



Examensarbete

Förskolläraryrket UV6078 210 hp

Fysisk aktivitet i förskolans utomhusmiljö

Förskollärares beskrivningar om hinder och möjligheter för
fysisk aktivitet i utomhus- och närmiljön

Halmstad 2024-01-14

Författare: Jenni Andersson & Elvira Olhaver

Handledare: Anniqa Lagergren & Carina Stenberg

Examinator: Anders Nelson



Sammanfattning

Denna studie är skriven i syfte att bidra med kunskap om vilka yttre och inre ramfaktorer som råder och påverkar förskollärares undervisning i rörelse och fysisk aktivitet i förskolans utomhusmiljö samt närmiljö. Vi strävar efter att ta reda på förskollärares beskrivningar och förhållningssätt kring detta område. Vi vill bidra med en djupare förståelse och nytänkande eftersom det är ett viktigt ämne som ofta hamnar i skymundan i förskolans verksamhet. För att ta reda på förskollärares beskrivningar användes kvalitativa intervjuer där empirin analyserades utifrån tematisk analys med hjälp av ramfaktorteori och inspiration från hermeneutikens tolkningslära. Med avsikt att ta fram teman och tolka deras beskrivningar och berättelser. Ramfaktorer handlar om de strukturella riktlinjer och förhållningssätt som påverkar förskollärares handlingsutrymmen. Resultatet av studien visar att barngrupperna blir större och personaltätheten minskar vilket påverkar barns utrymme och förskollärares möjligheter till aktiviteter på förskolegården och ta sig ut i närmiljön. Det framkom också att fysisk aktivitet vanligtvis inte diskuteras, planeras, dokumenteras eller utvärderas eftersom andra ämnen ligger i fokus. Förskollärare beskriver att barn rör på sig hela tiden och att det är viktigt med barns rörelse samt är grundläggande för deras lärande och utveckling. En slutsats blir därmed att flera förskolor saknar en utmanande och inspirerande utomhusmiljö med nivåskillnader och växtlighet. Tillsammans kan arbetslaget skapa möjligheter och sträva efter barns rätt till en likvärdig utomhusmiljö och upplevelser av olika fysiska miljöer med alla sina sinnen för motorisk utveckling och lärande.

Nyckelord: Fysisk aktivitet, rörelse, utomhusmiljö, närmiljö, möjligheter, hinder

Abstract

This study is written with the aim of contributing knowledge about which external and internal framework factors prevail and affect preschool teachers' teaching of movement and physical activity in the preschool's outdoor environment and local environment. We strive to find out about preschool teachers' descriptions and approaches to this area. We want to contribute with a deeper understanding and innovative thinking because it is an important subject that is often overlooked in preschool activities. In order to find preschool teachers' descriptions, qualitative interviews were used where the empirical evidence was analyzed based on thematic analysis with the help of frame factor theory and inspiration from hermeneutics. With the intention of bringing out the theme and interpreting their descriptions and stories. Framework factors are about structural guidelines and approaches that affect pre-school teachers' actions. The results of studies show that the childrens' groups are getting larger and the staff are decreasing, which affects the childrens' space and preschool teachers' opportunities for activities in the preschool yard and to get out into the local environment. It also emerged that physical activity is not discussed, planned, documented or evaluated because other subjects are in focus. Preschool teachers describe that children move all the time and that childrens' movement is important and fundamental to their learning and development. A conclusion is therefore that several preschools lack a challenging and inspiring outdoor environment with differences in levels and vegetation. Together, teamwork can create opportunities and strive for childrens' right to an equal outdoor environment and experiences of different physical environments with all their senses for motor development and learning.

Keywords: Physical activity, movement, outdoor environment, local environment, opportunities, obstacles

Förord

Vi vill ägna ett stort tack till alla förskollärare som har deltagit i vår studie med engagemang och bidragit med intressanta samtal under vår studie. Även ett tack till våra handledare som stöttat oss under vårt examensarbete.

Avslutningsvis vill vi tacka varandra för ett bra samarbete och en jämn fördelning av arbetets alla delar. Det har varit lärorikt inför vårt kommande yrke som förskollärare och gett oss nya synsätt och perspektiv.

Tack!

Jenni Andersson & Elvira Olhaver

Innehållsförteckning

| | |
|---|----|
| 1. Inledning..... | 7 |
| 2. Syfte och frågeställningar..... | 8 |
| 3. Bakgrund..... | 9 |
| 3.1 Riktlinjer, möjligheter och hinder..... | 9 |
| 3.2 Förskolans utomhusmiljö och närmiljö..... | 10 |
| 3.3 Barns fysiska aktivitet och kognitiva utveckling..... | 11 |
| 4. Tidigare forskning..... | 12 |
| 4.1 Utomhusmiljöns betydelse för barns rörelse och fysiska aktivitet..... | 12 |
| 4.2 Förskollärarens roll och undervisning i fysisk aktivitet..... | 13 |
| 4.3 Barns rörelse och fysisk aktivitet..... | 14 |
| 4.4 Sammanfattning av tidigare forskning..... | 16 |
| 5. Teoretiska utgångspunkter..... | 17 |
| 5.1 Ramfaktorteori..... | 17 |
| 5.2 Ramfaktorer..... | 18 |
| 6. Metod..... | 20 |
| 6.1 Hermeneutisk forskningsansats..... | 20 |
| 6.2 Kvalitativa intervjuer..... | 20 |
| 6.3 Urval..... | 21 |
| 6.4 Forskningsetiska principer..... | 21 |
| 6.5 Genomförande..... | 21 |
| 6.7 Analysmetod..... | 22 |
| 6.7.1 Analysprocess..... | 22 |
| 7. Resultat och analys..... | 23 |
| 7.1 Förskolors utomhusmiljöer saknar utmaning och växtlighet..... | 23 |
| 7.2 För att ta sig ut i närmiljön krävs resurser..... | 27 |
| 7.3 Arbetslaget skapar möjligheter tillsammans..... | 29 |
| 7.4 Rörelse är en naturlig del av förskolans verksamhet..... | 31 |
| 8. Diskussion..... | 35 |
| 8.1 Resultatdiskussion..... | 35 |
| 8.2 Metoddiskussion..... | 37 |
| 8.3 Förslag till vidare forskning..... | 38 |

| | |
|------------------------------------|----|
| 9. Slutsats | 39 |
| 10. Didaktiska implikationer | 40 |
| Referenslista | I |
| Bilagor..... | V |

1. Inledning

Samhället idag präglas av alltmer stillasittande aktiviteter och den globala processen till ökad fysisk aktivitet går långsamt (Världshälsoorganisationen, 2018). I takt med att städerna expanderar och blir mer tätbebyggt skapar det en allt större utmaning för utformningen av miljön i samhället, eftersom lagarna inte definierar storlek eller lämplighet. För barn och unga är det viktigt med miljöer som bjuder in till kontakt med vänner och fysiska utmaningar eftersom det är platser som de söker sig till. Då dagens samhälle bygger nytt genererar det ofta mindre utrymme för våra barn vilket inverkar på deras välbefinnande. För barns delaktighet, hälsa och utveckling är den fysiska miljön betydelsefull för deras sociala och fysiska omgivning (Boverket & Movium, 2015). Barns utevistelse i grönområden har minskat markant under en tioårsperiod och där barn idag vistas mer sporadiskt än tidigare (Hellström, 2023). Vi anser att förskolan har en viktig roll i att ge barn erfarenheter av att vara ute i närmiljön och i samhället, eftersom alla barn kommer från olika förutsättningar hemifrån. Enligt Världshälsoorganisationen (2018) är det viktigt och betydelsefullt att barn får erfarenhet av fysisk aktivitet i en stimulerande fysisk förskolemiljö. I förskolan ska barn få möjlighet att utveckla sin rörelseförmåga och aktiviteter som inkluderar fysisk aktivitet samt att få vistas i olika naturmiljöer. Dessutom ska barn få tillfälle att utveckla sin rörelseglädje och på så sätt intressera sig för fysisk aktivitet (Skolverket, 2018).

Förskolegårdens utformning begränsas ofta av att förskollärare behöver ha tillräcklig uppsyn över gården eftersom den enligt Fastén (2019) är uppbyggd i syfte att underlätta pedagogers uppsikt över barnen. Detta i sin tur minskar möjligheten för barnen att självständigt utforska och springa i sin utemiljö, vilket är en stor drivkraft hos en växande människa. Att förskollärare har en god insikt kring fysisk aktivitet skapar självsäkerhet och ett lugn i arbetet man vill utföra. När förskollärare leder fysisk aktivitet för barn i förskoleåldern är det betydelsefullt med kunskaper om allmän grundträning, alltså kunskaper om fysisk, sensorisk och motorisk utveckling samt sinnesintegration (Grindberg & Langlo Jagtøien, 2000). Det finns en viss brist på forskning kring förskollärarens roll i utomhusleken gällande utformning av utomhusmiljön, barns säkerhet och dess bidrag till barns utveckling och lärande (Hu et al., 2015).

Utifrån vår verksamhetsförlagda utbildning och yrkeserfarenheter i förskolan har vi sett att barn har ett stort intresse av att vilja röra på sig men att det ibland kan uppstå begränsningar i vad de har tillgång till på förskolegården. Detta i form av material, växtlighet och terräng. Vi vill bidra med forskning om förskollärares beskrivningar kring hur utomhusmiljön och närmiljön nyttjas av förskollärare för barns rörelse och fysisk aktivitet i relation till yttre och inre ramfaktorer. De ramfaktorer vi undersöker grundar sig i svensk läroplansteori från 70-talet som handlar om de ramar, riktlinjer och förutsättningar som förskollärare behöver förhålla sig till i sitt arbete.

2. Syfte och frågeställningar

I den här studien är syftet att bidra med kunskap om vilka yttre och inre ramfaktorer som råder och påverkar förskollärares undervisning i rörelse och fysisk aktivitet i förskolans utomhusmiljö samt närmiljö. Vi strävar efter att ta reda på förskollärares beskrivningar och förhållningssätt kring detta område.

De vägledande frågeställningarna är:

- Vad berättar förskollärare om förskolegårdens utformning och tillgängliga närmiljöers inverkan på barns rörelse och fysiska aktivitet?
- Vilka hinder och möjligheter för barns rörelse och fysisk aktivitet utomhus framkommer i förskollärares berättelser?

3. Bakgrund

I det här avsnittet presenteras valda väsentliga faktorer som är bakomliggande för vår studie. Avsnittet innehåller på vilket sätt förskolans utomhus- och närmiljö har betydelse och påverkar barns rörelse och fysisk aktivitet i förskolan samt vilka möjligheter och begränsningar som finns i förskolans riktlinjer. Vi tar även upp varför det är viktigt att barn får röra på sig och upptäcka rörelseglädje.

3.1 Riktlinjer, möjligheter och hinder

Barn har villkor för tillgänglighet, livslångt lärande, trygghet och stimulans. De normer och värden som anges i förskolans läroplan (Skolverket, 2018) ska implementeras i förskolans uppdrag. Villkor och normer i vår studie innefattar hur förskollärare förhåller sig till vilka regler som uppstår i utomhusmiljön och om detta påverkar barnen i deras utförande i den fysiska aktiviteten. Villkor är synonymt med förutsättningar, premisser och betingelser, normer kan ses som olika oskrivna och sociala regler som finns i verksamheten. Dessa begrepp kan vara både explicita och implicita. I förskolan finns det villkor för hur förskollärare behöver arbeta utifrån styrdokument, mål och riktlinjer. Sollerhed (2017) beskriver att politiska och filosofiska meningar i samhället styr de prioriteringar som reglerar förfogandet av tid via läroplaner, timplaner och uppdelning av kärnämnen och övriga ämnen. I samhället finns en underliggande rädsla att en ökad tid för fysisk aktivitet kommer att stjäla tid från kärnämnen.

Boverket & Movium (2015) har skrivit fram allmänna riktlinjer gällande friytor för lek och utevistelse. Riktlinjerna säger att skolans olika verksamheter ska ta vara på utomhusmiljöns naturförutsättningar eftersom växtligheten är värdefull för en levande, varierad och rik utomhusmiljö. Vid utformning av förskolegården ska också hänsyn tas till säkerhetsrisker, storlek och tillgänglighet eftersom området är till för lek, fysisk aktivitet, vila och pedagogisk undervisning. Även anpassning för barn med nedsatt rörelse- och orienteringsförmåga ska finnas för att ge dessa barn möjlighet att röra sig och använda utomhusmiljön. Framtagen forskning av Mårtensson et al. (2009) har räknat ut en skälig storlek barn behöver för att röra sig och utvecklas i rörelse och lek. Förskolan bör ha tillgång till en utomhusmiljö på minst 3000m² eller 40m² per barn beroende på områdets storlek.

Förskolors utomhusmiljöer medför positiva hälsofrämjande förmåner som ökar barnens motoriska färdigheter. Alltför begränsade regler som hindrar barnen i deras utforskande i utomhusmiljön kan i förlängningen innebära sämre motorik eftersom kroppen inte får tillfälle att testa sina gränser och att öva på reaktions- och koordinationsförmåga. I många kommuner finns det krav på att bygga ytor som inte sällan fungerar som rekreationsytor vilket kan innebära att vissa förskolor inte får den optimala ytan som behövs för att utveckla fysisk aktivitet. Det kan vara svårt att få till den rätta utemiljön som utvecklar barns hälsa, dock är det fullt möjligt att utforma en utomhusmiljö som genererar till lek och aktiviteter som i sin tur leder till fysisk aktivitet (Fastén, 2019).

Vi anser detta som relevant för vår studie eftersom motorik och koordination är en viktig del i barnens utveckling. För att kunna använda kroppen på det sätt som gynnar dem och deras rörelseglädje, vilka faktorer som framkommer med fysisk aktivitet och varför det är viktigt.

Det är relativt vanligt med lekplatser där det ser ut att finnas mycket möjligheter till fysisk aktivitet men den övergripande utformningen försvårar det sociala samspelet som kan skapa konflikter, avbrott och utanförskap i leken. Andra hinder kan vara att för mycket lekutrustning generera mycket lek men kan också göra att vissa barn har svårt att komma in i leken. Staket kan bidra till känsla av trygghet men om det är opassande placerat kan de skapa hinder för lekfulla rörelser mellan miljös olika platser (Mårtensson, 2013).

3.2 Förskolans utomhusmiljö och närmiljö

Ansvar för lek och utomhusmiljö är en komplex fråga som kräver kunskap men även sunt förnuft. Det räcker inte att hålla lek-utrustningen och utemiljön säker, det behöver råda balans mellan en säker utemiljö och barns rätt till att få erfara och testa på fysiska och sociala utmaningar. Boverket & Movium (2015) beskriver att utemiljön måste vara en säker plats för barnen eftersom vissa faktorer kan leda till allvarliga skador, till exempel skadad lekutrustning som gör att man kan fastna med kläder eller kroppsdelar. En studie av Gubbels et al. (2012) undersökte tillgängligheten av material såsom hoppstrukturer, vatten, gräsmatta och tydliga övergångar vilket ökade barns fysiska aktivitet. Studien menade att förskollärare kan använda detta till sin fördel med att inspirera barn till rörelse. Gungor och sandlådor sågs inte som bidragande faktor till barns fysiska aktivitet. Genom att ta reda på hur förskollärare arbetar med utomhusmiljön och hur den är utformad kan vi på så sätt öka förståelsen för vilka utmaningar och kompetenser förskollärare står inför i deras dagliga verksamhet.

Närmiljön är också platser som kan utnyttjas för att få barn att delta i fysisk aktivitet och rörelse, inte minst för att få gå ut på promenad och uppleva olika miljöer. Björklid (2005) beskriver begreppet närmiljö som barns direkta miljö vilket kan exempelvis vara hemmet, lekplatsen, bostadsområdet och vägen till förskolan. I deras närmiljö sker utforskande och interaktion till följd av de aktiviteter som de intresserar sig för, de roller de möter och testar samt i de sociala relationer som utvecklas i närmiljön. Även leken här har betydelse för förståelsen och kunskapen om deras närmiljö. Björklid (2005) skriver vidare att för att barnen ska få delaktighet i förändringar kräver det att vi vuxna lyssnar på barns synpunkter och placerar in barnens kunskaper i ett sammanhang. Barn lär och utvecklas inte enbart i en miljö utan genom alla miljöer de möter. Det är betydelsefullt att barn får uppleva områden utanför förskolegården. Vi har en medvetenhet om att alla barn inte har samma förutsättningar i hemmet och att vissa barn sällan vistas ute mer än på förskolan. Vi ser detta som en väsentlig del i att beskriva hur barn utvecklas i närmiljön och varför detta behövs i förskolan.

Att barn får delta i utomhuslek i rymliga och varierande miljöer med växtlighet har forskning visat skapar goda hälsofrämjande effekter och är attraktivt för barns lek. Vid planering och utveckling av utomhusmiljön är det viktigt att skåda ur ett barnperspektiv och vilken mark som är lämplig för utomhusleken samt hur den nuvarande utomhusmiljön kan förändras för att bli mer användbar (Mårtensson, 2013).

3.3 Barns fysiska aktivitet och kognitiva utveckling

I förskolan ska vi ge alla barn likvärdiga förutsättningar för utveckling, därmed är fysisk aktivitet en betydelsefull del i barns kognitiva och fysiska utveckling. Genom detta vill vi belysa vilka kognitiva förmåner som kopplas med fysisk aktivitet eftersom förskolebarn förbereds inför skolan och hur detta kan nyttjas inför framtida vuxenliv.

Under barns tidiga år upp till puberteten finns det i princip inga begränsningar på vad ett barn klarar av att lära sig motoriskt och rörelsemässigt. Dock har man sett förändringar under åren där vissa barn inte når upp till den motoriska förmågan de borde på grund av ökat stillasittande. Barn som inte deltar i lämpliga motoriska övningar kommer inte att nå sin fulla potential och det orsakar konsekvenser för det kognitiva, emotionella och sociala livet (Sollerhed, 2017). Genom att vara fysisk aktiv förbättrar det samtliga tankemässiga förmågor såsom simultankapacitet, arbetsminne och uppmärksamhet. Så lite som fyra minuters fysisk aktivitet kan ge upp till en timmes ökad visuell uppmärksamhet samt öka förmågan att fatta beslut, så kallad exekutiv kontroll. Exekutiv kontroll behövs för att kunna fatta beslut och barn behöver i skälig utsträckning ta initiativ, planera, organisera och rikta sin uppmärksamhet på det de gör för stunden. Trots att de distraheras av annat och att samtidigt kunna hejda sina impulser, vilket spelar en viktig roll för deras utveckling inför skolan. Fysisk aktivitet följer direkt upp på hjärnkapaciteten, bäst resultat ger det när barn får vara aktiva upp mot 40 minuter. En annan bidragande effekt när barn är fysiskt aktiva är att stresshormonet kortisol minskar som i sin tur skapar lugn och harmoni i kroppen (Hansen, 2016). Det är även viktigt att barn får tillgång till platser och utrymmen med chans till naturkontakt eftersom det har betydelse för barns hälsa och rörelseglädje i och med att det lägger grunden till en aktiv livsstil i vuxen ålder (Mårtensson, 2013).

4. Tidigare forskning

Här presenteras tidigare forskning i form av vetenskapliga artiklar som ligger till grund för vår studie och som har gett oss en förförståelse om vilka potentiella hinder och möjligheter i förskolans utomhusmiljö som finns relaterade till rörelse och fysisk aktivitet. Det som presenteras är miljöns utformning, förskollärarens roll och undervisning samt barns rörelse kopplat till utomhusmiljön. Vi har bearbetat och diskuterat fram avsnittet utifrån relevant forskning.

4.1 Utomhusmiljöns betydelse för barns rörelse och fysiska aktivitet

Boldemann et al. (2006) har undersökt kvalitén på flera förskolors utomhusmiljö i Stockholm och dess påverkan på barns spontana fysiska aktivitet. Förskolornas utomhusmiljö varierade i växtlighet, terräng, storlek och pedagogisk inriktning. Barnen som deltog fick ha stegräknare där resultatet visade att utformningen av utomhusmiljön har stor påverkan på barns fysiska aktivitet. Resultatet visade att områden med större omfattning av växtlighet, terräng och storlek rörde sig barnen mer på sig än de förskolorna med mindre av detta. De kom även fram till att pojkar generellt rör sig mer än flickorna och att en bra utomhusmiljö utvecklar barnens självständighet i att röra sig fritt. Vidare forskning av Boldemann et al. (2011) där liknande forskning genomfördes i Malmö kom fram till samma resultat förutom att vuxna tog i högre grad ut barnen när miljön innehöll mer växtlighet och terräng vilket inte upptäcktes i Stockholm. Studien tar även upp att uppdelning av utomhusmiljön i form av stängsel, av praktiska eller säkerhetsskäl kan det i sin tur försvåra barns möjlighet till att själva välja plats att vara på och att det minskade deras fysiska aktivitet.

Cardon et al. (2008) genomförde en observationsstudie på 39 förskolor i Belgien i syfte att undersöka hur förskolegården bidrar till barns fysiska aktivitetsnivå. Resultatet visade att tillgängligheten av vissa leksaker där gungor och rutschkanor inte nödvändigtvis var relaterade till ökad fysisk aktivitet vilket var oväntat. Däremot visade sig bollar och cyklar stimulera den fysiska aktiviteten. De kom också fram till att förskollärare bör ha i åtanke att förespråka och inspirera barnen till fysisk aktivitet samt delta i aktiviteterna med barnen.

I en amerikansk studie av Bower et al. (2008) observerades barn på 20 förskolor. Med ytterligare insamlade data från intervjuer samt dokumentationsgranskning för att ta reda på sambandet mellan förskolans fysiska miljö och fysisk aktivitet. Totalt såg man att 12% av tiden gick till fysisk aktivitet och 55% klassificerades som stillasittande aktiviteter, alltså aktiviteter med längre intensitet. Ett centralt begrepp som används i studien var stödjande miljö som handlar om en miljö som underlättar för barnen att vara fysiskt aktiva och göra hälsofrämjande val. Resultatet visade att förskolor som har en större stödjande miljö är barnen i högre grad fysiskt aktiva samt att förskolor som köper in bra material och använder sina resurser tenderar att ha mer utbildad personal och resurser för fysisk aktivitet men att det saknas vidare forskning inom detta område.

En studie av Torkar & Rejc (2017) genomfördes i syfte att jämföra traditionell förskolegård med en naturlig förskolegård innehållandes mycket naturmaterial och växtlighet gällande dess inverkan på barns lek och fysiska aktivitet. Totalt fick 25 barn ha GPS-mätare och observeras på varje förskolegård. Barnens lek skiljde sig avsevärt på de två gårdarna. Barnen lekte mer med olika naturmaterial, lekte kurragömma och jagalekar. Det visade sig också att barnen var mer aktiva på skogens lekplatser än på vanliga förskolegårdar. Forskarna menar att när barn rör sig i naturen är detta betydelsefullt för barnens utveckling och hälsa under sin uppväxt. Den naturliga lärmiljön som utgörs av naturligt material och skog skapar fler möjligheter att leka och utvecklas än vad andra lärmiljöer gör.

4.2 Förskollärarens roll och undervisning i fysisk aktivitet

Senol (2021) har i sin studie undersökt förskollärares uppfattningar om fysisk aktivitet i förskolan och de faktorer som ökar eller begränsar dem. Författarna lyfter fram att förskollärare har en viktig uppgift i att göra barn delaktiga i fysisk aktivitet. Studien är en fallstudiedesign med en kvalitativ forskningsmetod och semistrukturerade intervjuer av 102 lärare i 85 förskolor i Turkiet. De flesta förskollärarna ansåg att barnen var mer aktiva utomhus eftersom att vara aktiv inomhus ansågs svårt då det var för lite utrymme för de stora barngrupperna. Många förskollärare värderade fysisk aktivitet som viktigt, dock ansåg de sig ha brist på kunskap om ämnet. De fann svårigheter i att planera dessa aktiviteter beroende på väder och gick oftast bara till lekplatser om vädret var fint. Även på grund av barnens dagsform, brist på material eller säkerhetsrisker kunde tillkomma. Forskningen kom fram till att barnen oftare väljer mer stillasittande aktiviteter vid fri lek än vid lärarledda aktiviteter. Det innebar att barn som deltar i förskollärares planerade aktiviteter har högre nivåer av fysisk aktivitet eftersom vid fri lek är förskollärare mindre aktiva vilket påverkade barnen att vara mer stilla.

En studie genomförd av Ellis et al. (2017) har undersökt vilka förändringar som förskollärare kan göra i verksamheten om hur man kan minska stillasittande bland barnen genom att låta dem diskutera tillsammans i sammanlagt 11 fokusgrupper av 87 yrkesverksamma förskollärare och rektorer i Australien. De kom fram till att små förändringar kan göra stor skillnad genom att integrera rörelse och fysisk aktivitet i spontana och planerade aktiviteter. Även att tänka på att använda sig av utrymmet utifrån syftet, vill man att barnen ska röra sig mer tenderar barnen att röra sig mer i större utrymmen. En annan viktig aspekt i förskollärarens roll är att vara en aktiv och deltagande förskollärare. Enligt studien visade det sig att förskollärarna ansåg att det svårt att minska stillasittandet på grund av rutinerna, den fysiska miljöns utformning samt föräldrars och pedagogers olika värderingar. Förskollärarna beskrev dessutom en brist på utrymme på utegården och att barnen inte var ute lika mycket på vintern vilket också var i samband med kortare dagar då det blev mörkare fort.

I Hong Kong har Cheung (2020) forskat genom observation av barn och förskollärare i deras fysiska aktivitet i rörelseprogram och med stegräknare. Resultatet visade att när förskollärare visar sina motoriska färdigheter och deltar tillsammans med barnen i fysisk aktivitet kan barnen nå högre nivåer av motivation till att röra på sig. Barnen tenderar att vara mer aktiva när en lärare visar intresse för den fysiska aktiviteten och blir på så sätt som en förebild för barnet. Fysiskt aktiva lärare införlivar en positiv syn på hälsosamt beteende för barn. De fysiskt aktiva nivåerna var högre hos barnen i de grupper där lärarna var aktiva jämfört med om lärarna var passiva.

I en studie av Kippe & Lyngstad (2020) har två förskolor i Norge jämförts, den ena förskolan var mycket fysisk aktiv och den andra förskolan inte så mycket. Syftet med studien var att ta reda på förskolläraernas åsikter och hur de arbetar med fysisk aktivitet, hur miljön var utformad och hur de planerade för fysisk aktivitet. Slutsatsen var att en ömsesidig syn på fysisk aktivitet i arbetslaget bidrog till förbättrad planering, vilket författarna beskriver att en lärarledd, organiserad och planerad fysisk aktivitet gynnar och ökar barns fysiska aktivitet positivt. Den genomsnittliga förskolan i Norge spenderar 33% av sin tid utomhus på vintern och 67% av deras tid utomhus på sommaren. Trots mycket lek utomhus så visar många norska studier på att förskolebarn har låga nivåer av fysisk aktivitet i förskolan jämfört med hälso-rekommendationerna trots att de vistas mycket ute.

En annan norsk studie av Skarstein & Berrefjord Ugelstad (2020) använde sig av kvalitativ metod med fokusgrupper och frågeformulär. Det visade sig att mesta tiden av utomhusvistelsen på förskolan tillbringas av fri utelek och lärarledd undervisning tillbringas inomhus. Det förekom oftast fysisk aktivitet i samling med rörelsesånger som enbart var någon gång i veckan och där fysisk aktivitet som undervisning vanligtvis användes i spontana situationer. Förskollärarna upplevde en brist på kunskap och att det saknas tid och är svårt att få in planerad undervisning till fysisk aktivitet vilket därför resulterade i att andra ämnen får mer fokus.

4.3 Barns rörelse och fysisk aktivitet

Corona-pandemin år 2019 ledde till att många familjer behövde stanna hemma vilket bidrog till att barnen inte kunde vara i förskolan i lika stor utsträckning. Pandemins restriktioner påverkade barns hälsa och välbefinnande. En svensk studie av Miregård et al. (2023) har undersökt förekomsten av övervikt hos svenska förskolebarn i fyra års ålder, före och efter corona-pandemin. Data jämfördes från år 2018 och år 2020 samt skillnader mellan könen. År 2018 var 11,4 % av de deltagande barnen överviktiga som sedan steg till 16,6 % år 2020. Det var fler flickor än pojkar med övervikt, dock ökade övervikten hos pojkar mer under de åren som undersöktes. Det visade sig att utevistelsen i förskolan ökade men övriga aktiviteter inom idrott inomhus minskade markant.

Genom att utvärdera kvalitén på utomhusleken har Hu et al. (2015) genomfört en studie på 91 olika kinesiska förskolor. Forskarna använde sig av en betygsskala för att studera och utvärdera utbudet av utomhusaktiviteter i förskolornas miljö. I förskolorna beskrivs den fysiska aktiviteten som lägre under fri lek än i lärarledda aktiviteter. Interaktionen med förskollärarna har betydelse i barns fysiska lek då det behövs en lyhördhet och stor uppmärksamhet på barns intressen och utvecklingsbehov. Även att förskollärare respekterar barns synpunkter samt att acceptera barns ansträngningar och förmågor utan att ta över för mycket. Under fri lek hade barnen oftast en begränsad yta att röra sig på med begränsade aktiviteter och material. Alltså, skyddandet av barnens fysiska utformning bekostade främjandet av den motoriska utvecklingen. Förskollärare bör ha mer kompetens kring ämnet och distribuera aktiviteter av hög kvalitet. En metod för förskollärare var att utnyttja lokala resurser, kultur och naturreservat. Vidare kommer studien av Hu et al. (2015) fram till en avsaknad av tydliga gränser mellan olika lekar och en motsättning mellan förskolans kvalitet och uppbyggnad av utomhusmiljön. En äventyrsfylld lekplats har mer potential än en traditionell lekplats när det kommer till att erbjuda barnen utvecklingsmöjligheter såsom kognitivt, känslomässigt, socialt och fysiskt. Bara genom att introducera något nytt stimuli, till exempel icke strukturerad utrustning som hinderbana eller fysiskt utmanande aktiviteter med deltagande förskollärare kan det bli mer spännande och inbjudande för barnen och kvaliteten på utomhusleken kan öka väsentligt.

Pape et al. (2016) har undersökt skillnader mellan förskolor med regelbunden undervisning i fysisk aktivitet och förskolor som inte har det. Studien genomfördes i Tyskland. En grupp förskolor skulle få ha regelbunden strukturerad undervisning i fysisk aktivitet med minst en utbildad idrottslärare och ha tillgång till bra miljöer för rörelse och det skulle fortgå under två år. Den andra gruppen förskolor skulle inte ha någon strukturerad undervisning i fysisk aktivitet med utbildad idrottslärare. Barnen var mellan 5–6 år med minst en varsin deltagande förälder under två års tid. Via omfattande intervjuer och frågeformulär fick barnens föräldrar och lärare uppskatta barns fysiska aktivitetsnivåer och psykiska mående i relation till familj, humör, självkänsla och förskolans utformning. Barnens motoriska utveckling mättes med hjälp av ett test samt stegräknare. Resultatet av Pape et al. (2016) forskning visade att barnen deltar i större utsträckning under vissa förhållanden, till exempel att förskolan ger en större variation av aktiviteter eller val till barnen att kunna välja det som anses mest intressant. Man såg att barnen fick lära sig regler och att det utvecklar självförtroende. En strukturgivande praktik i samband med rörelseaktiviteter och utveckling av barns självständighet verkar ha särskilt inflytande på barns sociala beteende. I förskolorna som var fysiskt aktiva uppmärksammades en lägre ljudnivå i grupperna och en lugnare miljö. Barnen kommunicerade med varandra och löste även konflikter själva i högre utsträckning. I de två aktiva förskolorna visade det sig även att pojkarna var mer aktiva än flickor.

4.4 Sammanfattning av tidigare forskning

Genom att presentera olika typer av forskning kan vi enklare i vår studie belysa skillnader i barns rörelse och fysisk aktivitet och på så sätt jämföra och se samband i hur dessa skiljer sig. Vi har i detta avsnitt redogjort för olika forskningsstudier för att skildra likheter samt olikheter, men även för att kunna ta reda på vad barns rörelse och fysiska aktivitet beror på. Genom detta sammanfattas olika typer av forskningsstudier som bidrar med olika infallsvinklar och forskningsrelaterade tester i barns fysiska aktivitetsnivåer.

Boldemann, et al. (2006) & Boldemann, et al. (2011) visade båda studierna att områden med större omfattning av växtlighet och terräng skapar mer rörelse för barn, samt att pedagoger använder utomhusmiljön mer om naturliga miljöer finns tillgängliga. Bower et al. (2008) och Torkar & Rejc (2017) är överens om att en stödjande miljö i förskolan underlättar för barnen att vara fysiskt aktiva men också att naturen är betydelsefull för utveckling och hälsa. Cardon et al. (2008) kom fram till att förskolans utomhusmiljö behöver tillgängligt material som främjar rörelse och fysisk aktivitet. Många förskollärare enligt Senol (2021) anser att de saknar kunskap och känner en osäkerhet kring hur de ska planera för barns fysiska aktivitet, att det tas för givet att barn rör på sig hela tiden. Däremot så visade det sig att barn tenderar att röra sig mer vid lärarledda aktiviteter än vid fri lek. Forskning av Ellis et al. (2017) och Cheung (2020) kom fram till att förskollärare behöver vara förebilder för barnen när det gäller fysisk aktivitet genom att vara deltagande och aktiv.

Båda de norska studierna av Kippe & Lyndstad (2020) samt Skarstein & Berrefjord Ugelstad (2020) undersökte förskollärarnas planerade undervisning i fysisk aktivitet vilket gynnade barnen positivt. Även i dessa studier framkom brist på kunskap i ämnet vilket resulterade i att annan undervisning prioriterades framför fysisk aktivitet. Forskning av Hu et al. (2015) beskriver hur den fysiska aktiviteten är lägre under fri lek än under lärarledd undervisning samt att ta vara på barns intressen och utvecklingsbehov. Det är väsentligt för förskollärare att utnyttja lokala resurser, kultur och natur. Detta blir relevant för oss att undersöka gällande ramfaktorer att förhålla sig till, när verksamheten ska ta sig iväg till olika lokala resurser och miljöer. Enligt Pape et al. (2016) är det bra med variation av material, aktiviteter och miljöer för att öka deras deltagande och intresse. Avslutningsvis kunde vi få fram att det skett förändringar i barns utomhusvistelse och rörelsemönster efter corona-pandemin (Miregård et al., 2023).

5. Teoretiska utgångspunkter

I det här avsnittet tar vi upp vald teori som ligger till grund för vår analys av insamlad material. Den valda teorin som vi kommer att redogöra för är ramfaktorteori som vi kopplar till hur förskollärare påverkas av yttre och inre ramfaktorer som möjliggör eller begränsar deras handlingsutrymme i verksamhetens utomhus- och närmiljö. I den här delen kommer vi att benämna skolan till viss del eftersom ramfaktorteori utgår från svenska grundskolan och dess läroplansteori, däremot kommer vi att tillämpa den till förskolans verksamhet.

5.1 Ramfaktorteori

Ramfaktorteori utvecklades under 1970-talet och 80-talet eftersom det då förekom diskussioner om Sveriges skolsystem, om hur skolans resultat skulle framställas och utvärderas. En SIA-utredning startades genom att granska skolans inre arbete gällande läroämnen och arbetsmiljö. Även den politiska styrningen av skolan granskades gällande dess reglering och utveckling som kallades decentraliseringsreformen, vilket innebar att den statliga verksamheten blev kommunal verksamhet. Det föreslogs att skolan framöver skulle präglas av mål- och resultatstyrning där kommunerna skulle få ansvar över att organisera och ha kontroll över de mål och riktlinjer som regering och riksdag bestämt. Målstyrningen innebär ansvar för tillsyn, uppföljning och utvärdering. Kommunen får själva göra prioriteringar och utforma en lokal skolplan efter regeringens riktlinjer, de har också ansvar i att utvärdera verksamheten. Värderingar och resultat ska ligga till grund för förskolans och skolans utveckling och förändring (Lundgren, 1999). Genom att ha vetskap om detta kan man få en förståelse för hur förskolan styrs. Dock skiljer sig förskolan mot skolan eftersom den är obligatorisk och är målstyrd i större omfattning.



Lindblad et al. (1999, s. 98) förklarar författaren hur ovanstående modell är en enkel form för ramfaktorteori, som handlar om hur ramarna påverkar vad som är möjligt att genomföra och således vilka alternativa resultat som kan möjliggöras. Utifrån vår tolkning kan ett exempel i förskolan vara att de yttre ramarna innefattar antal pedagoger, barngruppsstorlek och hur mycket resurser som förskolan har i verksamheten att förhålla sig till. De inre ramarna är de förutsättningar pedagoger skapar utifrån hur de yttre ramarna ser ut. Genom att reflektera och diskutera i arbetslaget gällande vad man kan genomföra utifrån rådande rammar är det en process i att nå önskat resultat, i vad man vill åstadkomma i verksamheten. Exempelvis ta sig ut i närmiljön eller att köpa in material till förskolegården.

Dagens strukturella förhållanden påverkar och formar lärarnas handlingsutrymmen eftersom de yttre ramarna är centrala kring politik, ekonomi och samhälle, vilket gör att det kan begränsa möjligheten för lärare att påverka till viss del. Vilket sammantaget menas att lärare får utföra sitt arbete och anpassa verksamheten i den verklighet de står inför (Lindblad et al., 1999).

Lindström & Pennlert (2012) beskriver att varje verksamhet har varsin historia och traditioner samtidigt som det finns pedagoger med olika arbetssätt och tankar kring barns lärande. Dessa variationer kan ibland värderas som tillgångar och ibland föredras gemensamt tänkande och handlande. Eftersom lärares ålder och erfarenheter också varierar skapar det i sin tur till skilda prioriteringar och tolkningar av verksamhetens uppdrag. Många givna förutsättningar påverkar både lärare och barns deltagande i verksamheten. Genom att analysera vilka ramfaktorer som finns kan det ge insikter om vad som är möjligt att genomföra och vad som är rimligt att förvänta sig av de som arbetar i verksamheten. Imsen (1999) tar upp en annan relevant aspekt, som är att det finns skillnad på att ha kunskap om hur ett idealiskt arbetssätt bör vara eller se ut och förstå varför den faktiskt ser ut och är på ett visst sätt. En ytterligare aspekt Imsen (1999) beskriver är att ramfaktorerna inte bara är hämmande eller begränsade, utan att de kan också utgöra möjligheter till förändring genom inflytande, om pedagogerna har ett medvetet förhållningssätt till dem. Det är därför viktigt att veta att det finns många yttre och inre ramfaktorer som binder läraren i deras val av handling.

Vi vill använda oss av ramfaktorteorin för att hjälpa oss att tolka och analysera sambandet mellan samhälleliga och organisatoriska ramfaktorer som råder utifrån förskollärares beskrivningar. Genom att ta reda på hur de påverkar förskollärares möjligheter och hinder i sitt arbete i förskolan med fysisk aktivitet på förskolegården och i närmiljön.

5.2 Ramfaktorer

Vi har valt att använda oss av samtliga ramfaktorer framskrivna av Lindström & Pennlert (2012) enligt rubrikerna nedan. Ramfaktorerna nedan är vad en lärare primärt behöver beakta och förhålla sig till. De underliggande ramfaktorerna som framkommer i förskollärares beskrivningar under våra intervjuer ligger till grund för vår tolkning och analys i studien. Vi kommer alltså att tillämpa dem i relation till förskolans verksamhet.

Tid och struktur

Att ha uppfattning och reflektera kring vilken tid saker och ting tar i verksamheten såsom aktiviteter, planering och utvärdering samt vilka förändringar som kan göras för att skapa bra förutsättningar.

Personal och arbetslag

Gällande personaltätthet kan man fundera över hur antalet vuxna kan garantera kvaliteten i verksamheten. Engagerade och professionella lärare är lämpliga egenskaper för verksamhetens kvalitet.

Barngruppens storlek

Att reflektera över vilken betydelse barngruppens sammansättning och storlek påverkar barns möjlighet till lärande. Gruppstorleken kan kopplas till vilka metoder och genomförande en lärare väljer att använda i sitt arbete.

Lokaler och miljö

Den fysiska miljön påverkar de didaktiska val en lärare gör. Utformning av lärmiljön påverkar barnens lust att lära. Reflektera över hur miljön används, vems ansvar och i vilken omfattning kan barnen vara med och påverka. Hur kan miljön ordnas och utsmyckas så det bjuder in till arbete, skapande och är stimulerande för lärandet.

Skolans ledning, organisation & Ekonomiska resurser

Ansvar för verksamheten ligger i kommunen och kan se olika ut beroende på kommun. Interna frågor gällande makt, demokrati, ekonomi och information till alla anställda är upp till varje enskild verksamhet att behandla. Även beslut om hur miljön ska användas och barngruppernas storlek. Även vad verksamheten ska prioritera och fokusera på. Kommunens och verksamhetens ekonomi påverkar möjligheten till att anställa lärare, köpa läromedel och utrustning som direkt eller indirekt påverkar arbetet.

Närsamhälle

Hur kan den omgivande närmiljö användas och utnyttjas i arbetet i verksamheten i relation till samhällsstrukturer. Kunskap om denna ramfaktor kan vara ett viktigt redskap i den didaktiska analysen vid planering och reflektion. Kommunens ekonomiska situation kan ha betydelse för kvalitet. Klass, etnicitet och grad av mobilitet är några begrepp som kan användas vid analys av närmiljön som verksamheten är del av. Verksamheterna ser olika ut beroende på var de ligger och vad de har tillgång till.

Kultur

Relationer, miljö och arbetet i verksamheten påverkas av vilka kulturer som finns. Samt att det finns vuxna och barn med varierande kulturella bakgrunder. Verksamheterna har en egen lokal kultur som innefattar de typiska handlings- och tankemönster som finns hos och uttrycks hos lärare och barn. Kulturen påverkas också av verksamhetens historia och närsamhällets traditioner samt socioekonomisk struktur.

Vårdnadshavare

Eftersom barnen tillbringar stor del av sin vardag i verksamheten är det ofta förekommande med engagerade och intresserade föräldrar om vad som sker i förskolans miljö. Dessa förväntningar bör kartläggas och funderas kring eftersom deras tankar och önskemål kan vara en tillgång samt en förutsättning för ömsesidig respekt.

6. Metod

I det här avsnittet presenteras metoden vilket är grunden för studiens resultat och analys. Vi har genomfört intervjuer med förskollärare på olika förskolor med varierande förutsättningar i utomhusmiljö och närmiljö för rörelse och fysisk aktivitet. I analysen har vi kodat och tematiseras det insamlade materialet och satt det i relation till våra teoretiska utgångspunkter och begrepp. Jämföra och sammanställa den rådande praktiken och teorin som vi har samlat in.

6.1 Hermeneutisk forskningsansats

Eftersom vi i den här studien har valt att analysera förskollärares beskrivningar anser vi det relevant med tolkningsläran från hermeneutiken som en vetenskapsteoretisk grund för vårt analysarbete. Genom att tolka och bilda oss en egen förståelse för hur förskollärare uppfattar möjligheter och hinder för barns rörelse och fysiska aktivitet i utomhusmiljön och närmiljön.

I enlighet med hur Allwood & Eriksson (2017) skriver om hermeneutiken, kan den vara till hjälp för oss att sätta saker i perspektiv, i ett större sammanhang och att jämföra uttalanden om olika uppfattningar och meningar. Det hjälper oss också lyfta fram samspelet mellan olika förklaringar och beskrivningar. Med metodologisk hermeneutik är vår avsikt att finna logiska förklaringar till förskollärares resonemang för att förstå hur de kan vara meningsfulla och rationella utifrån deras perspektiv. Genom att formulera en sådan logik på ett bra grundligt sätt bör det vara så samstämmigt som möjligt med förskollärares egna förklaringar. Vidare i enlighet med Patel & Davidsson (2019) är språket också en naturlig del eftersom språket bidrar till kunskap om det genuint mänskliga, att vi får fram förskollärares handlingar, avsikter och intentioner från deras formuleringar där vi i sin tur kan tolka och förstå innebörden av deras yttringar. Genom att vi har skapat oss en förförståelse för forskningsobjektet ser vi det som en tillgång för att kunna tolka och förstå.

6.2 Kvalitativa intervjuer

Den valda metoden utifrån hermeneutisk utgångspunkt är kvalitativa intervjuer för att ta reda på förskollärares förståelse för fenomenet. Vi valde att ge alla respondenter samma öppna frågor för att få mer tillförlitliga svar i form av fritt berätta om sina erfarenheter och situationer, i stället för enbart personliga åsikter och synpunkter kopplat till ämnet (Dimenäs, 2007). Det blev totalt 20 intervjufrågorna (Bilaga, 3), vi valde att ha med många frågor eftersom vi har ett tydligt fenomen där vi vill få svar på förskollärares arbetssätt samt se vilka yttre och inre ramfaktorer vi kan få fram utifrån vår ramteoretiska grund. Frågorna delades in i tre delar, första delen med inledande frågor för att få information om respondenten, andra delen handlade om rörelse och fysisk aktivitet i utomhusmiljön samt sista delen gällande förskolans struktur, möjligheter och hinder. Alla intervjuer spelades in med hjälp av telefonens röstmemo.

6.3 Urval

Vi startade med att söka på internet om vilka förskolor som fanns i vår kommun och närliggande kommuner. Rektorer på kommunala och fristående förskolor fick mail om inbjudan till intervju med förskollärestudenter och information där de ombads vidarebefordra mailet till förskollärare i deras rektorsområde eller enskild förskola (Bilaga 1). Förskolor och kontaktuppgifter skrevs ner i tabellform för att kunna följa upp. Utöver att maila har vi även ringt förskolor för enklare och snabbare kontakt. Vi har valt att intervjua förskollärare eftersom förskolans undervisning och målstyrda processer ska ske under ledning av förskollärare i enlighet med förskolans läroplan (Skolverket, 2018), då det under vår förskolläraryrkesutbildning är deras förhållningssätt och arbetssätt som är mest relevanta. Vi hade stort fokus på att söka kontakt med förskolor med en uttalad inriktning av utomhusvistelse och sedvanliga kommunala förskolor utan särskild uttalad pedagogisk inriktning för att få olika perspektiv och erfarenheter. De som deltog i studien var fyra förskollärare på kommunala förskolor och fyra förskollärare på fristående förskolor i Skåne län. En fristående förskola har uttalad inriktning gällande rörelse och utomhuspedagogik.

6.4 Forskningsetiska principer

Vi har följt Vetenskapsrådets (2002) riktlinjer om forskningsetiska principer. De förskolor och rektorer som kontaktades fick ta del av informations- och samtyckesbrev (Bilaga 2), det vill säga att de utifrån informationen om studien har rätt att avgöra om de vill delta och att de när som helst kan dra tillbaka sitt deltagande samt att ljudinspelningar av intervjuer och kontaktuppgifter till förskollärare raderades efter att studien blivit godkänd och publicerad. Konfidentialiteten följs och tas hänsyn till genom att insamlat material och uppgifter i studien skrivs fram på ett sätt så att utomstående inte kan identifiera deltagande, utifrån Ahrnes & Svenssons (2015) beskrivning.

6.5 Genomförande

Alla deltagande respondenter fick intervjufrågorna skickade till sig innan intervjun för att få möjligheten till att förbereda sig och för att vi skulle kunna få mer uttömmande svar, vilket förskollärarna själva också framförde. Fyra intervjuer genomfördes fysiskt på två förskolor på en lugn och avskild plats där respondenten fick möjlighet att utveckla sina svar utan störande moment runt omkring. Vi satt vid ett vanligt bord för att kunna sitta ordentligt och för att det ska höras tydligt i inspelningen där vi använde oss av vår egen telefons röstmemo. De andra fyra intervjuerna genomfördes via zoom både enligt deras egna önskemål och på grund av sjukdom. Intervjuerna förväntades ta en halvtimme men varierade i längd beroende på svar. Att anteckna under intervjun blev inte relevant av den orsaken att vi ville fokusera helt på själva intervjun eftersom att vara genuint intresserad och att lyssna är en stor del till att intervjun ska kunna utvecklas och få de svar vi behöver vilket gjorde att vi valde att inte anteckna under tiden.

6.7 Analysmetod

I enlighet med Braun & Clarke (2006) har vi valt att använda oss av tematisk analysmetod, vilket är en metod för att identifiera, analysera och ta fram upprepande mönster i den insamlade empirin. Det är en metod som kan användas för att spegla verkligheten samt ge möjlighet till att gräva ännu djupare. De teman vi urskiljer bör fånga relevanta perspektiv i relation till studiens frågeställningar. Första fasen handlar om att bekanta sig med vårt insamlade material genom att göra upprepad läsning av vår transkribering, i andra fasen skapas det en lista med så många intressanta koder eller mönster som möjligt, eftersom man inte vet innan vad som är det mest relevanta. Tredje fasen handlar om att söka efter teman som identifieras utifrån kodningen. Den fjärde fasen innebär ytterligare sammanställning av identifierade teman och mönster. Femte och sjätte fasen innebär att identifiera och förklara de didaktiska val som gjorts under den tematiska analysen för läsaren. Genom att använda oss av tematisk analys är syftet att hitta likheter och skillnader mellan förskollärarnas olika svar för intervjufrågorna för att vi i sin tur ska besvara våra frågeställningar. En fallgröp som Braun & Clarke (2006) nämner är att använda sig av datainsamlingsfrågorna, i vårt fall intervjufrågorna eftersom det kan bli för mycket överlappningar mellan de olika temana där det inte blir konsekvent och sammanhängande. En annan eventuell fallgröp kan vara bristande överensstämmelse mellan data och analytiska påståenden eller obalans mellan dessa och vald vetenskapsteori.

6.7.1 Analysprocess

Direkt efter varje genomförd intervju transkriberade vi ordagrant intervjuerna utifrån inspelningarna, dock har viss redigering gjorts för att namn och ej relevanta småord tagits bort, men inte så att innebörden i texten har förändrats i enlighet med Bryman (2018), för att sedan koda och tematisera innehållet. Vi ville skapa oss en helhetsbild av materialet genom att markera ord och meningar som sticker ut och som vi anser är relevanta, sakliga och neutrala. Genom att sedan sätta namn på koder och mönster kunde vi enklare knyta an till vår litteratur som rör undersökningens fokus, dock var det viktigt att formulera teman där vi fångar stora delar av materialet. Tanken med våra teman var att ha utgångspunkt i ramfaktorteorin med relevanta begrepp, eftersom den tematiska analysen är teoristyrd. De viktigaste koderna valdes ut för att sedan grupperas i teman. Totalt kom vi fram till fyra övergripande teman. Dessa teman och kopplingar emellan utgör studiens huvudresultat i form av kunskap ur deltagarnas perspektiv som återges under resultat och analys.

7. Resultat och analys

I det här avsnittet presenteras resultatet från samtliga genomförda intervjuer i syfte att ta reda på följande frågeställningar: *Vad berättar förskollärare om förskolegårdens utformning och tillgängliga närmiljöers inverkan på barns rörelse och fysiska aktivitet? Vilka hinder och möjligheter för barns rörelse och fysisk aktivitet utomhus framkommer i förskollärares berättelser?* Utifrån den tematiska analysen kommer studien redovisa fyra huvudteman som vuxit fram ur det empiriska materialet vilket analyseras utifrån ramfaktorteorin och den hermeneutiska tolkningsläran. Vi kommer presentera resultatet och även tolka detta med citat för att på så vis visa olika aspekter av påståenden som belyses. Dessa teman är: *förskolors utomhusmiljöer saknar utmaning och växtlighet, för att ta sig ut i närmiljön krävs resurser, arbetslaget skapar möjligheter tillsammans, rörelse är en naturlig del av förskolan.*

Tabell över förskolor och deltagare med fiktiva namn.

| Ida & Anna | Petra & Stina | Lisa & Emma | Erica | Sofie |
|--|--|--|---|---|
| Fristående Ur & Skur Förskola på landet | Fristående Förskola i ett mindre samhälle | Kommunal Förskola i ett mindre samhälle | Kommunal Förskola Centralt i en mindre ort | Kommunal Förskola Centralt i en mindre ort |

7.1 Förskolors utomhusmiljöer saknar utmaning och växtlighet

Det här avsnittet kommer att ta upp förskollärares beskrivningar av förskolans utomhusmiljö. Totalt uttryckte 6 av 8 förskollärare att deras förskolegård är väldigt kal och enförmig, där de gärna hade haft mer utrustning och redskap i form av klätterställningar och hinderbana samt höjdskillnader så som kullar och mer växtlighet. Den fysiska miljön påverkar förskollärarna till vilka didaktiska val de gör (Lindström & Pennlert, 2012). Förskollärarna berättar att de får anpassa de spontana aktiviteterna utomhus utifrån de förutsättningar de har och hur förskolegården är utformad.

”Den är ju inte jätteinspirerande, gården på baksidan. I princip bara asfalt. Så där hade man ju kunnat göra mer då vi ändå har ytan, det finns ju plats. Vi får se om det kommer. Våra barn här dom går ju i trappor ganska många gånger varje dag och det i sig är väldigt bra fysisk träning också, de blir väldigt duktiga på det, små barn som klarar av att gå i trappor på ett väldigt bra sätt. Allt har ju för och nackdelar men det är ju inte så smidigt för dom, men dom vet ju inget annat heller utan det är ju så här förutsättningarna är.” (Petra)

Petra beskrev förskolegården som oinspirerande och skildrar även hur trapporna är en del av barnens dagliga rörelse och hur denna övning är viktig för utveckling av motoriken och den fysiska hälsan. På så sätt får man anpassa sig efter det man har tillgång till på förskolegården. Hon reflekterar kring att det både är en för och nackdel vilket vi ser som en positiv egenskap att ha som förskollärare.

“Den är lite tam faktiskt, vi har för lite. På min förra förskola hade vi stubbar och lite, man kan gå balansgång på och den här är lite tam, lite för lite att göra för barnen, om dom inte själv kommer på, det är för lite absolut. [...] Vi har ju två gårdar och då är ju en av gårdarna mer anpassade för de yngre barnen. Ja, här är inte så jättemycket egentligen vi har någon balansstock, lite gungor och vi har någon stuga man kan gå in i, någon rutschkana men vi har önskat få lite mer motoriska utmanings-banor och sådant, det hade varit fantastiskt men det är ju en pengafråga. Så vi försöker ju göra det vi kan, man kan ju plocka ut grejer och försöka skapa lite rörelsebanor och sådant för dem ändå ju. Ja, det är ju mindre barn så det finns ju någon liten kulla att klättra upp på. På den andra för de större barnen där är ju lite fler grejer, men där är ju också mer att önska för att kunna utmana dem motoriskt. Cyklar finns också absolut, de brukar vara väldigt populära.” (Lisa)

Lisa förklarar hur förskolegården har för lite material på utegården och jämför med sin förra arbetsplats där det fanns mer material att ta ifrån. Lisa anser även att det är för lite material för barnen att leka med vilket gör att barnen ofta blir uttråkade. Hon beskriver vidare att de försöker få barnen i rörelse och saknar utmaning för de stora barnen i form av material samt att det är en pengafråga. Trots detta försöker de hitta lösningar.

“Ja, så om man har sett hur vår förskolegård sett ut under väldigt lång tid så har den inte haft så mycket spännande att erbjuda, det är en gräsmatta, tre gungor i ett hörn, en sandlåda i ett annat. Så det spontant vi gör är att vi drar ihop dem till att leka, följa John, man springer först och barnen följer efter och de får härma rörelser. Det tycker barnen är ganska kul eller att man leker sådana lekar, man samlar alla barnen på en sida och så får de hoppa som en groda till mig på andra sidan, det är typ dessa aktiviteter vi kan göra. Det finns inte så mycket att göra men man kan klättra över vår klätterställning som är handikappanpassad [...] De kan ju springa på den men där är ju inget att klättra på mer än att klättra över väggarna för det är liksom ingen “klätterställning” på det sättet utan snarare en lekställning [...] Spontant så brukar många barn leka tagen och jaga varandra [...] Det verkar vara något som går i arv som barnen lär sig själva liksom, att man ska leka tagen där. Det är kanske bara så att den bjuder in till det, att det är vad barnen ser, sen är det ju så att många av barnen är här ute och leker på sin fritid också eftersom det är den närmaste lekplatsen de har.” (Erica)

Erica beskriver vad som finns på förskolegården och hur den har sett ut under lång tid samt hur de använder den spontana undervisningen gällande fysisk aktivitet. Det framträder att det inte finns så mycket att göra och hur deras klätterställning är handikappanpassad och mer som en lekställning. Erica berättade vidare att barnen inte bara använde den som klätterställning utan också som en bra plats att leka tagen-lek på. Förskolans gård är en lekplats som många av barnen tar sig till när de är lediga eftersom det inte finns så många lekplatser för de som bor här i närheten.

“Ja men det flyter ju ihop såklart för ibland är det ju spontant att ‘ah nu rör dom inte sig’ vi får ha gymna nu jag hämtar högtalaren, så det kan ju vara så också. Men annars är det ju ja, men rutschkana där man kan klättra upp och balansgång och lite sådana grejer som är lite mer spontant kanske och vi har ju. Men nu har snön smält igen men annars så brukar vi ta ut gatukritor och måla en hinderbana eller alltså ja måla olika slags banor på marken, eller om man tar en lek som jag sa vi gör på gläntan det gör vi ibland inne på vår gård också någon rörelselek där man kan ta lite spontant nu i början, alltså det är många nya barn så oftast kan dom inte någonting sådant ännu utan vi får liksom introducera hur man leker i olika lekar med dem.” (Sofie)

Enligt Sofie sker den fysiska aktiviteten oftast spontant och om de märker att barnen står stilla och behöver röra sig. Sofie berättar om olika material och om rörelselekar, men eftersom det är många nya barn så tar det lite tid innan barnen lär sig de olika lekarna. Sofie beskriver hur de ändå utnyttjar miljön tillsammans med barnen med hjälp av bland annat gatukritor och målar hinderbanor, utifrån de förutsättningarna som finns. Sofie beskriver vidare:

“Men just miljön där försöker vi ibland få någonting mer för att det ska bli lite mer inspirerande och det har vi inte lyckats med nu på ett tag, men typ en hinderbana, vi har en liten på vår lilla gård med några nedgrävda stora stenar och stockar och så det hade varit kul att ha någonting sådant. Någon större gren eller alltså mer och klättra på och det hade varit kul också med en kulle på små barnens gård för att bli lite mer nivåskillnad. Det tror jag hade varit bra för de små, så det hade varit roligt, om någon gång om det blir lite jordmassor någonstans hade vi kunnat få ny kulle kanske om det är plats till det. Det är väl utomhusmiljön det är mycket som ska passas, den här gruppen som klipper gräset dom vill inte det ska vara något på gräset och så vidare men ja, vi får försöka ändå att få någonting mer som kan inspirera dom själva med, åh här ska jag klättra, det hade varit roligt, inte så platt” (Sofie)

Sofie berättar om utomhusmiljön och att det hade varit uppskattat om de hade fått mer att klättra på men även nivåskillnader på deras lilla gård. Vilket hade varit bra för deras yngsta barn. Sofie beskriver också att det är mycket som ska anpassas på gården och de som tar hand om gräset vill inte att det ska vara grejer där. Fortsättningsvis beskriver Sofie att de får själva försöka inspirera barnen trots att utomhusmiljön är platt.

“Ja men den är varierad, det är terräng, backar och slätt, träd att klättra i, skrymslen att vara bakom och inuti, vi erbjuder gungor, spadar och hinkar precis som vilken förskola som helst. Men storleken framför allt tror jag inbjuder många barn, just känslan att man kan få lov att hitta sin plats, de får lov att flytta rundor på grejer och vi har inte en tillrättalagd gård. Jag tror det är jättemånga som kommer hit och tycker att här känns rätt så rörigt och så men tittar man hur barnen leker, det är mycket kreativ lek och det är. Det är yta att kunna springa, just det här att känna farten nedför en backe och just det här att få klättra och gömma sig, ja det har de möjlighet till här.” (Anna)

Anna framställer att deras utegård är varierad och inspirerande för barnen som inbjuder till kreativ lek, men att många som kommer dit och besöker förskolan kan uppleva den som rörig. Det är yta att springa och höjdskillnader med backar vilket gör att man kan få uppleva farten nedför men även att få klättra och gömma sig.

“Vår vision är ju att det ska vara naturligt material inne på förskolegården också, sen har vi ju gunga och några rutschkanor och så, men vi har inte mycket färdigt material, så här, att så här gör du detta utan det ser man faktiskt på barnen med vad de gör och leker för att de tvingas ju till att tänka själva.” (Ida)

Ida menar på att deras utomhusgård består av mestadels naturligt material och att de inte har mycket färdigt material, vilket de också märker på barnen hur de leker och att de tvingas att tänka själva.

Utomhusmiljön enligt Anna och Ida som jobbar på en förskola där utomhusmiljön är i fokus beskrev hur deras utegård bestod av merparten naturmaterial och enbart någon enstaka rutschkana och gungor och att de undviker färdigt material. Genom detta märker de hur barnen får tänka själva och använda sitt konsekvenstänk, spadar och hinkar användes ofta inte till sandlådan utan till naturmaterialet och barnens egen fantasi. Anna och Idas förskola är de enda av alla 8 förskollärare som upplever att deras förskolegård är inspirerande och utvecklande för barnens rörelse och lek. Det tas även upp att det är viktigt att fundera över och göra medvetna val om vilken typ av material man vill ha till sin förskolegård, material som gynnar och väcker barns intresse samt bidrar till olika sorters rörelse. Vilket Anna och Ida har uppmärksammat.

Utifrån Lindström & Pennlert (2012) ramfaktor, verksamhetens lokaler och miljö gällande utformningen av utomhusmiljön och hur den används relevant. Det påverkar barns sätt att lära och förskollärare behöver därför göra olika didaktiska val i hur de ska använda sig av gården utifrån sina förutsättningar. Eftersom många av respondenterna uttrycker att de har svårt att hitta inspiration från deras gård behöver de därför använda sin fantasi och utmana barnen i sin rörelseförmåga. Förskollärarna beskriver att de leker följa John, ritar och bygger hinderbanor, tar med musikhögtalare ut så att barnen kan dansa och övriga rörelselekar. Dock finns det många önskningar om att få utöka gården med växtlighet, kullar och material, främst klätterställningar. Det framkom även mer behov av utmaning för de stora barnen. Detta leder oss vidare in på ramfaktorer gällande ledning, organisation och ekonomi där ansvaret av utformningen ligger på kommunen vilket gör att det ser olika ut beroende på kommun och förskola de arbetar på, där förskollärarna till viss del kan vara med och påverka men att det kan ta tid (Lindström & Pennlert, 2012). Flera förskolor påpekar bristen på klätterställning och utmaningar för de stora barnen då de lätt tröttnar på det som finns på gården. Förskollärarna reflekterar kring hur miljön används, att det är en pengafråga och på vilka sätt den bjuder in till en stimulerande och skapande miljö för barnen. Det uttrycks också från Sofie att de som sköter gräset vill helst inte ha saker på gräset vilket begränsar vad de kan ha för material på gården.

7.2 För att ta sig ut i närmiljön krävs resurser

I det här avsnittet presenteras vad som påverkar möjligheten att ta sig ut i närmiljöer med barnen och till vilket syfte man tar sig utanför förskolan. De flesta förskollärare uttryckte att de hade tillgång till fina närmiljöer i form av skog, strand och möjlighet att ta sig in till byn. De beskrev även att de strävade efter att ta sig till dessa olika närmiljöer minst en gång i veckan eller mer om det finns möjlighet. Däremot beskrev en förskollärare att de just nu inte hade resurser att ta sig ut i närmiljön trots fina miljöer. En förskollärare på en annan förskola som låg centralt hade i stället ingen större tillgång till skogsmiljöer och strand men kunde promenera runt i samhället.

“Vi kan heller inte gå iväg om dem är full grupp utan det får man ha lite, passa på att ja men idag är vi lite färre då går vi ut och går en runda och så ja tyvärr har ju personaltätheten minskat [...] att träna på att gå en runda så man ser andra synintryck så pratar man och då utvecklas språket och så ju [...] Fina närmiljöer men tyvärr har vi inte möjlighet att utnyttja det speciellt ofta.” (Sofie)

Enligt Sofie så får de ofta passa på att gå i väg när de är färre i barngruppen. Men även att personaltätheten har minskat sedan Sofie började. De gånger de får tid till att gå ut, har de gått promenader och Sofie menar på att det är bra för barns synintryck och även språket, att man får med många delar. Däremot är det väldigt sällan de är få barn och har möjlighet att gå i väg. De har fina närmiljöer men inte möjligheten att utnyttja dem.

“Vi går varje måndag på promenad och då har vi tittat på och haft största fokus på ja men här bor Kalle, här bor Selma och så. Då har vi också passerat genom centrum och tittat. Vi har en hårfrisör precis här runt hörnan som brukar ha påskpynt i sitt skyltfönster, nu julpynt och innan var det halloween. Hon som jobbar där inne tycker det är väldigt roligt och gör det för barnen för hon vet att vi brukar komma dit och stå och titta. Vi kan följa året i hennes skyltfönster, vi tittar och pratar och ja något barn berättar; min pappa jobbar på den här pizzerian och här brukar vi handla och jaha vad gör man då och liksom så. Någon mamma driver en nagelsalong och så där. Man går liksom runt och tittar för barnen ska få gå runt och lära känna vad vårt samhälle har att erbjuda och vad kan man jobba med när man blir stor.” (Erica)

Erica uttryckte att de har begränsad möjlighet att besöka andra närmiljöer än centrum eftersom det är för långt att gå till närmaste lekplats men även brist på skog. I centrum finns det bland annat frisörer, pizzerior eller till barnens egna hem. Ska de ta sig till lekplatsen eller biblioteket så får de planera upp hela förmiddagen för att hinna med.

“Här har vi det rätt så lyxigt skulle jag säga, vi har både en liten skog precis två minuters gångväg, som ja, den är ju lite liten för oss men jag tänker för ett barn så är det ändå möjligheter och springa och gömma sig eller klättra och det är ändå en skogsmiljö. Sen har vi ju stranden, ja vad kan det ta, en kvarts promenad också, som vi också utnyttjar, och även en lite mer, trollskogen kallas den för med lite snirkliga träd och där tycker barnen det är väldigt spännande, men då krävs det

lite mer tid för att gå dit, men dom andra, den skogen här bredvid den kan man gå ut och gå till när som.” (Stina)

Stina beskriver att de har det lyxigt med nära närmiljöer till en skog som inte tar lång tid att gå till. De har även närheten till stranden som tar en kvart att gå till, även en trollskog som barnen tycker om att vistas i. Dock beskriver Lisa att det krävs tid och planering för att gå till trollskogen.

“Ja, det är ju stranden, skogen och så har vi några lekplatser vi brukar besöka här i närområdet, vi promenerar ibland till biblioteket och så.” (Emma)

Emma beskriver att de besöker stranden, skogen, biblioteket och lekplatser som ligger i deras närområde.

När vi frågade vilka förändringar som kan göras för att lättare ta sig iväg till dessa närmiljöer var det vanligaste svaret brist på personal eller en för stor barngrupp vilket även skulle innebära en säkerhetsrisk att ta sig iväg.

“Då är det ju det klassiska svaret: fler pedagoger eller färre barn. Det är ju det som är avgörande i de flesta lägen, man får liksom väga in idag, kan du gå ut med dem där så fixar vi så går det liksom. Hade man varit fler pedagoger hade man kunnat fördela sig på ett helt annat sätt under hela dagen. Barnen mår ju bättre när de är små grupper.” (Emma)

Emma förklarar organisatoriska lösningar som behövs anpassas till för att de ska kunna gå i väg på promenad i närmiljön. Det framkommer också att för barnens skull bättre med mindre grupper.

“Detta är inte dokumenterat någonstans men man har fått höra mycket att vi lämnar starka barn härifrån, och jag vill tro att det har med det att göra att det vi gör fäster sig någonstans liksom djupt. Jag tror det är jätteviktigt för att det ska sätta sig, allt man lär sig och tälja eller att man lär sig begrepp, rör man sig till det så blir det något annat [...] Det blir så tydligt häromdagen när vi var på isen, vi hade kunnat titta på en film, för det tänker jag ju att det är många som inte kan ta sig ut till en is, en stor is, en barngrupp och få känna på det, att få titta på den, känna på den och åka på den.” (Anna)

Förskolan med utomhuspedagogik tar sig gärna ut till olika platser för att uppleva det på riktigt i stället för att exempelvis bara visa en film. Anna betonar att genom rörelsen sätter sig även allt annat, i stället för att bara titta på en film om ett visst ämne så kan de gå ut i naturen och bedriva sin undervisning utomhus och i närmiljön. Genom att låta barnen få uppleva saker och ting med alla sinnesintryck.

Närmiljöer som ofta besöktes enligt förskollärarna var skogen, offentliga lekplatser, stranden eller biblioteket. Undantag fanns för en förskola där Ida och Anna jobbar på en förskola där utomhusmiljön är i fokus. På denna förskola besöker barnen en närmiljö minst en till två gånger i veckan, såsom skog, affär, olika dungar och hagar. Denna förskola hade även möjlighet till lådcyklar där de kan ta sig ut på längre sträckor tillsammans med barnen.

De andra förskolorna behöver promenera för att ta sig till sina närmiljöer och kan på så sätt inte ta sig lika långt. Det varierade i avstånd till förskolornas närmiljöer vilket påverkade deras möjlighet till att mer enkelt ta sig iväg spontant. Två förskolor hade promenadavstånd till stranden samt en närliggande skola med lekplats. En populär aktivitet flera förskolor gjorde var att promenera med barnen i sin by, besöka barnens hem och uppmärksamma hur det ser ut i just deras närmiljö. Det kan vara ett sätt att få barnen känna sig som en del av samhället.

En ramfaktor som vi kopplar till närmiljön är hur man kan använda förskolans närmiljö i arbetet, då samhällsstrukturer direkt eller indirekt kan påverka undervisningen (Lindström & Pennlert, 2012). Utifrån var verksamheten är placerad kan detta påverka möjligheten till att ta sig till olika närmiljöer, detta hänger också ihop med kommunens resurser och ekonomi som begränsar förskollärare att bedriva sitt arbete i närmiljön. Det som också framkom som en relevant aspekt utifrån ramfaktor, barngruppens storlek (Lindström & Pennlert, 2012) var att det var avgörande för huruvida det var möjligt och säkert att genomföra utevistelse i närmiljön. Det var inte bara Emma som påpekade detta utan samtliga respondenter.

7.3 Arbetslaget skapar möjligheter tillsammans

Detta avsnitt handlar om arbetslagets betydelse för barns möjligheter till rörelse. En viktig del som framkom i förskollärarnas berättelser var arbetslagets förhållningssätt, samarbete och gemensamma syn på rörelse, fysisk aktivitet och utomhusvistelse. Både att man tillsammans skapar möjligheter utifrån de resurser man har och att arbetslaget kan begränsa arbetet om inte alla tänker och gör liknande. Det ser olika ut på olika förskolor gällande förhållningssätt till barns rörelse och fysisk aktivitet. Det framkom hos alla förskollärare vi intervjuade att det är stora barngrupper med lite personal vilket påverkar möjligheten att ta sig ut med barnen utanför förskolan till viss del.

“Jag menar utifrån, vi är ju också begränsade utifrån resurser som alla andra men utifrån dom resurserna vi har så tycker jag vi kan göra det vi vill när det gäller det vi har inte så mycket begränsningar det är bara att gå ut utanför dörren, det handlar ju om vad du som pedagog har för begränsningar i ditt huvud.” (Anna)

Anna beskriver att man i sitt arbete får göra anpassningar utifrån de resurser man har, att oftast begränsar man sig själv när det egentligen bara behövs lite fantasi och nytänkande.

“Man får hela tiden försöka tänka att åh nu är den här situationen lite jobbig vad kan vi göra för ja, vi kan ju inte, vi får inte mer personal än vad vi har så att man får försöka och hitta lösningar ändå ju, så är det.” (Sofie)

Sofie beskriver också att samtliga situationer får man försöka lösa på något sätt.

“Jag vill ju vara ännu mera ute än vad vi kanske är just nu men inte riktigt det arbetslaget nu som tycker mest om att vara ute nu men jag jobbar på det [...] Hade jag fått bestämma så hade vi varit ute mer tid men nu har jag ju inte ett arbetslag

som är så sugna på det men vi är ju ute en sväng på förmiddagen och en sväng på eftermiddagen, jag vill ju gärna också äta lite mer utomhusmål, både lunch och mellanmål eller så [...] men nu är vi ju fler som ska styra.” (Petra)

Petra beskriver en uppgivenhet över att de andra i arbetslaget inte har ett lika stort intresse av att ta sig i väg med barnen. Det framkommer att möjligheter finns för att ta sig ut men när hela arbetslaget inte är med på det, är det svårt att genomföra.

“Jag tror att alla vill mer, det tror jag ändå sen tror jag att när man inte har förutsättningarna, när man inte har arbetslaget som har samma tänk så är det. Jag tror det är lite svårt, att jag tänker såhär, så bara kör vi, det är jättesvårt, på en förskola är du beroende att ett arbetslag är med på det du tänker och det kan jag väl säga är väldigt stor skillnad [...] här har vi inriktningen att vi ska ta oss ut, vi har investerat i grejer för att vi ska vara ute och det kanske inte riktigt andra förskolor har. Det blir lite tankenöt tror jag när alla inte drar åt samma håll, det är den svåra delen tror jag.” (Anna)

Anna förklarar betydelsen av den gemensamma synen i arbetslaget för barns rörelse och fysiska aktivitet skapar för möjligheter vilken skillnad det gör för arbetet. Hon beskriver också att de har köpt in material för att kunna vara ute och i närmiljön. Kopplat till ramfaktorer kan det handla om ekonomiska resurser, hur pengarna fördelas och prioriteras (Lindström & Pennlert, 2012). Att i arbetslaget diskutera tillsammans om en gemensam syn på vad som ska prioriteras.

“Det är ju önskvärt att vara mer personal när man går i väg, det man kan göra då är att dela upp dom så man kan gå i väg och göra det i mindre små grupper så man kan gå iväg själv med några stycken. det är ju större barngrupper idag än vad det var förut så man har ju fler att ta med sig. Hösten är ju också så, innan man lär känna alla barn man har kanske någon som är benägen till att sticka i väg får man vara lite försiktig, på våren är vi kanske ute mer och man kan gå lite själv också “ (Emma)

Emma beskriver hur personalen utgör en viktig del till att kunna gå ut i närmiljön samtidigt som hon beskriver hur man kan hitta en lösning på det genom att dela upp barngrupperna i mindre grupper vilket gör det lättare på så sätt att ta sig ut. Emma beskriver även att det krävs försiktighet som pedagog och att kunna känna av och fatta beslut utifrån barngruppens behov.

“Vi måste visa barnen att det är roligt att röra sin kropp, att det är liksom skönt och härligt att göra den typen av saker, så det behöver vi vara förebilder i och jag är själv en ganska aktiv person det är jag, jag tycker det är viktigt att vi är förebilder för barnen”. (Erica)

Erica tar upp att man ska vara en förebild för barnen. Ett tankemönster som finns och uttrycks hos flertalet respondenter.

“Saker kan alltid hända men man får försöka och tänka att ta föräldrar oro på allvar men förklara varför vi gör som vi gör och för att det inte ska

hända något, men ibland så händer det att barn ramlar, sen har vi något uppenbart farligt på gården så får man ju åtgärda det såklart men man kan inte ta bort allting heller för att dom aldrig ska slå sig, för det kommer dem att göra ändå så att nej. Inga stora bekymmer har vi inte haft om det, sen ska man lämna gården så finns det ju riskanalyser som man fyller i först och så som, ja där finns riktlinjer för hur många barn man får ha per personal och så kan man hänvisa till det också.” (Sofie)

Sofie beskriver att det är viktigt att ta vårdnadshavarnas oro på allvar och förklara varför de gör som de gör i verksamheten. De har inte haft några bekymmer kring vårdnadshavares synpunkter och förklarar även att de har riskanalyser som de kan hänvisa till när de ska gå utanför förskoleområdet.

Kopplat till ramfaktorteori angående vårdnadshavares synpunkter (Lindström & Pennlert, 2012) var det inte något som aktivt diskuterades under intervjuerna. Vi ställde frågan till samtliga respondenter om vårdnadshavares synpunkter påverkar deras arbete i utomhusmiljön, det var sällan vårdnadshavare hade synpunkter gällande den fysiska aktiviteten utomhus och angående skaderisker. Det många respondenter påpekade här var istället att genom en god kommunikation och förståelse för hur de arbetar i verksamheten så skapas även en trygghet för föräldrarna att lita på arbetet de utför.

Kopplat till ramfaktorer är engagemang en viktig egenskap för förskolans kvalitet. Samt att varje förskola har sin historia och traditioner och gemensamt tänkande och handlande ses som en tillgång (Lindström & Pennlert, 2012). Det framkommer i samtliga intervjuer betydelsen av att i arbetslaget ha en gemensam syn för att skapa förutsättningar för barnens rörelse. Det krävs organisatoriska lösningar genom att hjälpa varandra.

7.4 Rörelse är en naturlig del av förskolans verksamhet

Det här avsnittet presenterar vad den fysiska aktiviteten har för plats i förskolans verksamhet och organisation. I diskussioner, planering, dokumentation och utvärdering får barns rörelse och fysiska aktivitet inte ta så mycket plats. Det är andra ämnen såsom matematik, naturvetenskap och språk som hamnar i rampljuset, däremot ligger det en underliggande medvetenhet och inställning att rörelse och fysisk aktivitet alltid finns där i förskolans vardag.

“Ja det gör vi ju sen tänker jag att det egentligen är något man lätt glömmer av kanske, att det ofta inte är det som är huvudfokus i, ja men i vårt utvecklingsarbete, senaste åren har ju legat på språk och kommunikation, då det är språk och kommunikationen det mesta kommer ju in i det, men det kanske inte är det som är det ljuset riktas mest mot eller om man säger, men det sker ju alltid en kontinuerlig utvärdering över helheten också.” (Petra)

Petra förklarar att det är något man lätt glömmer av och inte är i fokus då de senaste åren har arbetat med språk och kommunikation men att utvärdering över helheten sker kontinuerligt.

“Men mina tankar är att det är viktigt att det ska ingå och vara en del av verksamheten hela tiden egentligen, dagliga verksamheten, sen är det ju inte alltid de sker planerade aktiviteter eller vad man säger, men det är ju alltid utevistelse och aktiva lekar, det är sällan man inte har det under en dag.” (Lisa)

Stina beskriver här att det är viktigt att fysisk aktivitet ska ingå i den dagliga verksamheten men att det inte alltid sker planerat. Fortsättningsvis framhäver hon att de är ute varje dag och leker aktiva lekar.

“Hade vi haft fysisk aktivitet som ett övergripande mål i vårt område så skulle vi rikta blicken mot det, då hade ju det skett i mycket större utsträckning på olika nivåer tänker jag. För då hade vi också kunnat synliggöra för oss själva att genom att dokumentera kring det att ja, det här gör vi faktiskt och det blir såhär och vad kan vi då förändra och göra bättre, så att det beror ju lite på var man har sin blick. Och man får ju välja det, under perioder och oftast har man ju sitt årshjul och då har man det målet man jobbar mot extra men sen så säkrar vi ju upp ändå och tittar på de andra bitarna med men det blir ju kanske inte på djupet, så och hade man då haft det som ett prioriterat mål så hade det kunnat gå på djupet.” (Petra)

Petra förklarar att om de hade arbetat med fysisk aktivitet hade de kunnat ske i större utsträckning än vad det gör nu. Genom dokumentation skulle de på så sätt kunna förändra och utveckla rörelsen för barnen. Det framkommer även att de följer årshjulet och har därför ett specifikt mål att jobba mot vilket gör att fysisk aktivitet och rörelse hamnar runt omkring men inte som centralt fokus i undervisningen.

Förskolan som hade utomhuspedagogik i fokus förklarar att de får med rörelsen ute när de till exempel räknar med siffror i stället för att sitta ner och räkna.

“Jämfört med hur vi gör här är det ju jättestora kontraster, men den generella upplevelsen av andra förskolor är väl att det är mycket stillasittande och man är mycket inne vilket gör att du inte kan röra på dig. Barnen, alltså jag menar, det har inte vi här inne heller, det går inte att man springer och hoppar och klättrar här inne [...] jag kan tänka mig att det på många andra ställen är väldigt lite rörelse. Att man inte prioriterar det för att man tänker att dom andra delarna i läroplanen just med språk, matematik och naturvetenskap och så att det blir väldigt stillasittande medan vi här kanske gör det på ett annat sätt där rörelsen är mer naturligt involverad.” (Ida)

Ida beskriver att den generella erfarenheten av andra förskolor är mycket stillasittande och att deras lokaler inte heller är utformade och anpassade för att springa runt och hoppa, men att de på så sätt kan ta ut undervisningen i utomhusmiljön. Det beskrivs också att de teoretiska skolämnena i förskolan gör att det blir mer stillasittande medan deras sätt att arbeta blir annorlunda då rörelsen blir naturlig. På så sätt är rörelsen en naturlig del i deras arbete, men inget som de aktivt utvärderar och fokuserar på eftersom det alltid finns med dem i deras verksamhet.

“Ja men jag hade gärna haft fysisk aktivitet som ett prioriterat område så jag hade kunnat lägga upp ett projekt i mitt arbetslag utifrån vad barnen visar att dom har

behov av, det hade jag tyckt varit väldigt spännande vi hade ett projekt här där vi hade, ja men det var typ “vår by” tror jag vi kalla det då gick vi liksom runt i byn och vi gick hem till alla barnen och så ritade vi kartor och så och då det var väldigt spännande, för där fick vi in den fysiska aktiviteten i förhållande till varje barn och att alla visade sin plats och då var vi ute och gick jättemycket. Det var inte bara det vanliga att vi skulle gå och leka på en lekplats utan då hade man liksom ett annat mål så att det var ett väldigt bra projekt för den gruppen vi hade som behövde röra på sig mycket. Det blir ju väldigt, att man ser varje individ, det vi då har här är barn mellan 1–5 år. Det kan vara en utmaning och hitta ett projekt och liksom ett mål där man faktiskt kan utmana alla och här fick ju alla, liksom alla hade ju samma förutsättningar för alla har sin plats och kan visa den på sina villkor. Just fysisk aktivitet är också att det blir inte så när vi har 1–5 åringar, det blir inte så utpekande heller vem som kanske behöver mer fysisk stimulans i förhållande till sin åldersgrupp utan antingen så hänger man på den som är långt fram eller så behöver man lite mer push och det blir som sagt inte lika utpekande.” (Petra)

Petra tydliggör för hur hon har en vilja av att ha fysisk aktivitet som ett större fokus och mål. Vidare berättar hon att de har haft ett projekt där de gick runt i byn tillsammans med barnen och gick hem till barnen. Där fick de in rörelsen i detta projekt genom promenader och att det blev personligt för just det enskilda barnet. Petra förklarar att det är en utmaning att hitta ett mål och projekt då de har barn mellan 1–5 år och genom denna aktivitet att gå hem till barnen blev det inte utpekande heller gällande åldersgrupp eller vilka som behöver stimuleras mer i rörelse.

“Jag skulle nog säga att man på många ställen, även här, inte prioriterar den fysiska aktiviteten först, utan det är ju om man ska säga svenska, matematik och naturvetenskap som går före fysisk aktivitet, ungefär som i skolan, sen det är ju de ämnen som prioriteras än idrott, bild och musik. Det är nog bara ett allmänt sätt att tänka tror jag och det syns i förskolan också. fast jag tror vi är bättre på att röra oss i förskolan än i skolan. Vi har ju ändå liksom varje dag utevistelse med planerad aktivitet på något sätt. visst skolbarnen går också ut och ha rast men det är nog mer bara ut och lufta sig.” (Erica)

Erica beskriver att den fysiska aktiviteten inte är något som prioriteras på deras förskola, det är svenska, matte och naturvetenskap som går före. Hon gör liknelse med skolan att även där är idrott, musik och bild är inte lika prioriterat. Och menar på att det är ett allmänt sätt att tänka men att i förskolan får barnen mer rörelse än i skolan eftersom de är utomhus varje dag och har mer planerad aktivitet.

Det är flera av de förskollärare vi har intervjuat som har uttryckt att den fysiska aktiviteten och rörelsen kommer naturligt i kombination med annan undervisning. De beskriver rörelsen som en del i det när de promenerar till olika närmiljöer eller genom att läsa av olika situationer där barnen inte rör på sig och blir kalla utomhus, på så sätt inkluderas rörelsen spontant med dans och musik. Ett exempel har också varit att arbeta tematiskt

med bland annat barnböcker där man ska röra sig till vissa fysiska lekar. Två förskolor hade tillgång till gympasal där de på så sätt tillgodoser barnens rörelsebehov. En förskollärare förklarar att deras förskola även har en planerad utedag med de äldre barnen vilket innebär att de spenderar en del tid ute och bjuder in barnen till olika regel-lekar som innehåller rörelse. Något som var gemensamt för alla vi intervjuat var att de strävade efter att vara utomhus med barnen både förmiddag och eftermiddag oavsett väder, om det inte var storm.

Kopplat till ramfaktorteoriens kultur (Lindström & Pennlert, 2012), så skapas kulturen genom relationer och den miljö man vistas i, förskolan präglas av barn och vuxna med olika kulturella bakgrunder och förhållningssätt. Detta innefattar olika sätt att tänka och lära hos barnen som förskollärare behöver vara medvetna om. Detta kan kopplas till hur olika många pedagoger vill vara ute i utomhusmiljön beroende på vilka erfarenheter och bakgrunder man kommer från. Kultur kring rörelse är en viktig del i förskolan då vi på så sätt får in olika etniciteter och vetskap om andras sätt att vara och leva. Exempelvis skulle dans kunna vara ett sätt att få med kultur i rörelsen i utomhusmiljön.

Det läggs ofta fokus på att involvera språk och kommunikation, naturvetenskap eller matematik i undervisningen då barnen ska förberedas inför skolan och på så sätt hamnar den fysiska aktiviteten i skymundan. Rörelse och fysisk aktivitet är enligt många förskollärare något som lätt glöms bort att utvärderas och följas upp, dock förekommer det naturligt i spontana aktiviteter eller i till exempel rörelsemönster med matematik. På det viset menar de flesta förskollärare att den fysiska aktiviteten prioriteras och även att barnen får möjlighet att vara i rörelse mer i förskolan än vad de får senare när de går i skolan. Eftersom ansvaret över skolan ligger på kommunen kan det se olika ut gällande frågor om makt, demokrati och ekonomi. Beslut om hur miljön ska användas och sammansättning av barngrupper bestäms av kommunen (Lindström & Pennlert 2012). Detta skapar i sin tur därför olika ramar för lärare att förhålla sig till, arbetslagets planering är en stor del i skolan och förskolan som tar mycket tid, även varför det är viktigt och till vilket syfte. Tid och struktur är en ramfaktor som hänger ihop med detta eftersom det ofta är något som förskollärare uppfattar som en svår avvägning att fullfölja då personalbristen också påverkar. Även barngruppernas storlek påverkar i tid och kvalitén på undervisningen för varje enskilt barn.

8. Diskussion

I den här delen presenteras resultatdiskussionen med våra tolkningar, reflektioner och resultat kopplat till tidigare forskning, validitet och reliabilitet. I den här delen presenteras även metoddiskussionen där vi motiverar och resonerar kring hur vi har genomfört studien. Avslutningsvis beskrivs förslag till vidare forskning.

8.1 Resultatdiskussion

Studien baseras på resultat av intervjufrågor från 8 förskollärare i Skåne län bestående av två fristående förskolor och tre kommunala förskolor. Resultatet i studien hade kunnat se annorlunda ut om fler förskollärare hade deltagit i studien eller om förskollärare från andra delar av Sverige också hade deltagit. Eftersom intervjuerna var omkring 40 minuter långa uppstod det många svar och möjligheter till att få in information och svar på frågeställningarna vår studie. Alla förskollärare betonade att rörelse och fysisk aktivitet är ett viktigt ämne att belysa, eftersom det enligt respondenterna inte förekommer så mycket rörelse som de hade önskat i verksamheten. Samtliga respondenter ansåg att fysisk aktivitet är något som är mycket viktigt för barns hälsa och utveckling, men som mestadels sker spontant eller naturligt i leken. Även att det saknas i stor utsträckning både uppföljning, planering och dokumentation. Trots att den ena förskolan hade utomhuspedagogik i fokus så ligger den fysiska aktiviteten och rörelsen inte som aktivt mål för aktiviteterna de utför och inget de aktivt tänker på eller utvärderar utan sker främst naturligt i förskolans vardag och undervisning.

Många ansåg att rörelse tas för givet och inte ägnas åt planering lika mycket som det planeras åt de teoretiska ämnena, vilket många tycker är tråkigt. Dock förekommer rörelsen enligt respondenterna som en helhet i annan undervisning genom exempelvis regellekar, dans, promenader till närmiljöer, aktiv lek ute på gården eller i rörelsemönster. Samtidigt så upplevde 6 av 8 förskollärare att det är svårt att ta sig ut till närmiljöer på grund av en generell personalbrist, stora barngrupper, att det är för långt att gå och tar upp en stor del av dagen, vilket innebär mycket planering för att kunna gå iväg. Likaså brist på närmiljöer där det helt enkelt inte finns tillgängligt i närheten, samtidigt uttryckte en förskola att de hade väldigt fina närmiljöer men att de inte hade möjlighet att ta sig dit på grund av personalbristen. Resultatet har även visat på avsaknad i material och utmaningar i utegården, enligt 6 förskollärare är deras utomhusmiljö väldigt kal och enförmig och saknar utmaningar för barnen. De flesta förskollärare uttrycker att de vill ha mer material på gården men att det är en ekonomifråga och även viss risk för skadegörelse utifrån.

Tokar & Rejc (2017) menar att när barn rör sig i naturen är det betydelsefullt för barnens utveckling och hälsa, den naturliga lärmiljön som utgörs av skog och natur skapar mer möjligheter för att utvecklas än vad andra lärmiljöer gör. Något vi har sett i resultatet är att förskolan med utomhuspedagogik märker av stora skillnader i barnens motorik men även att de får höra från föräldrar att de lämnar ifrån sig starka barn som klarar av fler utmaningar. Vi tolkar det därför som att det är viktigt att låta barnen experimentera med naturmaterial och lära sig olika sätt att hoppa, klättra och använda hela kroppen samt att

konsekvenstänket utvecklas genom att utmanas motoriskt och tankemässigt. Cardon et al., (2008) beskriver att tillgängligheten av gungor och rutschkanor inte nödvändigtvis utvecklade rörelse och fysisk aktivitet, däremot bollar och cyklar stimulerar till fysisk aktivitet. Samtliga förskolegårdar hade både bollar och cyklar i material och att dessa var en del av rörelsen på utomhusmiljön. Gungor var inte något som föregicks tydligt som en del i barnens rörelse, dock framkom cyklar som väldigt populära bland barnen.

Cardon et al., (2008) menar också att förskollärare har en viktig uppgift i att förespråka och inspirera till fysisk aktivitet. Förskollärarna nämner upprepade gånger att rörelsen är viktig och hur de väldigt ofta försöker vara delaktiga med barnen i utomhusmiljön. Dock varierar intresset i att vara delaktig i arbetslaget med barnen, likaså att ha uppsyn över gården är enligt många förskollärare en svår avskiljning i att samtidigt vara involverad i lek men även att se upp för skador och risker. Kippe & Lyngstad (2020) beskriver att en ömsesidig syn på fysisk aktivitet i arbetslaget bidrar till förbättrad planering, vilket de menar på att en lärarledd och organiserad fysisk aktivitet gynnar barns fysiska aktivitet positivt. När förskollärarna är delaktiga med barnen på förskolegården använder de sin fantasi för att få barnen i rörelse eftersom gården inte inspirerar särskilt mycket.

Genom tidigare forskning har det framkommit att när förskollärare deltar tillsammans med barnen i den fysiska aktiviteten når barnen högre nivåer av motivation till att röra sig. Cheung (2020) har genom sin forskning visat att fysiskt aktiva lärare införlivar en positiv syn på hälsa och att barnen rör sig mer när en lärare visar intresse för fysisk aktivitet. Senol (2021) har visat på i sin studie att barn oftare väljer stillasittande aktiviteter vid fri lek än vid lärarledda aktiviteter, vilket innebär att barn som deltar i planerade aktiviteter når högre nivåer av fysisk aktivitet eftersom vid fri lek är förskollärare mindre aktiva i leken och på så sätt påverkar barnens fysiska aktivitet. Vi har utifrån samtliga förskollärare sett att den fysiska aktiviteten sker främst spontant i helhet med annan undervisning och att de inte prioriterar fysisk aktivitet i någon hög grad gällande planering och uppföljning. Förskollärarna betonar att alla tycker det är bra med rörelsen men att de andra ämnena väger över beroende på vilket tema eller ämne de jobbar med. Väder var inte heller en bidragande faktor till att inte kunna vistas ute, nästan alla förskollärare går ut i alla väder med undantag för storm eller åska. Vilket Senol (2021) menar i sin forskning att många förskollärare väljer att vara inne på grund av vädret. I denna studie såg vi tvärtom att nästan alla förskollärare väljer att gå ut men inte lika länge jämfört med vad de brukar vanligtvis. Dock varierade detta lite beroende på arbetslagets olika utformningar och egna preferenser vilket kunde därför ibland medföra oense kring att gå ut eller stanna inne.

Sollerhed (2017) beskriver att samhällets normer och politiska prioriteringar styr förfogandet av tid via läroplan och uppdelning av kärnämnen och övriga ämnen. Detta innebär en rädsla för att fysisk aktivitet kommer att stjäla tid från kärnämnen. Förskollärarna beskriver att fysisk aktivitet lätt hamnar i skymundan och att de vanliga ämnena tar över mer och mer. Samtidigt måste barnen också förberedas inför skolan och därför hamnar språket och de naturvetenskapliga ämnena mer i fokus. Dock skildrar

förskollärarna detta med att barnen i förskolan är ute minst två gånger om dagen och är ute mycket längre än vad de är i skolan. På så sätt är de ute mer än i skolan och får mer rörelse.

Björklid (2005) beskriver närmiljön som utforskande och inspirerande till följd av interaktion med sociala relationer som de utvecklar i närmiljön. Genom att lyssna på barnens synpunkter placerar de in barnens kunskaper i ett sammanhang, barn lär sig i alla miljöer de möter och det är betydelsefullt att barn får möta olika områden utanför utomhusmiljön. Förskollärarna i vår studie beskriver hur de på olika sätt har använt närmiljön i deras verksamhet men att de har olika sätt att förhålla sig kring tid, personal och gångavstånd. En förskola hade som projekt att ta med barnen på promenad där de gick hem till varje barn, detta skapade på så sätt rörelse men även språk och kommunikation då de uppstod samtalsämnen kring varje barns hus. Likaså var där en förskola som inte alls hade möjlighet att ta sig ut eftersom det är för långt bort och en annan tog sig ut i närmiljön med hjälp av vagnar vilket inte gynnar barnens rörelse. Förskolan med utomhuspedagogik har fördelen att inte behöva anpassa sig på samma sätt till ramfaktorer såsom en kommunal förskola kan behöva. På så vis kan de enklare ta sig ut till sina närmiljöer samt att de har en gemensam grundsyn på att de ska ta sig ut på gården eller i naturen.

8.2 Metoddiskussion

Denna studie har grundat sig på kvalitativa intervjuer som forskningsmetod eftersom syftet var att bidra med kunskap om vilka yttre och inre ramfaktorer som råder och påverkar förskollärares undervisning i rörelse och fysisk aktivitet i förskolans utomhusmiljö samt närmiljö. Vi strävade efter att ta reda på förskollärares beskrivningar och förhållningssätt kring detta område. Ursprungligen diskuterade vi om vi skulle utforma en enkät för att få svar på våra frågeställningar men kom sedan fram till att vi önskade mer personliga beskrivningar än att jämföra statistik och började sedan välja mellan fokusgrupper och intervjuer. Till slut valdes intervjuer på grund av lämplighet för studien för att vi strävade efter att utforska skillnader i arbetet bland flera olika förskolor.

Den här studien hade slumpmässigt och brett urval utifrån de förskollärare som svarade att de ville delta, samtliga förskollärare var även okända för oss. Dock ringde vi till ett antal specifika förskolor med önskvärd inriktning för att kunna få ett bredare perspektiv. Vi anser att mängden respondenter var en rimlig mängd eftersom det sen uppstod en mättnad där svaren började likna varandra. Det upplevdes därför inte relevant att ha fler respondenter eftersom det framkom liknande svar och mönster. Inför intervjuerna skickade vi ut frågorna i förhand, detta ansåg vi till fördel både för vår studie och till respondenternas fördel att kunna förbereda sig och prata med sitt arbetslag och få möjlighet till mer uttömmande svar. En utmaning var att få kontakt med tillgängliga förskollärare på grund av många sjuka och att det började närma sig jul men eftersom vi kontaktade förskolor i ett stort upptagningsområde fick vi bra med svar av intresserade.

Respondenterna uttryckte att intervjufrågorna var ansenliga och tänkvärda samt att vi tycker de skapade tillfälle för diskussion och reflektion. Generellt under alla intervjuer

höll sig intervjupersonerna till det fokuserade ämnet och om det flöt ut i annat så undvek vi följdfrågor och försökte fokusera på att enbart ställa frågorna vi hade skrivit ner. Intervjufrågornas mängd gjorde att resultatdelen med omfattande där vi fick överväga och diskutera om vad som blev mest relevant att ha med i studien.

Den forskningsansats och vetenskapsteori vi har använt oss av är hermeneutiken för att kunna stödja oss i att tolka det förskollärarna säger och förmedlar samt att kunna hitta logiska förklaringar till deras beskrivningar kopplat till analysen av bakomliggande ramfaktorer. Vi har tagit stöd av Brauns & Clarkes (2006) beskrivningar om tematiska analysens olika faser i genomförandet som bidrog till förståelse på en översiktlig men även på ett detaljerat plan. Det var utmanande att hitta teman men efter kodningen så blev det synligt för oss. Även fast vi hade hittat teman och begrepp så upptäckte vi att vi fick omarbeta och omformulera temana. Vi har även ändrat citaten från talspråk till formell text för att tydliggöra, samt för respekt mot deltagarna.

8.3 Förslag till vidare forskning

Förslag på vidare forskning skulle kunna vara att jämföra utomhuspedagogik med traditionell utomhusmiljö. Alltså att undersöka fler förskolor med profil på utomhuspedagogik och se vilka skillnader som uppstår i material, förskolegårdens utformning och miljö. Ett annat förslag hade kunnat vara att göra observationer för att ta reda på hur det ser ut med stillasittandet och barns hälsa, men också för att bredda bilden utifrån barnens perspektiv. Fokusgrupper hade även kunnat vara ett sätt att få förskollärare att diskutera och belysa ämnet eftersom fysisk aktivitet ofta hamnar i skymundan. Likaså att jämföra kön, genus och socioekonomiska skillnader beroende på förskola kopplat till kvaliteten på tillgänglighet av stödjande miljöer och fysisk aktivitet.

9. Slutsats

I vår föreliggande studie har förskollärares beskrivningar om fysisk aktivitet i utomhusmiljö och närmiljö undersökts, likaså vilka hinder och möjligheter som uppstår. Utifrån resultat och analys drar vi slutsatsen att barngrupperna blir större och större, dels en generell brist på personal. Vilket resulterar i att det blir mindre yta för barnen att röra sig på och leder till svårigheter i att ta sig ut till sina närmiljöer. Utomhusmiljön på förskolegården beskrivs som enformig där det behövs mer utmaning för barnen i att kunna röra sig. Arbetslagets gemensamma syn och tankar på fysisk aktivitet och rörelse har en viktig del i utförandet men även en begränsning där olika åsikter spelar stor roll för potentiell utveckling av fysisk aktivitet.

Det framkom även att fysisk aktivitet är något som förskollärarna tycker är viktigt för barns hälsa och utveckling, dock är det sällan det sker i planering med ett specifikt syfte utan kombineras med annan undervisning eller spontant. Enligt resultaten har vi dragit slutsatsen att förskollärare lägger större fokus på teoretiska ämnen i stället för den fysiska aktiviteten. I tidigare forskning framställs det hur förskollärares eget intresse och initiativ till fysisk aktivitet påverkar barnens inställning till att röra sig och hur viktigt det är att förskollärare stöttar barnen och finns till som förebilder. Detta är något vi har sett en avsaknad av i förskollärares beskrivningar, samtidigt som de uttrycker att det är betydelsefullt för barnen i att växa i sin fysiska aktivitet.

En slutsats utifrån vår tolkning av det som framkommit i studien är att barn spenderar alltmer tid i förskolan idag och behöver därför också få sitt rörelsebehov tillfredsställda. Där spelar utomhusmiljön en viktig roll i att barnen ska få utmanas och röra sig på en skälig yta samt ha tillgängligt material, nivåskillnader och växtlighet på förskolegården. Närmiljön spelar en viktig roll i hur barn får uppleva olika miljöer med alla sina sinnen. Utifrån vår tolkning kommer många barn idag från olika socioekonomiska klasser där vissa inte har tillgång till en trädgård eller där föräldrar kanske inte har råd med rörelseaktiviteter, där barnen ofta vistas främst hemma på sin fritid. Vi kan tolka utifrån resultatet att utomhusmiljön på merparten av förskolor är väldigt klassiska och består av indelade gårdar för små och stora barn, ofta med stängsel, mycket asfalt, enstaka klätterställningar och gungor. Vi får fram efter att vi har hört förskollärares beskrivningar, att förskollärare vill göra mer än vad de har resurser och ekonomi till. Trots detta ser vi att förskollärarna innehar ett positivt förhållningsätt med lösningsorienterade förmågor och en strävan efter att göra det bästa de kan för barnen.

10. Didaktiska implikationer

Studien riktar sig till förskollärare, de som är verksamma och de som är under pågående utbildning. Kunskapsbidrag som vår studie kan bidra med är att inspirera förskollärare att arbeta mer med planerad undervisning i fysisk aktivitet men även att motivera till att kämpa för att alla barn ska ha samma förutsättningar till motorisk utveckling, uppleva rörelseglädje, få möta olika miljöer och en likvärdig förskola och förskolegård. Vi vill belysa hur viktigt det är att inte glömma bort denna del av undervisningen och att integrera rörelse mer i andra ämnen eftersom den utgör en stor del av barnens framtida hälsa och välbefinnande

Referenslista

- Ahrne, G., & Svensson, P. (2015). *Handbok i kvalitativa metoder* (2 uppl.). Liber.
- Allwood, C. M., & Eriksson, M. (2017). *Grundläggande vetenskapsteori för psykologi och andra beteendevetenskaper* (2 uppl.). Studentlitteratur.
- Björklid, P. (2005) *Lärande och fysisk miljö. En kunskapsöversikt om samspelet mellan lärande och fysisk miljö i förskola och skola*. Forskning i Fokus nr 25.
- Boldemann, C., Blennow, M., Dal, H., Mårtensson, F., Raustorp, A., Yuen, K & Wester, U. (2006). Impact of preschool environment upon children's physical activity and sun exposure. *Preventive Medicine*, 42, 301–308.
<https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2005.12.006>
- Boldemann, C., Dal, H., Mårtensson, F., Cosco, R., Moore, R., Bieber, M., Pagels, P., Raustorp, A., Wester, U., & Söderström, M. (2011). Preschool outdoor play environment may combine promotion of children's physical activity and sun protection. Further evidence from Southern Sweden and North Carolina. *Elsevier Masson SAS*, 26(2), 72–82.
<https://doi.org/10.1016/j.scispo.2011.01.007>
- Boverket., & Movium. (2015). *Gör plats för barn och unga! En vägledning för planering, utformning och förvaltning av skolans och förskolans utemiljö*. Boverket.
- Bower, J., Hales, D., Tate D., Rubin, D., Benjamin, S & Ward, D. (2008). The Childcare Environment and Children's Physical Activity. *American journal preventive medicine*, 34(1), 23–29.
<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2007.09.022>
- Braun, V., & Clarke, V., (2006). Using thematic analysis in psychology, *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
<https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder* (3 uppl.). Liber.
- Cardon, G., Van Cauwenberghe, E., Labarque, V., Haerens, L & De Bourdeaudhuij I. (2008). The contribution of preschool playground factors in explaining children's physical activity during recess. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5(11).
<https://doi.org/10.1186/1479-5868-5-11>
- Cheung, P. (2020). Teachers as role models for physical activity: Are preschool children more active when their teachers are active? *European*

Physical Education Review, 26(1), 101–110.

<https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1356336X19835240>

Dimenäs, J. (2007). *Lära till lärare. Att utveckla läraryrket - vetenskapligt förhållningssätt och vetenskaplig metodik* (1 uppl.). Liber.

Ellis, Y., Cliff, D & Okely, A. (2017). Childcare Educators Perceptions of and Solutions to Reducing Sitting Time in Young Children: A Qualitative Study. *Early childhood education journal*, 46(4), 377–385.

<https://doi.org/10.1007/s10643-017-0867-5>

Fastén, O. (2019). *Utomhuspedagogik. Lärmiljö, närmiljö och det utvidgade klassrummet* (1 uppl.). Studentlitteratur AB, Lund.

Grindberg, T., & Langlo Jagtøien, G. (2000). *Barn i rörelse. Fysisk aktivitet och lek i förskola och skola* (1 uppl.). Studentlitteratur, Lund.

Gubbels, J., Van Kann, D. & Jansen, M. (2012). Play Equipment, Physical Activity Opportunities, and Children's Activity Levels at childcare. *Journal of Environmental and Public Health*. <https://doi.org/10.1155/2012/326520>

Hansen, A. (2016). *Hjärnstark. Hur motion och träning stärker din hjärna* (1 uppl.). Fitnessförlaget.

Hellström, L. (2023). Hur mår våra barn och unga? Förändringar i barns och ungas hälsa över tid: En kunskapsöversikt. *Institutionen för Skolutveckling och Ledarskap*. <https://doi.org/10.24834/isbn.9789178773794>

Hu, B., Li, K., De Marco, A & Chen, Y. (2015). Examining the Quality of Outdoor Play in Chinese Kindergartens. *International journal of early childhood*, 47(1), 53–77. <https://doi.org/10.1007/s13158-014-0114-9>

Imsen, G. (1999). *Lärarens värld: Introduktion till allmän didaktik* (1 uppl.). Studentlitteratur.

Kippe, K., & Lyngstad, I. (2020). The Views, Collective Awareness and Staff Practices in Promoting Physical Activity in Preschools: An Analysis of Two Preschools in Norway with High and Low Levels of Physical Activity. *Education*, 50(7), 966–978.

<https://doi.org/10.1080/03004279.2021.1929377>

Lundgren, U. (1999). *Ramfaktorteori och praktisk utbildningsplanering. Pedagogisk forskning i Sverige*. Skolverket.

Lindblad, S., Linde, G., & Naeslund, L. (1999). *Ramfaktorteori och praktiskt förnuft. Pedagogisk forskning i Sverige*.

Lindström, G., & Pennlert, L-Å. (2012). *Undervisning i teori och praktik - en introduktion i didaktik* (5 uppl.). Fundo Förlag AB.

- Miregård, J., Nowicka, P & Nylander, C. (2023). National data showed an increased prevalence of overweight and obesity among four-year-old Swedish children during the first year of COVID-19. *Department of Women's and Children's Health*, 112(6), 1269-1274.
<https://doi.org/10.1111/apa.16707>
- Mårtensson, F., Boldemann, C., Söderström, M., Blennow, M., Englund, J.E. & Grahn, P., (2009). Outdoor environmental assessment of attention promoting settings for preschool children. *Health & Place*, 15(4), 1149–1157. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2009.07.002>
- Mårtensson, F. (2013). *Vägledande miljödimensioner för barns utomhuslek*. Institutionen för arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi, Sveriges lantbruksuniversitet. *Socialmedicinsk tidskrift*, 90(4), 502–509.
<https://socialmedicinsk.tidskrift.se/index.php/smt/article/download/1027/835/0>
- Patel, R., & Davidsson, B. (2019). *Forskningsmetodikens grunder: Att planera, genomföra och rapportera en undersökning* (5 uppl.). Studentlitteratur.
- Pape, N., Sterdt, E., Azougah K., Kramer S., Walter, U., Urban, M & Werning R. (2016). Potentials of physical activity promotion in preschools - an overview of results of an ethnographic observation. *European Early Childhood Education Research Journal*, 24(4), 581–591.
<https://doi.org/10.1080/1350293X.2016.1189724>
- Senol, F. B. (2021). Physical activity and preschool children: Preschool teachers' perceptions. *Southeast Asia Early Childhood Journal*, 10(2), 132–146. <https://doi.org/10.37134/saecj.vol10.2.9.2021>
- Skarstein, T. H., & Berrefjord Ugelstad, I. (2020). Outdoors as an arena for science learning and physical education in kindergarten. *European Early childhood education research journal*, 28(6). 923–938.
<https://doi.org/10.1080/1350293X.2020.1836590>
- Skolverket. (2018). *Läroplan för förskolan*. Skolverket.
- Sollerhed, A-C. (2017). Fysisk aktivitet en universalmedicin - förutsatt att man tar den! <https://hkr.diva-portal.org/smash/get/diva2:1105751/FULLTEXT01.pdf>
- Torkar, G., & Rejc, A. (2017). Children's play and Physical Activity in Traditional and Forest (Natural) Playgrounds. *International Journal of Educational Methodology*, 3(1), 25–30.
<https://doi.org/10.12973/ijem.3.1.25>

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

Världshälsoorganisationen (2018). *Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world*. World Health Organisation. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187>

Bilagor

Presentation- och informationsbrev

Hej!

Våra namn är Elvira Olhaver och Jenni Andersson. Vi är två studenter som läser förskolläraryrket på Högskolan i Halmstad, vi skriver just nu vårt examensarbete som handlar om förskollärares beskrivningar om fysisk aktivitet i förskolans utomhusmiljö och närmiljö i relation till de normer och villkor som finns att förhålla sig till. Vi vill gärna intervjua förskollärare för att kunna få ta del av era förhållningssätt, tankar och åsikter kring fysisk aktivitet i utomhusmiljön och hur ni arbetar med detta i er verksamhet. Under intervjuens gång kommer vi att spela in samtalen för att vi lättare ska kunna transkribera och djuplyssna på vad som sägs. Vi kommer även föra anteckningar utöver inspelning för att komma ihåg viktig information. Inspelningarna raderas när studien är klar som beräknas färdigställas till januari 2024. Studien kommer sedan att publiceras på internet (Diva.Portal.org) där ni får möjlighet att ta del av arbetet.

Vi vill förtydliga att det finns inga rätt eller fel svar och ingen förkunskap krävs förutom yrkeserfarenhet. För att de som deltar ska få möjlighet att förbereda sig, skickar vi gärna ut frågorna i förväg. Vi är även öppna för intervju via zoom om det skulle underlätta för er.

Vi är mycket tacksamma om ni vill delta i vårt arbete och ser fram emot att få träffa er!

Med vänlig hälsning

Elvira Olhaver & Jenni Andersson

Information till dig som ska delta i en undersökning som genomförs av en student under utbildning

Du är inbjuden att delta i studien om fysisk aktivitet i förskolans utomhus- och närmiljö. Syftet med studien är att bidra med kunskap om vilka yttre och inre ramfaktorer som råder och påverkar förskollärares undervisning i rörelse och fysisk aktivitet i förskolans utomhusmiljö samt närmiljö. Vi strävar efter att ta reda på era tankar och förhållningssätt kring detta område.

Studien utförs som en del i vår utbildning, inom Examensarbete i Förskolläraryrket vid akademien för lärande, humaniora och samhälle vid Högskolan i Halmstad. Ansvarig lärare är Kalle Johansson och kalle.jonasson@hh.se.

Dina personuppgifter behandlas inom studien endast enligt ditt samtycke, och enligt kraven i dataskyddsförordningen. Ditt deltagande i studien är helt frivilligt och du kan när som helst återkalla ditt samtycke utan att ange orsak. Ett återkallande påverkar dock inte den behandling som skett innan återkallandet. Du kan också när som helst begära att få en kopia av dina personuppgifter.

De av dina personuppgifter jag kommer att behandla är: namn och e-postadress vilket inte kommer delges i studien. Endast vi själva och vår lärare kommer att ha tillgång till dina personuppgifter. Dina personuppgifter kommer att raderas när examensarbetet är godkänt.

Materialet kommer delvis att behandlas inom molntjänsten Office 365 från Microsoft, som Högskolan har ett personuppgiftsbiträdesavtal med.

Personuppgiftsansvarig för studien är Högskolan i Halmstad, som nås via eller 035-16 71 00. Övrig information om hur Högskolan hanterar personuppgifter, och dina rättigheter utifrån dataskyddsförordningen, finns på www.hh.se/dataskydd. Har du frågor kan du också kontakta Högskolans dataskyddsombud, Anna Frederiksen, via dataskydd@hh.se.

Med vänlig hälsning

Jenni Andersson, Jenand21@student.hh.se

Elvira Olhaver, Elvolh21@student.hh.se

Förskolläraryrket i kursen Examensarbete inom förskolepedagogiskt område, UV6078 vid akademien för lärande, humaniora och samhälle vid Högskolan i Halmstad.

Samtycke till deltagande i studenternas examensarbete

Jag har fått information om studien fysisk aktivitet i förskolans utomhus- och närmiljö och accepterar att delta.

Jag har fått information om att de uppgifter som samlas in om mig kommer att behandlas konfidentiellt, på ett sådant sätt att min identitet inte kommer att avslöjas för obehöriga.

Jag är medveten om att min medverkan är helt frivillig och att jag när som helst och utan närmare förklaring kan avbryta mitt deltagande.

Underskrift

.....

Namnförtydligande

.....

Ort och datum

Intervjuguide

Inledande frågor

- Hur gammal är du och hur länge har du arbetat i förskolan?
Berätta lite om din nuvarande arbetsplats gällande till exempel ålder, barngrupp, kollegor, arbetslag
- Hur är förskolan belägen? centralt, på landet?
- Är fysisk aktivitet något ni medvetet diskuterar, planerar och utvärderar i verksamheten, har ni någon gemensam syn på arbetet?
- Vad är dina tankar kring fysisk aktivitet i förskolan?
Har du ett eget intresse för fysisk aktivitet?
- Hur ofta har ni planerad undervisning med syfte att arbeta med fysisk aktivitet i utomhusmiljön?
- På vilka sätt använder ni den spontana undervisningen i fysisk aktivitet utomhus?
- Hur uppfattar ni att den fysiska aktiviteten prioriteras i förhållande till läroplanens mål, generellt och på din förskola? Är det tillräckligt eller för lite/för mycket? Varför?

Fysisk aktivitet i utomhus- och närmiljön

- I vilken omfattning är ni utomhus med barnen varje vecka?
- Berätta om dina tankar kring utevistelse och rörelse. Hur brukar en typisk utevistelse se ut? (Vilka känslor, erfarenheter och fria tankar uppstår för dig som förskollärare?)
- Hur ser förskolegården ut?
Vad finns det för material och vad erbjuder utomhusmiljön gällande fysisk aktivitet?
- Brukar ni förskollärare vara aktiva med barnen i utevistelsen, i så fall på vilket sätt?
- På vilket sätt använder ni hela förskolegården? Används alla miljöer? såsom sol, skugga, skogsområde, växter?
- Vad ser ni att vädret spelar för roll i att vistas ute?

- Vad finns det för närmiljöer tillgängliga när ni lämnar förskolegården?
Hur ofta tar ni er ut och iväg till dessa närmiljöer?
- Hur tar ni er iväg till olika närmiljöer? Promenad, buss, cykel?
- Vilka platser besöker ni då i syfte att barnen ska få vara ute och röra på sig? Är det med helgrupp eller halvgrupp? Spelar gruppstorleken någon roll för platsbesök?

Struktur, hinder och möjligheter

- Hur tänker ni kring förskolans struktur som påverkar möjligheten att bedriva rörelseverksamhet utomhus? (exempelvis tid, schema, personal och barngrupper)
- Vad tänker ni kring risker för olyckor när ni är utomhus med barnen? Tänker ni på vårdnadshavares synpunkter gällande risker utomhus? exempelvis om ni går iväg utanför förskolan eller vid aktiva lekar utomhus som kan upplevas som en skaderisk.
- Vilka möjliga förändringar skulle kunna göras för att lättare ta sig ut med barnen?
- Upplever du att barnen begränsas i sin fysiska aktivitet på grund av vissa regler och normer?
- Hur skulle du önska arbeta med fysisk aktivitet i utomhusmiljön och närmiljön om du fick välja fritt?