stockholm: Skolverket

Skolverket (2013) Rapport: 392: *Föräldrars val och inställning till förskola och fritidshem* Stockholm: Skolverket

Skolverket (2018) *Redovisning av uppdrag om en översyn av läroplan för förskolan* Stockholm: Skolverket

Socialstyrelsen (2017) Kraftig ökning av psykisk ohälsa hos barn och unga vuxna. tillgänglig: <http://www.socialstyrelsen.se/nyheter/2017/kraftigokningavpsykiskohalsahosbarnochungavuxna> [2018-02-25]

Strandberg, L. (2014) *Vygotskij, barnen och jag: pedagogisk inspiration* Lund: Studentlitteratur

Svensson, A-K. (2010) *Barnet, språket och miljön* Lund: Studentlitteratur

Sterdt, E., Pape, N., Kramer, S., Liersch, S., Urban, M., Werning, R. & Walter, U. (2014) Do Children's Health Recourses Differ According to Preschool Physical Activity programmes and parental Behaviour? A Mixed Methods Study [elektronisk] *International Journal of Environmental Research and public health*, ss. 2407 – 2426.

Stier, J. (2004) *Kulturmöten – En introduktion till interkulturella studier* Lund: Studentlitteratur

Stukát, S. (1993) *Statistikens grunder* Lund: Studentlitteratur

Säljö, R. (2000). *Lärande i praktiken: ett sociokulturellt perspektiv*. 1. uppl. Stockholm: Norstedts akademiska förlag

Tallberg Broman, I. (2014) Föräldrasamverkan i förändring i Harju, A. & Tallberg Broman, I. (red.) *Föräldrar, förskola och skola – om mångfald, makt och möjligheter* Lund: Studentlitteratur. ss. 25–40

Trost, J. & Hultåker, O. (1996) *Enkätboken* Lund: Studentlitteratur

Unicef (2009) *Barnkonventionen – FN:s konvention om barns rättigheter* Stockholm: Unicef Sverige

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

World Health Organisation (2017) World Health Organisations rekommendationer för fysisk aktivitet för barn 5 – 17 år. [elektronisk] <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/en/> [2018-01-20]

Vygotskij, L. S. (1978) *Mind in society. The Development of Higher Psychological Processes* Massachusetts: Harvard University Press

Ärlemalm-Hagsér, E. 2012 Lärande för hållbar utveckling i förskolan. Kunskapsinnehåll, delaktighet och aktörskap kommunicerat i text. [elektronisk] *Nordisk Barnehageforskning 2012 Vol. 5 NR 14* ss. 1 – 17.

# BILAGOR

## Bilaga A



## HÖGSKOLAN I BORÅS

Hej alla verksamma i förskolan!

Vi är två studenter, Eva och Jenny, som studerar till förskollärare vid Högskolan i Borås. Vi går nu vår sista termin och det innebär för oss att skriva examensarbete. Vårt arbete handlar om hälsa och rörelse i förskolan. Syftet med vår studie är: att undersöka och belysa pedagogernas förhållningssätt, gentemot förskolans arbete med social hållbar utveckling, ur ett hälsoperspektiv kopplat till rörelse.

Vi har fördjupat oss i forskning och litteratur kring det aktuella ämnet, men behöver Er hjälp som är verksamma i förskolan. Det är Ni som har erfarenheterna från det dagliga arbetet i förskolan. Det är Era synpunkter som är intressanta i denna undersökning.

För att kunna undersöka detta vill vi att Ni som är verksamma på förskolan fyller i enkäten som Ni hittar under denna länk (kopiera in denna länk i webbläsaren):  
<https://www.webbenkater.com/s/b98bXXX>

Vi vill gärna ha in Era svar så fort som möjligt, senast den 16: mars!

Under arbetets gång kommer vi att ta hänsyn till vetenskapsrådets forskningsetiska principer. Vilket innebär att alla deltagare deltar anonymt och frivilligt i undersökningen. Alla uppgifter kommer att hanteras varsamt så inga obehöriga kan ta del av dem. Resultatet från deltagarnas svar redovisas i statistiska redovisningar.

Om ni har några frågor eller funderingar är ni välkomna att kontakta oss eller vår handledare för mer information.

**Tack på förhand och vi hoppas på Din medverkan!**

Med vänliga hälsningar

Jenny Lindell Bakke    sXXX@student.hb.se  
Eva Forsberg            sYYY@student.hb.se

Regina Enedahl        regina.enedahl@hb.se

## Bilaga B



HÖGSKOLAN I BORÅS

Påminnelse till verksamma i förskolan

### Hej!

För en tid sedan fick du ett missivbrev med en länk till ett enkätformulär. Enkäten handlar om **pedagogernas förhållningssätt till förskolans arbete med social hållbar utveckling, ur ett hälsoperspektiv kopplat till rörelse**. Vi vill gärna se att just du medverkar i denna undersökning och bidrar med dina åsikter kring ämnet. Ni som ännu inte besvarat enkäten har möjlighet till den 16 mars att göra detta.

Till Er som redan medverkat sänder vi ett stort Tack.

Länken som Ni kopierar in i Er webbläsare för att komma till enkäten:

<https://www.webbenkater.com/s/b98b06a>

Med vänliga hälsningar

Eva Forsberg och Jenny Lindell Bakke

# Bilaga C

(1/3)

## Enkät om social hållbarhet ur ett hälsoperspektiv kopplat till rörelseaktiviteter i förskolan.

### Bakgrundsfrågor

Enkäten är uppdelad i fyra avsnitt. Del 1 innehåller bakgrundsfrågor om din yrkesroll. Del 2 innehåller frågor om förskolans arbete med rörelse. Del 3 innehåller frågor om samarbete mellan förskola och hem. Del 4 innehåller frågor om rörelse ur perspektivet social hållbarhet.

Din medverkan är viktig för oss!

Vi tackar dig för den tid du lägger ner på att besvara frågorna.

1. Vilken utbildning har du?

Förskollärare

Barnskötare

Annan utbildning

2. Vilken ålder är det på barnen du arbetar med?

Du kan markera frågan med flera alternativ om barnen du arbetar med har olika åldrar.

1 år

2 år

3 år

4 år

5 år

6 år

### Förskolans arbete med rörelse

3. Hur mycket tid i genomsnitt, en vanlig dag, uppfattar du att barnen ägnar sig åt rörelseaktiviteter som rörelsesånger, skogs promenader, utelek eller rörelselek som ”miniröris”?

0 - 15 minuter

16 – 30 minuter

31–45 minuter

46 – 60 minuter

Mer än 60 minuter

4. Hur viktiga är följande faktorer för dig när du planerar rörelseaktivitet för barnen? Skalan går från 1 (inte viktigt) till 4 (mycket viktigt)

Om du inte planerar rörelseaktiviteter går du vidare till fråga 5.

Barnen ska få en bra grundhälsa 1 2 3 4

Barnen ska få en bra grundmotorik 1 2 3 4

Barnen ska få uppleva och värna om naturen 1 2 3 4

Barnen ska få träna självkänsla och socialt samspel 1 2 3 4

Barnen ska få bättre förutsättningar att senare lära 1 2 3 4

in teoretiska ämnen

Barnen ska ha roligt 1 2 3 4

5. Hur viktigt tycker du att det är för barns motoriska utveckling, att de har andra barn och vuxna som förebilder omkring sig i förskolan?  
Skalan går från 1 (inte viktigt) till 5 (mycket viktigt)

### **Samarbete förskola och hem**

6. Har ni gett vårdnadshavarna möjlighet till att berätta om deras förväntningar kring hur förskolan ska arbeta med rörelseaktiviteter?

Ja  
Nej  
Vet ej

7. Var sker dessa möten? Besvaras endast om du svarat ja på föregående fråga. (öppen fråga)

8. Dokumenterar ni planerade rörelseaktiviteter så att vårdnadshavarna kan ta del av dokumentationen?

Ja  
Nej  
Vet ej

9. På vilka sätt kan vårdnadshavarna vara delaktiga i utvärdering av de planerade rörelseaktiviteter ni gör på förskolan? Besvaras endast om du svarat ja på föregående fråga. (öppen fråga)

### **Rörelse ur perspektivet social hållbarhet**

10. Hur viktigt är det för dig att förskolan erbjuder barnen rörelseaktiviteter som en grund till motoriska färdigheter?

Inte alls viktigt  
Mindre viktigt  
Viktigt  
Mycket viktigt

11. I vilken utsträckning anser du att förskolan arbetar för att barnen ska förstå och bli medvetna om vikten av en god fysisk hälsa?

Ingen alls  
Liten  
Hög  
Mycket hög  
Vet ej

12. I vilken utsträckning anser du att barngruppen du arbetar i är positiva till rörelseträning?

Ingen alls  
Liten  
Hög  
Mycket hög  
Vet ej

(3/3)

13. I vilken utsträckning anser du att den rörelseträning som förskolan erbjuder barnen kan påverka deras framtid ur ett socialt hållbart perspektiv, exempelvis genom att minska hälsorelaterade sjukdomar?

Ingen alls

Liten

Hög

Mycket hög

Vet ej



# HÖGSKOLAN I BORÅS

Besöksadress: Allégatan 1 · Postadress: 501 90 Borås · Tfn: 033-435 40 00 · E-post: [registrator@hb.se](mailto:registrator@hb.se) · Webb: [www.hb.se](http://www.hb.se)