

Slutrapport

SwingPingis-projektet

Upprättad 2012-08-27

Hälsoteknikcentrum Halland
vid Högskolan i Halmstad

*Behovsmotiverad
forskning och
utveckling!*



En investering för framtiden



EUROPEISKA
UNIONEN
Europeiska
regionala
utvecklingsfonden

Innehåll

Innehåll.....	2
Bakgrund	3
Inledning.....	4
Problemformulering.....	4
Mål	4
Metod/Upplägg	4
Resursuppföljning	5
Bilaga 1	6
Sammanfattning	7
Innehållsförteckning	8
Inledning och bakgrund.....	9
Syfte och mål	10
Metod.....	10
Resultat och analys	10
Sammanfattning och slutsatser	18
Litteraturlista	20

Bakgrund

En mycket stor del av samhällets samlade ohälsa finns bland människor med funktionshinder. Deltagande i fysiska aktiviteter i grupp, gång eller löpning, ridning påverkar starkt hälsan för barn och ungdomar med funktionsnedsättningar. Vinsterna vid fysisk aktivitet finns i utvecklad aerobisk aktivitet, förbättrad grovmotorik och hög tillfredsställelse från barn och föräldrar. Skolan har en viktig uppgift att arbeta med fysisk aktivitet för alla barn och funktionshindrade barn i synnerhet.

Marie Paulsson har tagit fram ett enkelt träningshjälpmedel, SwingPingis som skall ha hög tillgänglighet genom att det är enkelt och roligt att använda, samt har ett relativt lågt pris. Enkelt uttryckt kan hjälpmedlet eller produkten, beskrivas som en bordtennisboll som är fäst genom en tråd till en upphängningsanordning. Användaren slår på bollen med handen eller ett racket och bollen kommer tillbaka genom pendelrörelsen. I första hand kan man anta att det är motoriken och öga-handkoordination som tränas.

Marie har kontaktat Hälsoteknikcentrum i Halland (HCH) för att få hjälp att föra sin produkt närmre marknaden. På HCH har olika möjligheter att stötta lanseringen diskuterats. Eftersom produkten, i all fall i ett första skede, skall lanseras som ett träningshjälpmedel för barn och ungdomar som behöver koordinationsträning har HCH valt att arbeta med verifiering av produkten. Bedömningen är att en verifiering av produktens egenskaper kommer att vara ett värdefullt stöd vid fortsatta marknadskontakter och dessutom ett stöd som Marie har svårt att hitta någon annan stans.

Forskaren Lars Kristén vars forskning är fokuserad på barn och ungdomar med funktionsnedsättningar och deras inkludering i Idrott och hälsa genom Anpassad Fysisk Aktivitet samt den fysiska aktivitetens påverkan på hälsan och det sociala stödets betydelse, har tillsammans med Mikael Jonasson genomfört en studie kring användningen av SwingPingis. Syftet med studien var att belysa vilken betydelse användandet av produkten har för den motoriska färdigheten och hälsan hos barn med funktionsnedsättningar.

Studien pekar på SwingPingis som ett kreativt och lättillgängligt sätt att ge barn och ungdomar motorisk träning och känna livsglädje. Studien lyfter också fram funktionshindrade människors rätt att utvecklas, samt att SwingPingis ger en möjlighet till detta.

Studien i sin helhet redovisas i bilaga 1.

Inledning

Marie Paulsson är produktägare till SwingPingis (SP), ett träningshjälpmedel, i första hand för barn och ungdomar. Syftet med SP är att stötta barnens och ungdomarnas öga och handkoordination. Produkten framstår som enkel att använda och kan sannolikt nå marknaden med ett relativt lågt pris. Marie har i de inledande kontakterna med HCH framfört önskemålet att få stöd med att få ut SP på marknaden. Om produkten skall nå marknaden som ett hjälpmedel för rehabilitering bör sannolikt produkten på något sätt verifieras. Det är också den inriktning på det projekt som HCH genomfört tillsammans med två forskare på Högskolan i Halmstads sektion för hälsa och samhälle. Tillsammans med forskarna Lars Kristén och Mikael Jonasson har ett upplägg på en studie arbetats fram. Utgångspunkten är att genomföra kvalitativa intervjuer med användare (barn och ungdomar med funktionshinder och deras lärare), samt observationer av dessa.

För produkten finns ett Europapatent.

Problemformulering

Frågan den här rapporten kretsar kring kan uttryckas:

”Vilken betydelse kan användning av SwingPingis tänkas ha för den motoriska färdigheten och hälsan hos barn och ungdomar med funktionsnedsättningar?”

Mål

Målet med arbetet är att ge företaget rimliga data som bekräftar hjälpmedlets motoriska och hälsomässiga kvaliteter när det används tillsammans med barn som har funktionsnedsättningar. Eftersom produkten är ny finns ingen forskning som belyser användningen och effekterna av att använda den.

Metod/Upplägg

Förstudien har genomförts som en litteraturstudie som kompletterats med intervjuer med läraralt vårdpersonal, observationer och intervjuer med barn med funktionsnedsättningar. Ett informationsbrev inkl samtycke till studien skickades ut till deltagarna inkl föräldrarna till barnen med funktionsnedsättningar. Arbetet har koordinerats med en förstudie som Mikael Jonasson genomfört och vissa moment har samordnats.

Hälsoteknikcentrum Halland
Slutrapport – Swing-Pingis

Resursuppföljning

Namn	Kostnad	Kostnadslag-/ställe	Not
Prototyp	12 219	HCH	Att användas i undersökningen
Lars Kristén	40 244	HCH	Ansvarig forskare
Mikael Jonasson	7 300	HCH	
Marie Paulsson	90 000 2 287 8 000	Eget arbete Resor SNAFA (genomförs 121031-120111)	Produktägare

Bilaga 1

Högskolan i Halmstad

Sektionen för Hälsa och Samhälle/Hälsoteknikcentrum

Lars Kristén och Mikael Jonasson

**Förstudie SwingPingis - Ett innovativt hjälpmedel för fysisk
aktivitet för alla.**

Sammanfattning

En mycket stor del av samhällets samlade ohälsa finns bland människor med funktionsnedsättning. Nästan genomgående var ohälsan störst bland personer med rörelsehinder (Statens folkhälsoinstitut, 2008). En bestämningsfaktor för ohälsan är tillgängligheten, där bl a hälsoteknik kan bidra till en ökad livskvalitet

Syftet med denna studie är att belysa vilken betydelse användandet av hjälpmedlet SwingPingis har för den motoriska färdigheten och hälsan hos barn med funktionsnedsättningar. Metoden är intervjuer och observationer av barn med funktionsnedsättningar (för-och eftermätning) och deras lärare i Idrott och hälsa. Dessutom genomförs observationer under lektionstid. Resultatet tyder på att barn och lärare uppfattar hjälpmedlet som en kreativ del i lektionen och undervisningen i ämnet Idrott och hälsa. Barnen uppfattar SwingPingis som en möjlighet att få motorisk träning och känna rörelseglädje. Barnen resonerar också kring olika hälsovinster. Lärarna framhåller hjälpmedlet som användbart och lättillgängligt. Det är en tillgång i undervisningen samt möjliggör och kompletterar annan motorisk träning i undervisningen. Hjälpmedlet stimulerar hälsan hos barnen.

Nyckelord. Barn, funktionsnedsättning, idrott och hälsa, hälsoteknik

Innehållsförteckning

Bilaga 1	6
Sammanfattning	7
Innehållsförteckning	8
Inledning och bakgrund.....	9
Syfte och mål	10
Metod.....	10
Resultat och analys	10
Sammanfattning och slutsatser	18
Litteraturlista	20

Inledning och bakgrund

En mycket stor del av samhällets samlade ohälsa finns bland människor med funktionsnedsättning. Nästan genomgående var ohälsan störst bland personer med rörelsehinder (Statens folkhälsoinstitut, 2008). En bestämningsfaktor för ohälsan är tillgängligheten, där bl a hälsoteknik kan bidra till en ökad livskvalitet. Johnson (2009) påvisar att deltagande i fysiska aktiviteter i grupp, gång eller löpning på löpband eller ridning starkt påverkar hälsan för barn och ungdomar med funktionsnedsättningar. I lägre grad fann författaren också hälsoeffekter vid anpassad skidåkning och vattenaktiviteter. Förtjänsterna vid fysisk aktivitet bestod av utvecklad aerobisk kapacitet, förbättrad grovmotorik och hög tillfredsställelse från deltagande barn och föräldrar. I en översiktsartikel (Verschuren; Ketelaar; Takken; Helders & Gorter, 2008) redovisas olika typer av träningsprogram för hjärt- och lungfunktion samt muskelstyrkan i de under extremiteterna för målgruppen barn med cerebral pares (CP). Resultaten av programmen tyder på förbättringar inom nämnda områden samt även en kombination av förbättringar. Författarna påpekar att många av programmen inte var av interventionskaraktär utan ofta enbart utgick från den internationella handikappklassificeringen (ICF). Författarna menar att det är viktigt att fastställa effektiviteten i träningsprogrammen när det gäller att öka den dagliga aktiviteten och delaktighetsnivån för barn med CP samt öka deras självkännet och livskvalitet. Statens folkhälsoinstitut (2011) skriver sammanfattningsvis att skillnaderna mellan barn med respektive utan funktionsnedsättning är störst inom områdena psykisk hälsa, mobbing och levnadsvanor. Det finns möjlighet att minska dessa skillnader, inte minst genom insatser från skolans sida, t ex framgår det av skollagen att skolan ska förebygga och förhindra kränkande behandling av barn och elever, att elevhälsan har till uppgift att bevara och förbättra elevernas fysiska och psykiska hälsa. Myndigheten hänvisar också till läroplanen för grundskolan där skolan ska sträva efter att erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen. Statens folkhälsoinstitut (2008) menar att en stor del av ohälsan hör samman med olika bestämningsfaktorer t ex brist på inflytande, diskriminering och brist på tillgänglighet. Det krävs en betydligt större inkludering av människor med funktionsnedsättningar för att komma tillrätta med hälsoproblemet. Enligt skollagen (Utbildningsdepartementet, 2010) ska särskilt stöd ges inom ramen för den ordinarie gruppen. En elev som är i behov av särskilt stöd ska ges det stöd som behövs. Finns det särskilda skäl kan elever få sitt stöd enskilt eller i en särskild undervisningsgrupp. Elever ska också få möjlighet att påverka sin utbildning. I den nya läroplanen för grundskolan, Lgr 11 (Skolverket, 2010) beskrivs att undervisningen ska utformas efter varje elevs behov och förutsättningar. Myndigheten påpekar att undervisningen inte kan vara lika för alla då skolan har ett särskilt ansvar för de elever som har svårigheter att nå målen och sätta in lämpliga åtgärder. I läroplanen påpekas också att skolan ska sträva efter att erbjuda fysisk aktivitet dagligen samt att varje elev ska känna samhörighet i en grupp och känna sig respekterade. I kursplanen för idrott och hälsa omnämns bl a att elever ska ges förutsättningar att utveckla sin förmåga att samarbeta och respektera andra människor genom undervisningen. Relationerna mellan upprepade rörelser och välbefinnande kopplar samman kroppens egna minnen och känslan av att vara en självständig individ. När självständiga rörelser kopplas till kroppsliga minnen och utveckling av synapser menar Keleman (1985) att frivilliga och återkommande rörelser skapar en kedja av beteenden i vilken en ackumulering av en kritisk massa av axoner skapar ett anatomiskt minne. Detta anatomiska minne hjälper en individ att utifrån kroppen och känsla inskriva en persons subjektiva syn på sig själv i förhållande till omgivningen. Upprepade frivilliga åtgärder stärker samtidigt och utveckla nya synaptiska förbindelser. Genom upprepning ger uttryck praktiken en återkoppling som bygger på intensiva kroppsliga erfarenheter som hjälper en person att organisera erfarenheter. In-

tensiva kroppsliga somatiska mobila erfarenheter stimulerar därmed individen mögenhet i termer av att vara en social varelse som kan göra en skillnad i världen.

Syfte och mål

Syftet med denna studie är att belysa vilken betydelse användandet av hjälpmedlet SwingPingis har för den motoriska färdigheten och hälsan hos barn med funktionsnedsättningar. Målet med förstudien är att ge företaget rimliga data som bekräftar hjälpmedlets motoriska och hälsomsäsonga kvaliteter

Metod

Förstudien genomfördes i form av kvalitativa intervjuer med tre barn med funktionsnedsättningar (för- och eftermätning) och deras 2 lärare i Idrott och hälsa. Dessutom genomfördes observationer under lektionstid. Ett informationsbrev inklusive samtycke till studien skickades ut till barnen, föräldrarna och skolorna. Gruppstorleken och samtalsformen var ett avgörande argument för att välja intervjuer och observationer som metod. Vid intervjuerna ställdes inledningsvis frågor kring t ex kön, ålder och utbildning. Därefter kom själva plattformens frågor kring förväntningar och upplevelser samt erfarenheter och kunskaper om SwingPingis. Lärarna i Idrott och hälsa fick liknande bakgrundsfrågor och därefter en plattformensfråga med t ex frågor om användbarheten och betydelsen av swingpingis.

Resultat och analys

I följande text presenteras ett utdrag av intervjuer och observationer samt en analys. Intervju-materialet presenteras i form av citat ur samtalen. I möjligaste mån ges det utrymme för fylliga och innehållsrika svarsexempel. För mätningen redovisas med barnens svar och analys som inledning och därefter lärarnas svar och analys. Eftermätningen följer en liknande uppläggning.

Intervjuer – förmätning - barn

Int: Hur känner du dig inför att du ska prova swingpingis?

Svar: "Det känns spännande att testa det". (Karin)"Ja, det är jättebra". (Anton)

"Spännande". (Erik)

Barnen är förväntansfyllda och ser fram emot att få prova swingpingis.

Int: Vad tror du kommer att ske när du spelar SwingPingis?

Svar: "Man ska väl slå på den och så kommer den väl tillbaka, eller så, fram och tillbaka". (Karin)

"Går den fram och baks. Slår den mot dörren och sen baks. Mot mig". (Anton)

"Jag kommer att slå på bollen, många gånger. Någon gång kommer jag att inte träffa". (Erik)

Barnen relaterar svaren till en fysisk aktivitet där kroppen är i rörelse och förmågan att träffa sätts på prov. Vikten av öga-handmotoriken kan inläsas i svaren.

Int: Vad känner du för SwingPingis som en idrott?

Svar: "Det är svårt att veta när man inte har testat än". (Karin)

"Det är mest springa och mest hoppa och mest höjdhopp och allt det här. Olika idrott". (Anton)

"Det är något för armarna. Man rör dom mycket och sånt". (Erik)

Barnen har svårt att sätta ord på idrotten då de ännu inte provat denna. Det finns ändå en föreställning om att det är en idrott bland övriga fysiska aktiviteter på lektionen i idrott och hälsa.

Int: Hur tror du att SwingPingis kan påverka dig?

Svar: " Jag vet inte. Det är möjligt både kondition och att det är ett sätt för mig att röra på mig". (Karin)

"Ibland är det lite jobbigt, ibland inte så jobbigt. Jag slår alltid höger hand, ibland vänder jag mig och slår". (Anton)

" Vet inte, något med man tränar armarna, man slår". (Erik)

Barnen har svårt att föreställa sig några påverkansfaktorer. Det går att tolka svaren som att kroppen är aktiv och att såväl hälsa som motorik kan påverkas.

Int: Kan SwingPingis på något sätt förändra det liv du lever?

Svar: "Det är jättesvårt att veta än". (Karin)

" Ja, kan jag inte ha den hemma också? Träna?" (Anton)

" Nej". (Erik)

Barnen uttrycker inga direkta tankar om förändringar i livssituationen. Möjligen finns det redan ett begynnande intresse hos Anton att använda swingpingis även i hemmet.

Intervjuer – eftermätning – barn

Int: Hur känner du dig inför att du provar swingpingis?

Svar: "Jag tycker det är, det känns okey. Bra". (Karin)

" Swingpingis spelar jag hela tiden. Jag kan inte låta bli det. Det känns skönt. Jag tänkte jag skulle också ha en sådan hemma. Jag kan lära mig spela pingis." (Anton)

” Bra. Att det nästan är som vanlig pingis.

Barnen uttrycker att swingpingis är något positivt för dem. Det är något som efterliknar traditionell bordtennis och skapar rörelseglädje.

Int: Vad är det som händer när du spelar SwingPingis?

Svar: ”Kanske blir jag starkare i min hand”. (Karin)

” Ja, jag träffar ibland. Ibland missar jag och ibland träffar jag. Höger hård. Jag slår så hårt. Glasögon och allt det här”. (Anton)

” Röra på kroppen. Ibland handen och ibland måste man röra på benen”. (Erik)

Barnens svar tyder på en insikt i vad idrotten går ut på och att den påverkar kroppen genom rörelse och specifikt armar och ben. Hälsa och motorik är tänkbara utvecklingsområden.

Int: Vad känner du för SwingPingis som en idrott?

Svar: ”Jag tycker att. Jag känner inte det som att det är en riktig idrott för mig. För jag känner att jag vill röra hela min kropp”. (Karin)

”Det känns hela tiden. Jag känner att. Det känns att det, vad ska man säga. Det känns att jag tränar upp hela armen och får lite mjuka armar”. (Anton)

”Allt är en sport. Så här träning” . (Erik)

Barnens åsikter skiljer sig i synen på att röra hela kroppen. Genomgående är det en positiv känsla inför swingpingis och aktiviteten verkar inspirerande. Swingpingis verkar utgöra en naturlig del i lektionsinnehållet.

Int: Hur tror du att SwingPingis påverkar dig?

Svar: ” Jag blir starkare i min hand och bättre motorik”. (Karin)

”Jag slår med pingisen. Ja, jag träffar alltid bollen”. (Anton)

”Bra. Att det är en sport”. (Erik)

Barnen anför både motoriska –och hälsomässiga aspekter på swingpingisträningen

Int: Kan SwingPingis på något sätt förändra det liv du lever?

Svar: " Nej jag tror inte det". (Karin)

"Jag känner att på skolan spelar jag mycket pingis/.../En sådan SwingPingis, hemma i hemmet, bostaden. Sen tränar jag hemma". (Anton)

" Ja. Man har det bra" .(Erik)

Barnen förmedlar olika perspektiv på förändringar av livssituationen, det finns uttryck för användning av swingpingis utanför skoltid samt att det påverkar den totala lektionen i idrott och hälsa positivt men även att det inte påverkar alls.

Observationer

Deltagande observation med Karin

Swingpingis placeras centralt i rummet, läraren instruerar i handgreppet och kroppsställningen.

Karin har mer kontroll, mer vana. Känner framgång och når framsteg med de olika slagen.

Tränar forehand och backhand med precision, känner att bollkänslan blivit bättre.

Känner att träningen leder till mer kontrollerad aktivitet, det går lättare när Karin slår lösare.

En fördel att träna enskilt med läraren, Karin uttrycker själv framgång.

Deltagande observation med Anton och intervju med Anton och Kenneth vid användandet av Swingpingis.

Lekfull träning

Anton tyckte att det var kul att spela swingpingis. Han var engagerad och ville gärna visa vad han kunde och att han behärskade tekniken. För just Anton så var situationen sådan att han mycket snabbt förstått hur man kunde använda redskapet och att han så snabbt behärskade det gjorde honom möjligen lite uttråkad efter en stund.

När han kände att han behärskade redskapet till fullo och träffade varje gång ställde han sig lutad mot dörrposten. När han upptäckte att även detta ledde till att han klarade av att slå på bollen varje gång, började han blunda och slå på bollen. Han lyckades alltså räkna ut bollens bana och hastighet i förhållande till med racket och på så sätt kunde han klara av att slå på bollen med träff varje gång.

Detta varade dock bara en liten stund, Kenneth instruerade honom att han kunde använda händerna istället för en racket för att testa om det gick lika lätt. Han koncentrerade sig då inför denna nya utmaning och lyckades efter ett kort tag även erövra denna utmaning. Kenneth bad

honom då att byta hand, för att nå ännu en nivå av svårighetsgrad, vilket var lite svårare för honom med vänster hand.

Det repetitiva i Swingpingis har fördelar och nackdelar. Det är enkelt att "komma in" i hur redskapet kan användas och det är enkelt och förutsägbart i termer av hur kroppen används för att slå till bollen. Det är också en fördel att redskapet är enkelt att sätta upp och att det inte tar någon plats i anspråk. En nackdel är att utmaningarna lätt kan försvinna om:

Det inte finns en coachande person som kan ge förslag på hur övningarna kan varieras

Redskapet är tänkt som en ren träning, det behöver också bli ett meningsskapande redskap (se nedan)

Det inte finns en handledning eller vägledning till hur redskapet kan varieras i användning, utan att denna anvisning är begränsande

Kreativ och öppen innovation

Det som kan utgöra en nackdel, d v s att redskapet bara är ett "träningsredskap" kan dock också bli till en fördel om man tänker kring hur det kan skapa mening och värden på andra plan. Anton och Kenneth hade testat att sätta upp redskapet på andra platser än i en dörrpost för att hitta nya sätt att utmana hans förmågor. Anton själv provade att blunda och slå till bollen. Vi kom gemensamt fram till att man kunde använda andra delar av kroppen och då provade han att nicka bollen. Oavsiktligt träffade bollen glasögonen upprepade gånger och då blev det ett sätt att hantera redskapet. Han ville prova att sparka på bollen, men det räckte inte snöret till varpå han övergick till att variera att slå med handen och nicka med glasögonen på bollen. Anton och hans lärare hade också tankar på att undersöka om man kunde vara fler och spela samtidigt om man hängde upp redskapet i en av bommarna i gymnastiksalen.

En av redskapets styrka är att det har öppna möjligheter och dessa öppna möjligheter skapar förutsättningar för att vara kreativa och upptäcka nya sätt att använda det på. Mening skapas i detta sammanhang utifrån den kreativa användningen av redskapet som ett lekfullt sätt att förhålla sig till en boll i ett snöre. Redskapet är alltså inte låst till ett användningssätt och det gör att det går att skapa mening kring själva uppfinnandet av nya användningssätt.

I ett sammanhang där en lärare eller instruktör eller en skriftlig anvisning finns närvarande är det alltså viktigt att peka på att meningsskapandet ger lika mycket lust och engagemang som den repetitiva rörelsen av handen och koordinering av ögat. Det är också viktigt att ge förutsättningar för att hela kroppen ges tillfälle att vara med.

Intervju med Kenneth

Swingpingis som träningsredskap är förankrat i läroplanen i det att den ger tillfälle att pröva på de vanligaste idrotterna, av vilken pingis är en. Redskapet ger också möjligheter att erfara och träna på motorik och känsla genom att rörelseschemat lär timing och känsla för hur hårt man kan slå på en boll. Vissa barn, förklarar Kenneth har bara två lägen – antingen full kraft eller ingen kraft alls och inte alltid i rätt timing. På så sätt kan denna sak hjälpa dem att utveckla känsla i relationen öga-hand-motorik.

Deltagande observation med Karl

Lekfull uppvärmning med kamrat från klassen.

Övningar för grovmotorik och öga-handmotorik t ex transport av olika material på en pappskiva, spela till varandra med var sin pappskiva. Ska leda över till swingpingis.

Stationsträning där swingpingis är en station.

Läraren instruerar om kroppsställning och handgrepp.

Erik har tid att öva och känner framgång i sitt spel. Små kommentarer från läraren hjälper till. Leder fram till ökad säkerhet vid spel med klasskamrat. Känner framgång i användandet av rack och boll.

Intervjuer - förmätning – lärare

Int: Vad tror du att det innebär för barnen att använda hjälpmedlet swingpingis om vi fokuserar på deras hälsa och motoriska färdighet.

Svar: "Motoriskt. Ja, jag tänkte ju så här att elever, att det händer något. Att det är en nyhet, något roligt. Och rörelse. Och att självförtroendet, att dom kan, man kanske kan lära sig studsa 10 gånger. Att dom växer. Alltså självförtroendet, självkänslan, mentalt. Motoriskt. Jag har varit mer inne på vad som är själv. Den biten. Så det, den motoriskt. Nej det har inte jag funderat färdigt på. Det tänkte jag väl också då att om man skulle. En del elever har ju. Eller vi har ju 2 elever som ska vara med i det här försöket då. Dom har ju då en bättre hand, och en sämre. Och jag hade väl tänkt att vi skulle träna båda. Men jag misstänker att eleverna kommer att tycka att det är jobbigt och lite besvärligt att träna med sin svagare hand. Så att dom kommer. Det kommer nog att bli så att vi kommer att träna mer på den goda handen, eller den bra handen, men vi ska ju. Och då. Ja, även träna den svagare handen". (Krister)

" Ja. Alltså jag har ju sett en liten filmsnutt och det jag tänkte då och jag har ju också hunnit att liksom prova lite grand då. Men det är ju just det här som jag sa innan med , med, när jag använder pingisrack och boll att, att öva på öga-hand-koordinationsträningen. Och det ser ju ut som att det kan vara en, en lämpligt hjälpmedel för en del barn, alltså just det här att bollen kommer tillbaka. Sen har jag ju också sett med dom, det är ju inte många försök vi har gjort, men jag har ju ändå sett det i aktion lite grand. Att det är ju kanske inte riktigt så enkelt som det ser ut på filmen". (Pavel)

Lärarna lyfter upp såväl hälsomässiga som motoriska utvecklingsmöjligheter.

Int: Vad är avgörande för att du ska vilja ha ett hjälpmedel på lektionen i idrott och hälsa?

Svar: "Avgörande. Det. Det ska ju vara någonting som underlättar för eleverna, och att det som man väcker lusten att röra på sig. Ja. Sen får det ju vara, kostnaden får ju inte vara för hög heller. Vi köper ju inte in. Det finns ju exempelvis det här, något dataspel som heter Nintendo Wii, eller någonting sådant ju. Det är ju kanske inte hjälpmedel, men det är ju en kostnad på flera tusen kronor". (Krister)

"Jag vill gärna se att hjälpmedlet liksom förenklar eller förbättrar förutsättningarna för att träna en viss färdighet. Och nu är vi där igen på öga-hand, för det är ju det som det handlar om här. Men också. Och det, det tycker jag verkar uppfylla den, det, dom kraven, så att säga, att här tränar vi öga-hand-koordination men sen vill jag ju också ha en liten lustdel här, så att det blir lite roligt. Och det tycker jag också ser bra ut. Dom få försök som jag hittills har gjort, att det". (Pavel)

Lärarna fokuserar på enkelhet, möjlighet och stimulera till rörelseglädje.

Int: Vad betyder swingpingis för läraren i idrott och hälsa?

Svar: "Det betyder att det finns, en möjlig väg att träna racketspel, eller närma sig racketspel. Jag har ju varit idrottslärare i 15 år och klarat mig ganska bra utan swingpingis, men det är ju ett nytt. Ett sätt att lära sig, närma sig racket, eller bordtennis i det här fallet då. Träna olika verktyg. Det som jag sa precis, backhand, forehand, handledsvridning. Så vad det har för speciellt för idrottsläraren. Dels är det ju lite roligare att komma till lektion med, nu har vi ett nytt material som ni ska prova. Det är ju lite entusiastiskt, lite. Och det är ju roligt. Det är ju roligt att komma med något nytt och så där ju. Men ja. Det har väl. Vi får väl se vad det". (Krister)

"Ja, lite så känns det som. Öga-hand igen då och att man förenklar det och att det blir lite självgående. De är en poäng med det också, att eleven själv kan sätta igång en aktivitet. Och också att den tvingar eller lockar fram rörelse hos dom barnen som har lite svårare rörelsehinder. Och det är ju bra för idrottsläraren naturligtvis. Att ha ett sådant hjälpmedel". (Pavel)

Lärarna uttrycker förhoppningar om träningsredskap i undervisningen och att dessa tränar olika motoriska förmågor samt väcker rörelseglädje.

Intervjuer - eftermätning - lärare

Int: Vad tror du att det innebär för barnen att använda hjälpmedlet swingpingis om vi fokuserar på deras hälsa och motoriska färdighet.

Svar: "Jo, swingpingis är ju ett racketspel och det underlättar ju. Pingis är ju en svår idrott och det är svårt att träffa bollen snabbt och så där ju. Så det är ju ett hjälpmedel och så kan. Har

man inte den motoriska färdigheten för att klara av spelet bordtennis så är ju swingpingis ett bra hjälpmedel för att få känslan att få iväg bollen, träffa bollen, och ja. För att lyckas. Jag menar har man då ett racketspel. Det är ju öga-hand-motoriken. Rent konditionsmässigt så står man ju stilla så det är ju inte så mycket konditions. Och sen är det ju då. Jag vet inte om det är, vad heter det, hälsoaspekter, men att, att glädjen att känna att man lyckas, man träffar bollen, att man yes, liksom att man får”. (Krister)

” Ja, jag tror att det kan vara ett rätt hjälpmedel för, ja, flera barn, många barn, en del barn. Jag vet inte riktigt vad jag ska svara där men det känns som ett användbart hjälpmedel för några barn i alla fall. Ja, alltså hälsa känns ju lite, vad ska vi säga pretentiöst men, men faktum är att jag tror att man kan se det som att man lyckas med någonting vilket ger positiva känslor hos ett barn som kanske har svårt att klara av den här öga-hand-koordinationen. Så på det viset kan man väl se en, en, en hälsopoäng men framför allt motorisk träning tycker jag man direkt kan se. Just den förmågan. Att koordinera öga och hand. Efter det här samtalet med uppfinnaren då så, så lade jag vikt vid att hålla, hålla i barnets hand. Alltså först visa ett ordentligt grepp. Jag upplever att många av dom tar i racket, alltså i själva handtaget, på ett lite, lite för fjuttigt sätt. Jag vill ha ett tydligare grepp. Så jag visar ganska noga, och sen är jag med och håller i handen. När vi börjar slå med då backhandsidan, och det har visat sig. Jag upplever det som en, en, en riktigt viktig introduktion, och det är så jag tycker att det känns att man ska börja. Det upplever jag som ganska tydligt”. (Pavel)

Lärarna bekräftar möjligheterna att påverka hälsa och motorik. Det är också en möjlighet att lära känna idrotten och kunna utöva den.

Int: Vad är avgörande för att du ska vilja ha ett hjälpmedel på lektionen i idrott och hälsa?

Svar: ”Vad är avgörande, det är. Om man tänker, ska jag köpa in det på skolan så måste det vara ganska prisvärt. Det är ju ekonomin. Jag har ju inte någon obegränsad budget, och rektorerna tycker jag är ganska snåla, och att de håller i plånboken. Sen är det ju då att det ska vara, vad ska man säga, lättanvänt. Jag har ju inte tid i jobbet att förbereda en jätte. Det ska vara, jag tänkte säga pang på rödbetan, men det ska vara lätt att komma igång. Så att det, så att man, förberedsetiden inte är enorm, eller som begränsad. Och sen är det väl då att eleverna gillar det. Tycker inte dom det är roligt, eller måste vi, eller liksom inte om dom inte visar någon rörelseglädje, då känns det ju som att man inte kommer att använda det. Men där kan ju jag som idrottslärare, inte sälja hem det, men om jag är positiv och nu ska vi göra det här och detta är ett nytt. Jag menar jag kan ju inspirera på olika sätt”. (Krister)

” Faktum är att det har ju viss betydelse hur det, det låter kanske konstigt, men jag rör ju mig mellan skolor och tar med material i bilen och lyfter ut. Alltså det får inte vara för krångligt att ta med sig. Det, det är ju inte det första men det är faktiskt en sak som spelar viss roll, och det talar ju till det här hjälpmedlets fördel, absolut. Och sen kan jag ju tycka att jag vill ju också se att det

blir en lite av det jag pratade om innan att man, att man hittar någonting för barnen som är möjligt, som inte är möjligt på något annat sätt. Och här handlar det ju om att hålla bollen vid liv med lagom hårda slag men med känsla i tillslaget som uppmuntrar till ja, till att hitta rätt just när det gäller och träffa bollen på rätt sätt helt enkelt. Så det är väl lite det som det handlar om att, att det inte finns något annat riktigt som, som kan ersätta det här”. (Pavel)

Lärarna lyfter fram faktorer som enkelhet, ej svårt att ta med mellan olika lektionstillfällen samt den ekonomiska aspekten.

Int: Vad betyder swingpingis för läraren i idrott och hälsa?

Svar: ”Det är ju också som vi har sagt innan det är ju ett hjälpmedel för att få träna racketspel, eller pingis då, och att det underlättar för att eleverna, som har motoriska svagheter, har svårt att träffa boll, träffa spel, få flyt i pingisspel direkt. Ett bra. Ett jättebra hjälpmedel”. (Krister)

” Jag tror att det kan betyda att läraren kan göra. Jag kan tänka mig, nu när du säger så här så tänker jag att då kan man ju ha ett par tre stycken sådana här igång samtidigt. Och då har du ju 3 elever som sköter sig själva, eller övar medan du som lärare då kan kanske ägna dig lite åt andra saker. Eventuellt runt samma tema. Boll, rack och öga-hand. Men absolut ett hjälpmedel i en sådan situation. Nej det skulle jag nog vilja säga att man kan tänka i många olika barn som kan ha glädje av detta. Absolut. Jag tycker att jag kan med ganska många års erfarenhet säga att jag ser ju, eller jag upplever att jag ibland då inte har tillräckligt enkla övningar när det gäller att träffa en boll med ett rack. Till exempel om man ska slå en badmintonserve så kan det vara likasom för svårt. Men här tror jag att man kan, kan, ja, hitta några fler barn som känner att dom klarar av att träffa en boll med ett rack”. (Pavel)

Lärarna uttrycker stor tillfredsställelse med hjälpmedlet och dess användningsområden. Barnen framställs som vinnare med hjälpmedlet och undervisningssituationen underlättas. Lärandet totalt sett kan påverkas i en gynnsam riktning.

Sammanfattning och slutsatser

För att inte tröttna snabbt och för att inte hela tiden kräva en vuxen vid sidan kan det vara bra med en översikt över kreativa användningsmöjligheter. Ett längre snöre som medger att man även kan använda fötterna. Resultatet tyder på att barn och lärare uppfattar hjälpmedlet som en kreativ del i lektionen och undervisningen i ämnet Idrott och hälsa. Barnen uppfattar Swing-Pingis som en möjlighet att få motorisk träning och känna rörelsegädje. Barnen resonerar också kring olika hälsovinster. Lärarna framhåller hjälpmedlet som användbart och lättillgängligt. Det är en tillgång i undervisningen samt möjliggör och kompletterar annan motorisk träning i undervisningen. Hjälpmedlet stimulerar hälsan hos barnen.

Denna studie visar på relationen mellan rörlighet och utvecklingen av sociala, relationella, emotionella, existentiella och kroppsliga kapaciteter. Studien visar entydigt att människor med funktionshinder har rätt att utvecklas som kompletta människor och att SwingPingis utgör en viktig komponent i den utvecklingen.

Litteraturlista

Johnson, C. The Benefits of Physical Activity for Youth With Developmental Disabilities: A Systematic Review. American Journal of Health Promotion 2009: 23 (3): 157-168.

Keleman, Sl. (1985) Emotional Anatomy, Berkeley, CA: Centerpress.

Skolverket (2011). Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet 2011 Hämtad 120402. <http://www.skolverket.se/publikationer?id=2575>

Statens folkhälsoinstitut (2008). Onödig ohälsa. Östersund: Edita Västerås.

Statens folkhälsoinstitut (2011). Redovisning av regeringsuppdraget om delmål m.m. inom ramen för "En strategi för genomförande av funktionshinderpolitiken 2011-2016". Östersund: Statens folkhälsoinstitut.

Utbildningsdepartementet (2010) Skollag (2010:800) Hämtad 120402: <http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=3911&bet=2010:800>

Verschuren, O.; Ketelaar, M. ; Takken, T.; Helders, Paul J. M.; Gorter, J-W.

Exercise Programs for Children with Cerebral Palsy: A Systematic Review of the Literature.

American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation 2008: 87 (5): 404-418.