



MÄLARDALENS HÖGSKOLA

ISB

Institutionen för samhälls- och beteendevetenskap

KROPP OCH HJÄRNA I SAMSPEL

- en studie av rörelsens betydelse för barns lärande

Body and mind in interaction

- a study of the impact of motion on children's learning

Författare: Anna Carlsson

Examensarbete i lärarutbildningen

Handledare: Berit Uddén

Vårterminen 2007

Examinator: Bosse Jonsson



MÄLARDALENS HÖGSKOLA

ISB

Institutionen för samhälls- och beteendevetenskap

Examensarbete

10 poäng

SAMMANFATTNING

Anna Carlsson

Kropp och hjärna i samspel

– En studie av rörelsens betydelse för barns lärande

År: 2007

Antal sidor: 23

Syftet med arbetet är att belysa rörelsens betydelse för individens utveckling och förmåga till lärande. Vidare undersöks i vilken utsträckning rörelseträningen förekommer som undervisningsmetod i förskolan och vilken effekt den har på individen och gruppen som helhet. Metoden som användes bestod av tre olika delar. Dels en enkät som delades ut till fyra förskolor och dels en observation kombinerad med intervju på en av förskolorna. Resultatet visade att medveten rörelseträning inte användes som pedagogisk metod i någon större utsträckning på förskolorna. De förskolor som arbetade aktivt med rörelseträning upplevde främst att barnen förbättrade sin grundmotorik och fick ökad koncentrationsförmåga. Förskolornas erfarenhet av rörelseträningen stämmer väl överens med de resultat hjärnforskare kommit fram till genom studier av rörelsers påverkan på hjärnans funktioner. Alla erfarenheter som gjorts inom området pekar åt samma håll, nämligen att ökad rörelseträning behövs inom både förskola och skola samt att det är ett roligt och viktigt sätt att förebygga problem med lärandet.

Nyckelord: Lärande, rörelseträning, hjärna, koncentration

Förord

Jag skulle vilja tacka familj och vänner som trott på min kapacitet när jag själv tvivlat och fått mig att kämpa vidare trots vattkoppor, öroninflammationer, magsjuka och förkylningar i familjen under våren. Jag vill också tacka respondenten för ett mycket bra och trevligt bemötande samt de pedagoger som tog sig tid att besvara min enkät. Ett annat tack vill jag rikta till min handledare, Berit Uddén, för denna snabba respons jag fått på mina frågor och funderingar kring uppsatsskrivandet. Tack vare Berit har jag erhållit värdefull kunskap om forskningsarbete som jag hoppas kunna ha nytta av i framtiden. Ett alldeles speciellt tack vill jag rikta till mina båda flickor, Nora och Ellen, som fått stå ut med att mamma "måste skriva nu" när de ville umgås. Ett sista tack vill jag ge min sambo, Marcus och hans mamma, Vera, som läst och gett ovärderliga kommentarer kring språket.

Utan er alla hade det aldrig blivit något arbete. Ett stort TACK!

Kolbäck, maj 2007

Anna Carlsson

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

INLEDNING	1
SYFTE.....	1
FORSKNINGSFRÅGOR.....	1
DISPOSITION	1
BEGREPPSDEFINITION.....	2
TEORETISK REFERENS RAM	2
HJÄRNAN OCH PEDAGOGIKEN	2
Hjärnan	4
PEDAGOGISKA TEORIER	6
Piaget.....	6
Dewey.....	6
PEDAGOGISKA TILLÄMPNINGAR.....	7
SAMMANFATTNING	9
METOD	9
FORSKNINGSSTRATEGI.....	9
Enkät.....	10
Observation	10
Intervju	10
URVAL	10
DATABEARBETNING OCH ANALYSMETODER.....	11
VALIDITET OCH RELIABILITET.....	11
ETISKA STÄLLNINGSTAGANDEN	11
RESULTAT	12
RESULTATPRESENTATION	12
Enkät.....	12
Observation	14
Intervju	15
ANALYS	16
DISKUSSION	18
METODDISKUSSION	18
RESULTATDISKUSSION.....	18
SLUTSATSER.....	20
NYA FORSKNINGSFRÅGOR.....	20
REFERENSER	22

Bilaga 1. Enkät

Bilaga 2. Intervju

Bilaga 3. Missivbrev tillhörande enkät

Bilaga 4. Missivbrev till intervjurespondenten

INLEDNING

Allting hänger ihop. För att ett system ska fungera måste alla delar fungera. I naturen finns ekosystem som är uppbyggda så att om en djurart eller växtart utrotas och försvinner kan hela ekosystemet kollapsa för att senare återhämta sig i en annan form. Allt och alla är i någon mån beroende av varandra. Människokroppen är uppbyggd på ett liknande sätt och även här behövs att alla delar fungerar och arbetar tillsammans. Detta gäller inte minst hjärnan och kroppen. För att hjärnan ska fungera optimalt vid lärande behöver också kroppen övning och möjlighet att utvecklas.

Under arbetet på skolor och förskolor kan man se att det finns vissa barn som har extra svårt att sitta still och koncentrera sig. Ofta refererar man till dessa barn som att de har ”myror i brallan” och man vet inte alltid hur man bäst ska hantera dem. Ett sätt som skulle förenkla livet i skola och förskola för alla vore att beakta vikten av rörelseträning i den dagliga verksamheten. När rörelseträning används som pedagogisk metod får barnens hela hjärna komma till användning vilket i sin tur leder till att barnen klarar att koncentrera sig allt längre stunder. Tyvärr har man i den svenska skolan lagt alldeles för lite tonvikt vid sambandet mellan just kropp och hjärna. Istället för att utnyttja hela vår hjärna till fullo och ta tillvara dess naturliga utvecklingssteg motverkar man detta genom att inte låta barn träna sin motorik. Idrottslektionerna blir allt färre och fokus riktas mot de teoretiska ämnena utan inslag av rörelse i undervisningen. Om en skol- och förskolepedagogik baserad på hjärnans naturliga utveckling och förmåga till lärande var allmänt rådande skulle rörelseträning ingå som en viktig del av undervisningen.

SYFTE

Syftet med arbetet är att belysa rörelsens betydelse för individens utveckling och förmåga till lärande. Vidare undersöks i vilken utsträckning rörelseträningen förekommer som undervisningsmetod i förskolan och vilken effekt den har på individen och gruppen som helhet.

FORSKNINGSFRÅGOR

- Vilken betydelse har medveten rörelseträning på förskolan när det gäller att underlätta barns lärande och förbättra deras koncentrationsförmåga?
- Vilken inverkan har rörelseträning för gruppen som helhet på förskolan?
- I vilken utsträckning arbetar man med rörelseträning inom förskolan idag?

DISPOSITION

Uppsatsen är indelad i fem huvudavsnitt, varav det första stycket avhandlar forskning kring hjärnan, lärande och rörelseträning. I metodavsnittet presenteras valet av forskningsmetod som använts för att genomföra studien såsom enkätens utformning, valet av intervjuobjekt och hur observationsstudien gick till. Därefter kommer ett avsnitt där resultatet av frågeformuläret, intervjun och observationen redovisas. Sedan följer ett stycke där analyser och tolkning av resultatet i förhållandet till den teoretiska referensramen sker. Slutligen sker en genomgripande diskussion där metoden och resultatet reflekteras över samt kommenteras och slutligen ges förslag till fortsatt forskning.

BEGREPPSDEFINITION

Med **lärande** åsyftas en förändringsprocess hos enskilda individer. När man lär sig något sker det en förändring av beteenden, attityder, värdering osv. Mads Hermansen (1998) beskriver lärandet som att "Det är frågan om lärande ifall man kan identifiera en skillnad vid tillägnandet av färdigheter och kunskaper, förvärvandet av motoriska färdigheter, beteendeförändringar, attitydförändringar och känsloreaktioner i anslutning till vissa företeelser" (Hermansen, 1998:11). Han anser vidare att begreppet inläring bör avskaffas helt då det innefattar en yttre påtvingad styrning. Skillnaden mellan inläring och lärande kan kortfattat beskrivas som att vid inläring ändrar man beteende på grund av nya erfarenheter och övning ålagt utifrån, medan man vid lärande tillägnar sig erfarenheter eller kunskaper via eget val (Hermansen, 1998). Inläring är stark förknippad med skolan och dess undervisningstradition medan lärande är en livslång process som ständigt pågår. Roger Säljö (2000) menar att lärande är en aspekt av all mänsklig verksamhet vilket innebär att vi lär oss i alla situationer livet igenom. Det som idag benämns som inläringssvårigheter är egentligen specifika problem som uppstår när barn förväntas tillägna sig kunskap i den form som skolan begär av dem. "Att undervisning föregår lärande är en bild av mänsklig kunskapsbildning som skapats i skolan" (Säljö, 2000:13). För att motverka denna bild behöver skolan erbjuda en rad olika metoder kring lärandet i syfte att alla barn ska få lika möjlighet i skolan.

TEORETISK REFERENSRAM

I detta avsnitt behandlas den teoretiska bakgrunden till hur hjärnan påverkas av rörelse och vilken inverkan det har på barns lärande i stort. För att en bra analys ska kunna genomföras behöver man veta mer om hjärnan och dess funktioner vilket föranleder till ett eget stycke om hjärnan. Då likvärdiga studier tidigare gjorts, innan djupstudiet av hjärnan blev möjlig, så har också pedagogiska teoretiker som John Dewey och Jean Piaget sin givna plats i denna studie. Som avslutning studeras vilken effekt kunskapen om rörelsens betydelse för barns lärande kan ha i praktiken.

HJÄRNAN OCH PEDAGOGIKEN

Läraryrket har av tradition varit ett behavioristiskt yrke. Eftersom det inte ingår i lärarutbildningen att sätta sig in i och förstå hjärnans funktioner kom läraryrket istället att inrikta sig på externa objekt i miljön och det beteende som uppstod ur kognitiva processer. Många lärare kan tack vare mångårig erfarenhet av att observera och verka i klassrummet dra slutsatser om vad som fungerar eller inte i klassrummet, men exakt varför det är en speciell typ av elever som har läsproblem eller varför hyperaktiva elever ofta är pojkar vet man dock inte. Vilka orsakerna till problem med lärandet och koncentrationssvårigheter är har inte varit lika intressant för lärarkåren utan målet har varit att ställa diagnos och sedan behandla den med varierande framgång (Sylwester, 1997).

Alla barn är olika och följaktligen skiljer sig deras sätt att lära kunskap och färdigheter. Från allra första början sker lärandet via handling, man rör vid och tar på föremål och bildar sig därigenom en uppfattning om föremålet. Små barn använder också munnen och smaken ofta i denna process. När barn nått ytterligare en nivå så sker lärandet via symboler. Man behöver nu inte längre konkret känna, se eller höra utan symboler som siffror och bokstäver hjälper

oss att lära. Lärandet sker då utifrån både yttre och inre tankeprocesser. I detta sammanhang kan man urskilja tre distinkta lärostilar: dels kinestetiskt lärande, visuellt lärande och auditivt lärande. Lärandet innebär generellt en kombination av dessa tre stilar, men bland grundskoleelever dominerar ofta kinestetiskt lärande vilket innebär att de lär sig bäst när de rör sig eller deltar i någon aktivitet (Adler & Adler, 2006).

Då många hjärnforskare, som exempelvis Matti Bergström, idag även intresserar sig för pedagogiska faktorer och vise versa pedagoger, som Robert Sylwester, angriper hjärnan utifrån pedagogiska intressen har de kommit att mötas i en ny pedagogisk inriktning. En del kallar den neuropedagogik och andra som Sylwester ”en skola för hjärnan”. Vad bägge infallsvinklarna har gemensamt är att man vill ta större hänsyn till hjärnans biologiska utveckling i arbetet med att ta fram en väl fungerande pedagogik för alla barn i förskola och skola (Sylwester, 1997). När olika former av dysfunktion uppträder vid barns lärande framstår behovet av neuropedagogiken oftast tydligast. Neuropedagogiken är mycket individanpassad och kräver bland annat att rörelseträning ingår som ett naturligt inslag i den dagliga verksamheten. Lärandet behöver även upplevas som meningsfullt för individen och en positiv igenkänning måste ske. Piaget kallar denna process av igenkännande assimilation och ackommodation. Under assimilationen läggs ny kunskap till gammal och vidgar vår erfarenhet. Vid ackommodation räcker inte längre vårt gamla tänkande till utan då sker ett språng i vårt tänkande, det ”går upp ett ljus” och man förstår exempelvis plötsligt användandet av symboler som siffror eller bokstäver (Adler & Adler, 2006).

I Norden är framför allt Torbjörn Danielsen från Norge och Matti Bergström från Finland frontfigurer när det gäller neuropedagogiken. Bergström (1992) menar att då det finns många olika uppfattningar om hur våra barn bör uppfostras och vilken pedagogisk väg förskola och skola bör ta så framträder neuropedagogiken som en möjlig lösning på meningsskiljaktigheterna kring detta. Om man utgår från hjärnan så är det självklart att vi ska använda den pedagogik som utvecklar hjärnans resurser till mesta möjliga. Danielsen (1998) utvecklar begreppet vidare och menar att för att hitta en undervisningsform som fungerar måste vi veta hur hjärnan fungerar och ta hänsyn till dess kapacitet och begränsningar. Han säger att:

Neuropedagogiskt tänkande innebär att vi i allt pedagogiskt samspel med barn, ungdomar och vuxna – både de som fungerar normalt och de som behöver extra hjälp och stöd - bygger på kunskaper om hjärnans strukturer och funktioner (Danielsen, 1998: 9).

Neuropedagogiken innebär att alla delar av hjärnan måste stimuleras och eftersom olika funktioner bygger på varandra måste vissa basala färdigheter fungera innan man kan gå vidare och lära in mer avancerade saker. Till exempel kan man se att svårigheter med lärandet kan hänga ihop med dysfunktion i balansförmågan, förmågan att rulla runt eller förmågan att passera mittlinjen med händerna och med ögonen. Saknas någon av dessa förmågor måste träningen börja på denna nivå, det vill säga med träning av grundläggande spädbarnsmotorik. Ett sätt att komma åt bristen på dessa grundläggande motoriska färdigheter och reflexer är att pedagogen samarbetar med sjukgymnaster. Ett annat problem många barn har idag är relaterat till koncentrationsförmågan. Bland barn med svårigheter i lärandet återfinns ofta barn som lätt distraheras av minsta ljud och de som inte kan koncentrera sig på något någon längre stund. Inom neuropedagogiken kan man härleda detta till en brist i hjärnan i det område som hanterar olika

stimuli från sinnesorganen. För att motverka detta gäller det att pedagogerna har struktur och rutiner likaväl som att barnen får ny stimuli som väcker deras intresse, förväntan och glädje. Kan man tillgodose detta blir det lättare att motivera barnen och därmed bibehålla deras koncentration (Danielsen, 1998).

När det gäller arbetet med barn som uppvisar någon dysfunktion krävs att skolan tar ett helhetsgrepp på alla faktorer runt barnet. Ofta visar sig blivande problem med lärandet inom andra områden först. I exempelvis hemmiljön har barnet kanske svårt att strukturera vardagen, glömmer bort saker, svårt att lära sig klockan eller inte är kapabel till att planera en aktivitet som att städa sitt rum. Kunskap om alla dessa svårigheter kan bidra till att öka förståelsen kring det enskilda barnets specifika behov. För att skapa en helhetsbild kring barnets behov behövs ett samarbete där pedagogiska, psykologiska och medicinska faktorer belyses. På så sätt får man en genomgripande bild av barnets svårigheter men inte minst även av dess möjligheter. Neuropedagogiken blir ett tydligt hjälpmedel i arbetet med att förstå vad som gör att ett enskilt barn misslyckas med lärandet (Adler & Adler, 2006).

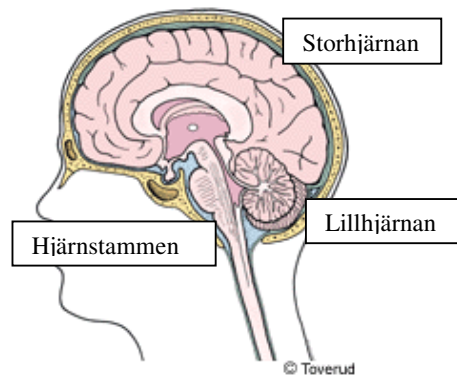
Idag finns ingenting i Lpo94 under rubriken "Mål att uppnå i grundskolan" som rör motorik eller rörelseförmåga (Lärboken, 2003). Inom förskoleverksamheten ser det dock lite annorlunda ut. Redan i Lpfö 98 kan man läsa att det ingår i förskolans uppdrag att hjälpa barnen att skapa och kommunicera med olika uttrycksformer där hela kroppen stimuleras såsom rytmik, dans och rörelse (Ericsson, 2003). Vidare står det uttryckligen under "Mål att uppnå i förskolan" att "förskolan skall sträva efter att varje barn utvecklar sin motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning" (Lärboken, 2003:40).

Hjärnan

Hjärnforskare har kunnat påvisa att vi har tre huvudsakliga mentala tillväxtperioder. Den första inträffar vid 18-36 månaders ålder då vi lär oss gå och tala, den andra är vid 5-7 års ålder då förmågan att lära sig läsa, skriva och räkna utvecklas. Den sista perioden är vid 11-15 års ålder och handlar om abstrakt tänkande, högre matematik och etik. Men även om de flesta barn med normal utvecklingstakt följer detta mönster kan man se en stor variation i hjärnans utveckling från individ till individ. En del kan vara redo att läsa vid 4-års ålder medan andra först långt senare. God neuropedagogik handlar om att ta hänsyn till varje individ och dess specifika utvecklingsmönster (Jensen, 1997).

Torbjörn Danielsen (1998) hävdar att vi måste veta mer om hur hjärnan fungerar och ta hänsyn till dess kapacitet och begränsningar när vi undervisar barn. Om inte hjärnan rent biologiskt är redo för abstrakt tänkande är det ingen god idé att försöka lära ut högre matematik eller arbeta med abstrakt problemlösning i andra ämnen. För att kunna anpassa kravnivå och inriktning på undervisningen i syfte att tillgodose varje elevs behov behöver man förstå hjärnans biologiska utveckling (Adler & Adler, 2006).

Hjärnans huvudstrukturer är hjärnstammen, lillhjärnan och storhjärnan. Mellan dessa områden finns ett stort antal nervtrådar som binder samman de olika delarna av hjärnan där bland annat limbiska systemet ingår. Via dessa nervtrådar skickas meddelade i form av elektriska impulser mellan olika delar av hjärnan eller mellan hjärnan och andra nervceller, till exempel muskelceller (Danielsen, 1998).



Figur 1. Hjärnans uppbyggnad (Sjukvårdsrådgivningen, 2007).

En viktig del för vårt lärande är hjärnstammen som ingår i det centrala nervsystemet. I hjärnstammen finns två viktiga funktioner. Det ena är *retikulära aktiveringssystemet* (RAS) och det andra är vestibularisystemet. RAS styr spänningsnivån på de elektriska impulserna vilket bidrar till att upprätthålla optimal elektrisk nivå i kroppens övriga celler. Detta gör att motoriken fungerar och vi kan skriva, läsa, utföra fysisk aktivitet samt koordinera öga och hand vid finmotoriska aktiviteter. Dessa funktioner är alla en förutsättning för lärandet (Danielsen, 1998). Vestibularisystemet å sin sida är ett nätverk av nervceller (vestibulariskärnor) som förenar balansorganet, lillhjärnan och ögonmusklerna. Detta system hjälper oss att hantera information om tyngd och rörelse, vår kropps muskelrörelser och placering i rummet (Hannaford, 1997).

Lillhjärnan har en viktig uppgift att fylla då den automatiserar rörelser. När man ska lära sig något nytt måste man först hela tiden tänka på vad man gör. Koncentrationen är stor och man klarar oftast varken prata eller utföra någon annan handling samtidigt. Efter tillräckligt med övning utför man uppgiften utan att tänka och rörelsen har blivit automatiserad. Lillhjärnan har då tagit över styrning av rörelsen. Inom neuropedagogiken betyder det helt enkelt att övning ger färdighet. Sett till skolarbete måste vissa moment upprepas till man kan dem, exempel på sådana är läs- och skrivinläring (Danielsen, 1998).

Då våra känslor spelar en stor roll i lärprocessen kommer även det limbiska systemet att vara betydelsefullt då vårt känsloliv rymms här. Om barn upplever något nytt väcks nyfikenhet, spänning och glädje. Sker det för fort kan det leda till rädsla och behov att dra sig tillbaka och om ingenting nytt händer leder det till uttråkning, irritation och ilska. Dessa reaktioner har stor betydelse för lärandet och påverkar koncentration och uppmärksamhet (Danielsen, 1998).

Britta Holle (1987) beskriver sambandet mellan hjärnans utveckling och hur barns rörelsemönster växer fram. Hon delar in de grundläggande motoriska färdigheterna i fyra faser i relation till centrala nervsystemets utveckling. I första fasen är rörelserna reflexrörelser. Då andra fasen inträffar, som vanligen sker vid 3-6 månaders ålder, börjar storhjärnan bli en aktiv del i rörelsemönstret. Rörelserna blir symmetriska och man börjar aktivt gripa efter saker. Vid tredje fasen kommer viljan in i bilden och rörelserna blir viljemässiga, motiverade och differentierade. Under fjärde och sista fasen sker en automatisering av rörelserna och hjärnbarken frigörs för andra funktioner. Har inte dessa faser genomgåts som de ska måste träningen börja på den nivå där barnet visar tecken på dysfunktion.

PEDAGOGISKA TEORIER

Långt innan neuropedagogiken gjort sitt intåg hade pedagogiska teoretiker som Piaget och Dewey utvecklat tankar kring pedagogik som många neuropedagoger idag tagit fasta på. Dewey sa tidigt att "Jag tror att den aktiva sidan kommer före den passiva i barnets utveckling. Uttryck kommer före medvetna intryck. Muskelutvecklingen föregår sinnesutvecklingen. Rörelser kommer före medvetna sinnesintryck" (Dewey, 2003:385).

Piaget

De mognadsprocesser man kunnat påvisa i hjärnans utveckling stämmer väl överens med de olika stadier Piaget påvisade genom sina observationer av barn. Genom en helt annorlunda forskningsmetod än det kliniska studiet av hjärnan och kartläggningen av dess funktioner som ingår i modern hjärnforskning kom Piaget fram till liknade slutsatser (Danielsen, 1998). Han lade fram flera teorier kring barn och deras utveckling. Bland annat poängterade han vikten av att utveckla motoriken och sensomotoriken då dessa bildar ett fundament som allt lärande står på. Utan en väl utvecklad motorisk färdighet blir det svårt att bygga vidare på barnets teoretiska intellekt (Kroksmark, 2003).

Piaget anser:

I alla de fall när man tror sig utan vidare kunna använda perceptionsbegrepp, glömmes man handlingen, och sedan uppmärksammar man det faktum att den sensoriskt-motoriska aktiviteten bildar den gemensamma källan för begreppen och de motsvarande perceptionerna. Här har vi ett generellt och fundamentalt faktum som pedagogiken inte får negligera (Piaget, 2003:439-440).

Piaget utvecklade en stadieteori som i korthet innebär att han genom empiriska studier, av främst sina egna barn, kunde konstatera att allt lärande är en konsekvens av att hjärnan genomgår förändringar under uppväxten. Dessa förändringar följer en på förhand given ordning från spädbarnets reflexrörelse till det stora barnets förmåga till abstrakt tänkande. Han menar att då dessa stadier bygger på varandra är det viktigt att inte något av dem försummas utan att alla träder in och barnet får utvecklas därefter (Kroksmark, 2003).

Dewey

I enlighet med Deweys ledord "learning by doing" påpekar Danielsen (1998) hur viktigt det är att barn är motoriskt aktiva under läroprocessen. Han menar att en pedagogik som förutsätter att barnen är aktiva och arbetar fysiskt i skolan är ett måste när vi nu har kunskap om hur hjärnan fungerar. Man bör ta fasta på Deweys tes "learning by doing" i alla lärsituationer från förskola till gymnasium.

Själv anser Dewey (2003) att om människan ska lära sig något måste individen ta del av mänsklighetens sociala medvetenhet. Man måste se till den sociala situation barnets befinner sig i och utgå från den. Han ser mer till barnets handling ur en social gemenskap än till dess verkliga fysiska handling. Utbildningsprocessen måste sättas in i ett sammanhang. Skolan ska vara en del av samhället där barn lever och utvecklas och inte enbart en förberedelse på livet efter skolan. Den ska även representera livet som det levs för närvarande och bygga på aktiviteter barnen är förtrogna med hemifrån. Dewey tror på expressiva eller konstruktiva aktiviteter som lärometoder och vill se mer av de praktiska ämnena i skolan såsom matlagning, söm-

nad och hantverksämnen. Främst för att dessa representerar grundläggande former för social aktivitet. Dessa praktiska ämnen skall utföras parallellt med andra ämnen och inte på bekostnad av varandra. Om man försummar dessa principer i skolarbetet slösar man med både tid och kraft. Barnen får en passiv och receptiv roll som leder till konflikter. För att utveckla förnuft och få bättre begrepp om verkligheten behöver man kunna handla metodiskt och effektivt. Detta går inte utan att man tar hänsyn till val och placering av praktiska handlingsalternativ och kan använda sig av samhällets symboler satta i sitt rätta sammanhang. Då ett barns intresse för ett ämne anses som ett tecken på växande förmåga att ta in den kunskapen, bör detta intresse ses som ett mått på vilket stadium i utvecklingen barnet befinner sig i. Enligt Dewey bör man utgå från vetenskapen kring barnens stadier i undervisningen (Dewey, 2003).

PEDAGOGISKA TILLÄMPNINGAR

Allting vi lär oss är kopplat till vårt minne. Kommer vi inte ihåg upplevelsen vi just gick igenom bidrar den inte till ett lärande. Nästan alla barn har förmåga att minnas, det handlar bara om att minnas "rätt" saker. Vissa barn kan minnas väldigt detaljerade saker om skeenden i klassrummet men nästan inget av det läraren pratade om. En orsak till detta kan vara att det saknas en inre motivation till lärandet. För att inspirera eleven till lärande är det viktigt att i lärsituationen utgår från elevernas förförståelse kring ämnet. Man behöver fånga deras intresse och bygga vidare på deras tidigare erfarenheter. Via samspel med omgivningen och en kombination av lärstilar, där den kinestetiska får ett stort utrymme, kan fler elever uppmuntras till ett framgångsrikt lärande (Adler & Adler, 2006).

En undervisning baserad på hjärnan och dess funktion innebär att man måste involvera hela kroppen mer än vad som sker inom traditionell undervisning. För att aktivera de olika delarna av hjärnan och få hjärnan att arbeta optimalt behövs en varierad undervisning. Den grundläggande motoriken bör tränas regelbundet redan på förskolan och gärna fortsätta att tränas i skolan. Rörelser och motoriska övningar såsom dans behövs för att stimulera hjärnan till fortsatt kunskapsinhämtning. Att avbryta teoretiska studier med rörelseövning med jämna mellanrum medverkar till att barnen klarar av att stilla still och koncentrera sig i perioder emellan. Genom att upprepa viss information aktiveras delar av hjärnan som behövs för att lagra exempelvis glosor eller multiplikationstabellen. Det är även viktigt att väcka barnens nyfikenhet, överraska ibland och använda okonventionella lärstilar. Men även se till att dagen är strukturerad, har återkommande rutiner och är överblickbar framför allt för barn som har svårt med för mycket nya intryck (Danielsen, 1998).

Piagets teorier kring barn har tolkats av Hans G Furth och Harry Wachs (1978). De har utformat en praktisk tillämpning av Piagets teori där man genomgående försöker skapa en miljö som är intellektuellt stimulerande och där rörelse i enlighet med den framväxande neuropedagogiken tillskrivs en mycket större betydelse. Sett ur en pedagogisk synvinkel innebär detta bland annat att man måste erkänna betydelsen av perceptuell - motorisk träning för barnens utveckling. Rent praktiskt i undervisningen betyder det att man undviker teoretiskt utantillrabblande lärande och istället arbetar med problemlösande lekar. Man leker olika lekar för kropp, sinne och logik samt praktiserar dramalekar. För att de problem och uppgifter som presenteras i dylika lekar ska kunna lösas måste koordinationen av kroppsrörelser och sinnesintryck fungera. Lekarna tränar på så vis rörelseförmågan vilket i sin tur leder en växande tankeförmåga vilket hjälper dem i det övriga skolarbetet.

Furth och Wachs konstaterar att "Ju bättre barn kan kontrollera sina rörelser, desto större frihet får de att koncentrera sig på problem av mer abstrakt natur" (Furth & Wachs, 1978:71). Eftersom rörelse och tänkande är så beroende av varandra får barn med otillräckligt utvecklad motorik svårt att behärska teoretiska uppgifter.

Bergström (1997) framhäver även han vikten av att låta barnen leka. I egenskap av hjärnforskare och en av grundarna till neuropedagogiken insåg han tidigt betydelsen av motoriken för hjärnans utveckling. Motoriken hänger i hans teorier ihop med människans medvetandekraft och dess aktivering av hjärnbarken. Höga grader av medvetande såsom entusiasm åtföljs av livlig motorik. Denna höga grad kan man ofta se i leken hos barn men även i sång och dans. Entusiasmen kan kopplas direkt till just motorik och rörelse och ses oftast i de fria vilda lekarna. Bergström hävdar därför att det är viktigt att barn tillåts ta plats, vara högljudda, springa, hoppa och, i vuxnas ögon, leka helt kaotiskt. Dessa lekar benämner han "svarta lekar". Det kan vara lekar som vuxna ser som rent destruktiva eller totalt kotiska men som är mycket viktiga för barnens övning av motoriken som i sin tur är avgörande för hur annan inlärning ska fungera. Bergströms "vita lekar" är de ordnade lekarna där oftast vuxna satt spelreglerna. Dessa, ofta lugnare, "vita lekar" är viktiga komplement till de vilda "svarta lekarna", inte minst för att öva vissa specifika färdigheter som till exempel turtagning och finmotorik.

I sin studie kring barn och rörelse ser Ingegerd Ericsson (2003) en tydlig effekt hos barnen att ökad fysisk aktivitet och motorisk träning leder till förbättrad motorik vilket i sin tur har positiv effekt på koncentrationsförmågan. Dock är det så att även om alla barn vinner på den ökade fysiska aktivitet så har Ericsson sett att det är barn med motoriska brister som gör störst framsteg inom allt skolarbete genom att öva sin motorik. Ett barn med brister i sin motoriska utveckling kan, utöver eventuella svårigheter med lärandet, få problem att hänga med på rastens lekar och därigenom riskerar de att bli utanför. Lösningen på dessa barns problem skulle kunna vara att utöka den motoriska träningen i skolan och framförallt införliva bedömningen av motorisk status när man överväger specialpedagogiska insatser. Ett sätt att göra detta möjligt är att införa motorikobservationer hos barn. Dessa observationer bör utföras redan under förskoletiden och vidare upp i skolåldern. Motorikobservationer som utvärderingsinstrument är praktiskt genomförbart redan vid tidig ålder då de inte förutsätter exempelvis läs- och skrivkunnet. Vid dessa observationer kan man identifiera barn med motoriska svårigheter och genom att tidigt fånga upp dem och arbeta med rörelseövningar kan man förhindra att barnen får problem med koncentrationen och lärandet längre fram.

Hans Christian Nielsen, Anita Vesterdorf och Jörgen Skaftved (1993) refererar till ett så kallat FNU-schema (funktionsneurologisk undersökning) vilket i praktiken är ett observationsschema för de grundläggande motoriska färdigheterna som barn bör kunna i viss ålder. De ger också mycket konkreta exempel på övningsförslag som man kan använda i undervisningen. Nielsen m.fl. menar att för att nå bra resultat behöver man använda motorisk träning som ett specialpedagogiskt instrument och öva mycket utöver den ordinarie klassrumsundervisningen. Även Holle (1982) hänvisar till ett utvecklingsschema som metod att uppmärksamma barns motoriska och perceptuella utveckling. I schemat hon bifogar sin bok tydliggörs vad barn bör kunna vid en viss ålder och hon tar förutom motoriska färdigheter även upp den språkliga utvecklingen likaväl som flera andra aspekter på barns utveckling.

Eric Jensen (1997) menar att man bör använda sig av multisensoriska metoder i undervisningen. Istället för att ransonera bort bild, konst, musik, rörelse och kreativitet borde man satsa mer på dessa områden. Om undervisningen ska fungera för alla behöver det finnas större valmöjligheter för eleverna och större variation i undervisningen. Man måste komma ihåg att all

inlärning involverar hela kroppen, vilket man tyvärr har en tendens att glömma bort i skolan idag. Ett sätt att få eleverna medvetna om detta är att visa på att lärandet är tillståndsbundet. Har något lärts in till speciell musik kan man repetera detta lättare om samma musik spelas vid repetitionstillfället. Det innebär också att kroppsliga konkreta övningar gör att man kommer ihåg saker bättre än då man bara läst om dem, vilket talar för användandet av rollspel, lek och dans i större utsträckning i undervisningen.

SAMMANFATTNING

Det finns flera metoder som fokuserar på rörelseträning som en del av undervisningen. En av dessa är neuropedagogiken som i praktiken innebär en varierad undervisning där hela kroppen involveras och hjärnans biologiska utveckling beaktas. Neuropedagogiken förespråkar bland annat att den grundläggande motoriken tränas regelbundet redan på förskolan och sedan fortsätter tränas i skolan (Danielsen, 1998). I läroplanen för grundskolan, Lpo94, saknas dock tydliga mål kring rörelse och motorik medan i förskolans läroplan, Lpfö 98, står det uttryckligen att barnen ska få möjlighet att utveckla sin motorik. Man ger även förskolan i uppdrag att främja barnens utveckling genom bland annat rytmik, dans och rörelse (Lärarytelsen, 2003).

Ericsson (2003) konstaterar i sin studie att om inte barnets grovmotoriska rörelsemönster utvecklats som det bör har ofta det barnet även andra problem med lärandet som till exempel tal- och koncentrationssvårigheter. Genom att utöva rörelseträning med jämna mellanrum medverkar man till att barnen klarar av att stilla still och koncentrera allt bättre och följaktligen lär sig lättare (Danielsen, 1998). Den nya utmaningen är att väva ihop denna kunskap med den pedagogik man utövar i skolan idag och bland annat ta fasta på hur viktig rörelseträning är för barnens vidare utveckling. Enligt Sylwester (1997) har vi inte råd att avstå från den nya kunskap som neuropedagogiken medför utan vi måste utforma ett arbetssätt där all vår kunskap om människans hjärna vävs ihop med gammal kunskap om läroprocesser.

METOD

FORSKNINGSSTRATEGI

För att göra min undersökning så komplett som möjligt har jag valt att kombinera tre olika metoder: enkät med fasta frågor för en kvantitativ bedömning (bilaga 1), observation och intervju (bilaga 2) för en kvalitativ vinkling. Martyn Denscombe (2006) menar att de olika forskningsmetoderna lämpar sig olika bra för olika situationer men att genom att kombinera dem kan man få in mer komplett fakta kring sin frågeställning. Eftersom varje metod kan ge ett speciellt perspektiv kan man utnyttja dem till att jämföra och kontrastera frågeställningen. Då de olika metoderna ger olika typ av information kring samma ämne ökar det kvaliteten på undersökningen. Bruket av flera metoder i samma undersökning kallas att man triangulerar, det vill säga bestämmer en exakt position genom att hänvisa till två eller flera koordinater, i det här fallet forskningsmetoder. När tre metoder används som i denna studie kallas det metodtriangulering.

Enkät

För att få en uppfattning om hur förskolor arbetar med rörelseträning i den dagliga pedagogiska verksamheten valdes enkät (bilaga 1) som en insamlingsmetod då målet var att få bredd i datainsamlingen. Enkla kryssfrågor utformades för att öka sannolikheten till en stor svarsfrekvens. Längden på enkäten sattes till en A4 sida och frågorna begränsades till relativt enkla kryssfrågor då erfarenhet visar att en alltför omfattande och komplicerad enkät minskar svarsfrekvensen avsevärt. Avsikten med fasta frågor i enkäten är annars från forskarens sida huvudsakligen att det ger utrymme för att kvantifiera och jämföra svaren. Den negativa aspekten med fasta frågor är att respondenten inte ges möjlighet att utveckla ämnet och uttrycka egna åsikter. Nyanseringen i svaren minskar avsevärt. För att uppväga de negativa aspekterna med fasta frågor valde jag att komplettera enkäten med en intervju och en observation.

Observation

En observation gjordes då en genomarbetad och planerad rörelseträning genomfördes. Jag valde att göra en deltagande observation där jag spelade en passiv roll i form av observatör. Observationstillfället var sådant till karaktären att när rörelseträningen satte igång gick barnen helt upp i sin roll och observatören glömdes bort. Detta gjorde att jag som observatör fick en god inblick i hur barnen lyckades genomföra rörelseträningen och hur den praktiskt fungerade i gruppen. Fältanteckningar gjordes under observationen för att dokumentera de resultat och tankar observationen väckt.

Intervju

Eftersom jag var ute efter respondentens egna tankar och erfarenheter kring arbetet med barn och rörelse valde jag att göra en semistrukturerad personlig intervju (bilaga 2). I denna intervjuform erbjuds respondenten en möjlighet att utveckla sina idéer och berätta mer utförligt kring det ämne som tas upp. Denscombe (2006) poängterar vikten av att skapa ett öppet och hjärtligt klimat inför intervjun och att vara lyhörd för respondentens åsikter. Man vill att den intervjuade ska öppna sig och man är där för att lyssna och lära. Som dokumenteringsmetod användes ljudupptagning med kompletterande fältanteckningar. Ljudupptagningen garanterar en permanent dokumentation och ger en möjlighet att bearbeta intervjumaterialet mer exakt i efterhand.

URVAL

Eftersom jag kommer att arbeta inom förskolan var det av störst vikt för mig som forskare att få en bra bild av hur man arbetar med hela hjärnan och kroppen i förskoleverksamheten. Enkäten delades först ut till tre förskolor i en mellansvensk kommun i sammanlagt 40 exemplar. Men då svarsfrekvensen visade sig vara för låg delades ytterligare 10 enkäter ut på en förskola i en angränsande kommun. Intervju och observation skedde i anslutning till varandra på en av de utvalda förskolorna där en god kontakt sedan tidigare upprättats. Tanken med enkäten var att den skulle ge en bred bild av om och hur de arbetade med medveten rörelseträning. Observationen genomfördes för att få en uppfattning om hur en fungerade rörelseträning på förskolan kan se ut. Intervjun bidrog till att fördjupa denna insikt och klargöra tankar och idéer pedagogerna har kring rörelse och utveckling. Eftersom pedagogen hade lång erfarenhet av att arbeta med rörelseträning i grupp på förskolan och hade ett eget speciellt intresse för dessa frågor kunde pedagogen ge en bild av vilken effekt som observerats hos barnen, både ur kort

och långt perspektiv. Urvalet av förskolor och intervjurespondent gjordes med hänsyn till den begränsade tid som forskningen hade till förfogande. Utdelnings- och insamlingsperiod för mitt material var mars/april 2007.

DATABEARBETNING OCH ANALYSMETODER

Frågeformuläret bearbetades genom strukturering av frågorna där de olika svaren per fråga räknades och resultatet redovisades i form av diagram eller textanalys. Intervjun transkriberades ordagrant för att senare kunna bearbetas och struktureras. Intervjun liksom observationen analyserades sedan i relation till tidigare forskning och jämfördes med enkätresultatet.

VALIDITET OCH RELIABILITET

I ett försök att erhålla en så hög validitet och reliabilitet som möjligt på undersökningsmetoden så valde jag att kombinera tre metoder i en metodtriangulering. Genom bruket av flera metoder för samma undersökning ges en möjlighet att förstå ämnet på ett bredare och fullständigare plan. Det ger även en möjlighet att bekräfta eller ifrågasätta resultaten då man jämför datainsamling från de olika metoderna som valts. Denscombe (2006) menar att detta i sin tur kan öka validiteten i undersökningen vilket ger starkt stöd åt analysen. Genom att med hjälp av de olika datainsamlingsmetoderna försöka få svar på samma fråga utifrån olika perspektiv ger det mig en chans att jämföra information som inte vore möjligt annars. Dock poängterar Denscombe att det är viktigt att man undviker att anta att en metodtriangulering bevisar data som absolut riktiga. Även om data från alla tre insamlingsmetoderna pekar åt samma håll är det osannolikt att de visar på verkligheten vilket medför att man bör anta en viss försiktighet i analysen.

Målet med undersökningen var att ge en så heltäckande bild som möjligt av hur man tänker och arbetar med rörelse och inläring i förskolan. Enkäten bidrog till att skapa en bred bild av om man överhuvudtaget var medveten om vikten av rörelseträning för fortsatt inläring och koncentration. Intervjun och observationen gav en djupare inblick i hur en rörelseträning kan se ut när den fungerar och sker systematiskt och medvetet. Intervjun bidrog även ytterligare med att belysa vilken effekt rörelseträning kan ha för en grupp förskolebarn. Man bör dock inte dra några generella slutsatser av denna undersökning med tanke på det relativt låga antalet enkäter och då endast en intervju och observation ligger till grund för undersökningen. Man bör istället betrakta undersökningen som en tendens i hur vissa förskolor arbetar med aktiv rörelseträning. Resultatet av undersökningen hoppas jag ändå kan väcka intresse och nyfikenhet för rörelseträning även hos de förskolegrupper som idag inte aktivt arbetar med detta.

ETISKA STÄLLNINGSTAGANDEN

Jag har bedrivit min forskning i enlighet med Vetenskapsrådets (1990) forskningsetiska principer för humanistisk- samhällsvetenskaplig forskning. De har formulerat fyra huvudkrav som bör följas när det gäller vetenskaplig forskning.

När det gäller enkäten skickades det med ett missivbrev (bilaga 3) innehållande relevant information där jag beskrev vem jag var, syftet med frågorna och hur man kunde komma i kontakt med mig. Detta brev skrevs i enlighet med första kravet rörande informationen som ska

utgå till deltagarna i undersökningen. Det gör gällande att man måste informera rörande deltagarnas uppgift i projektet och att det är frivilligt. Deltagande bör också få veta syftet och omfattning. Ett liknande missivbrev (bilaga 4) delades ut till intervjurespondenten i förväg och i samband med intervjun informerades respondenten ytterligare en gång muntligt om projektet, dess syfte och frivilligheten av deltagandet.

Jag använde mig endast av vuxna respondenter och deras samtycke klargjordes i enlighet med Vetenskapsrådets andra krav i samband med missivbrev och intervju tillfälle. Det andra kravet gäller just samtycke, det vill säga att deltagare av undersökningen har alltid rätt att själv avgöra om man vill delta eller eventuellt helt avbryta sitt engagemang.

Då mina enkäter var helt anonyma och intervjurespondenten aldrig namngavs eller närmare beskrevs undvek jag konfidentiella uppgifter. När det gäller konfidentialitet säger Vetenskapsrådet i sitt tredje krav att eventuella personuppgifter måste behandlas på ett sådant sätt att inte obehöriga kan ta del av dem.

Det insamlade materialet till detta arbete har inte för avsikt att användas i något annat sammanhang än i detta examensarbete vilket stämmer med det fjärde kravet som är nyttjandekravet. Det innebär att jag inte får använda mina resultat i något annat syfte än för forskningsändamål. Man får inte låna ut eller sälja resultat till andra kommersiella eller icke vetenskapliga syften.

RESULTAT

För att få svar på mina forskningsfrågor valde jag att genomföra en enkät angående om och i vilken utsträckning man arbetar med rörelseträning och lärande på förskolan. Av de utdelade femtio enkäterna på förskolorna fick jag tillbaka tjugofem stycken besvarade. Observationen och den tillhörande intervjun gjordes för att få en mer exakt bild av hur rörelseträning kan se ut och vilken effekt de har på barnen. I detta avsnitt presenteras resultatet av de tre metoderna under respektive rubrik. I ett försök att finna en fungerande benämning på det medvetna rörelsearbete som bedrevs på förskolan definieras rörelseövningarna som respondenten hade med barnen som gymnastiktimmor. Detta på grundval av respondentens eget ordval och då det är den benämning som används på förskolan. För enkelhets skull vidhåller jag denna benämning under resten av arbetet.

RESULTATPRESENTATION

Enkät

Enkäten bestod av nio frågor rörande förskolornas arbete kring medveten rörelseträning och hur de upplevde effekterna av dylik träning (bilaga 1). Den delades ut i femtio exemplar, men ett bortfall på 50 % medföljde att enkäten tillslut besvarades av 25 pedagoger från sammanlagt fyra förskolor.

Av den personal som besvarat enkäten var endast en man och resterande 24 stycken var kvinnor.

14 stycken var förskollärare, 6 stycken var barnskötare och 5 stycken benämnde sig som annat, varav en preciserade sitt yrke som fritidsledare.

Sjuttion stycken svarade att de *inte* arbetade med medveten rörelseträning i sin förskolegrupp, vilket innebar att bara 8 pedagoger i svarsgruppen aktivt arbetade med rörelseträning.

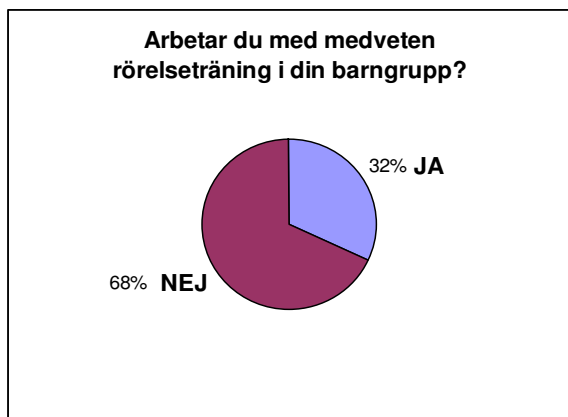


Diagram 1. Andel pedagoger som arbetar med medveten rörelseträning i förskolan.

Av dem som svarade att de arbetade med medveten rörelseträning så hade 74 % arbetat 4 terminer eller längre. Resterande 26 % hade arbetat med rörelseträning under 2 terminer.

Majoriteten, 62 %, hade rörelseträning en timme varje vecka. Av de resterande var det 25 % som arbetade med rörelseträning 1 ½ timme och 13 % i 2 ½ timme.

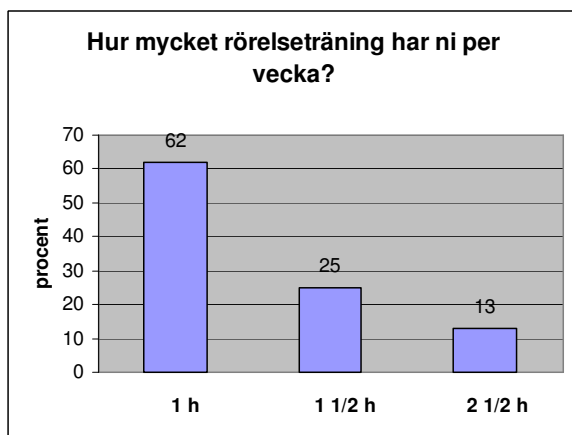


Diagram 2. Antal procent som har 1, 1 ½ respektive 2 ½ timmes rörelseträning i veckan.

Sex av åtta beskrev att de sett tydliga framsteg hos barnen sedan de börjat med rörelseträning. Resterande två menade att de endast till viss del kunnat se märkbara framsteg hos barnen. De framsteg som lyftes fram var bättre balans, förbättrad grovmotorik så som att kunna slå kul-lerbytta, krypa, klättra och rulla runt. Andra framsteg som gjordes var inom finmotoriken och

förmågan att följa regler och lära sig stå i kö. Man såg även att barnens självförtroende förbättrades tack vare bättre motorik.

Alla pedagogerna menade att rörelseträningen hade en effekt i någon mån. Men endast en fann att effekten blev tydligt större bland barn med motoriska problem än andra barn medan resterande sju ansåg att det till viss del hade större effekt.

En menade att gruppen som helhet blivit lugnare tack vare rörelseträningen, två såg ingen effekt alls medan fem upplevde att det till viss del blivit lugnare.

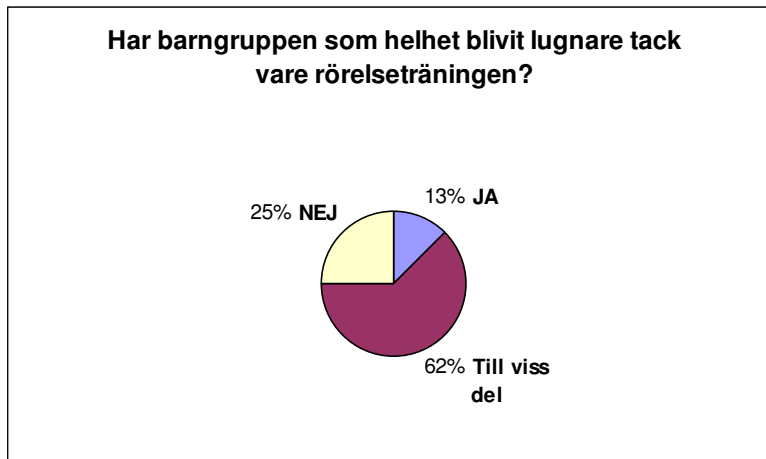


Diagram 4. Andel pedagoger som upplever att gruppen blivit lugnare tack vare rörelseträning.

Observation

Under observationen hade två förskollärare en strukturerad gymnastiktimme med 10 barn i åldern tre till fem år. Man började denna övning med uppvärmning då barnen, som alla var ombytt till andra kläder speciellt medtagna för ”gymnastik”, fick leka ”huller om buller”. Barnen sprang då omkring precis som de ville i lokalen och skakade på armar och ben. Efter det fick de lägga sig på rygg och känna efter om hjärtat dunkade. Sedan fick barnen krypa omkring och leka hundar. De skällde och stannade och ”kissade” på stolpar. De blev sedan ormar som ålade omkring och väste. Efter att ha varit ormar gick barnen från att ligga på mage till att upp och hoppa igen. De hoppade då som grodor och även på ett ben. Innan nästa övning lade de sig på mage igen med ”näsan i golvet”. Som sista uppvärmningsövning fick barnen springa i en stor cirkel där de övade på att byta håll och även springa med höga knän respektive bakåtparkar. Sedan var det dags för en stunds vila. Under tiden barnen vilade tog man fram en hinderbana som bestod av hopprep, mjuka mattor, bänk, stor madrass, balansbräda, ärtpåsar och tjockmatta. Dessa placerades så att en hinderbana skapades där första momentet var att krypa mellan hopprepen fram till en tunnel som man skulle åla igenom. Efter tunneln gick barnen balansgång på en bänk och hoppade över till en stor madrass. Därifrån klättrade man upp i ribbstolarna och ”postade sköldpaddor”, det vill säga slängde ner ärtpåsar i form av sköldpaddor mellan väggen och ribbstolen. Efter att ha klättrat ner gick man balansgång igen men denna gång på ett hopprep liggande på marken fram till tjockmattan där man fick slå kullerbytta. Rundan avslutades med ytterligare balansövning då man med hjälp av ba-

lansbrädorna skulle klara sig från krokodilerna till mål. Som avslutning på gymnastiktimmen hade barnen fri lek och allra sist övades avslappning innan barnen återgick till sin avdelning. Under gymnastiktimmen var barnen aktiva och deltagande. De verkade tycka det var roligt och levde sig in i de olika övningarna. Några barn hade skrapsår på knäna och kunde därför inte krypa men deltog i allt annat. Ett barn mådde inte så bra denna dag och deltog lite lugnare i de övningar som kändes bra. I de moment där djurantologier användes levde sig barnen in med liv och lust och deras fantasi fick fritt spelrum. Nästan alla barnen klarade samtliga moment, det som vållade visst problem var dock balansbrädorna. Under hinderbanas gång blev det stopp vid ribbstolarna då detta moment tog längre tid än de övriga och till slut var alla barnen där. Efter cirka tjugofem minuter blev barnen trötta och hela övningen blev mer kaosartad. Läraren valde då att avbryta och låta barnen ha fri lek en stund innan de varvade ner och slutade med avslappning.

Intervju

Under intervjun, som var av semistrukturerad karaktär, besvarade respondenten mina frågor enligt intervjuformuläret och de frågor som kommit upp under observationen samt de som uppstod under intervjuns gång. Intervjuresultatet har delats in i underrubriker bestående av forskarfrågorna där den del av intervjun som besvarar respektive fråga avhandlas.

Vilken betydelse har medveten rörelseträning på förskolan när det gäller att underlätta barns lärande och förbättra deras koncentrationsförmåga?

Den största vinsten pedagogerna upplevde var att koncentrationen blivit märkbart bättre hos barnen. De klarar av att lyssna på och ta till sig instruktioner bättre ju mer rörelseövningar de har. Tydligast effekt ser man direkt efter ett rörelsepass då även de mest livliga klarar av att sitta stilla en längre stund. Tack vare att de klarar av att sitta still en längre stund klarar de också att lyssna på pedagogerna bättre och utföra uppgifter på ett mer koncentrerat sätt. De motoriska framstegen är också märkbara vilket medverkar till att underlätta deltagandet i lek och främja en positiv utveckling. En annan positiv aspekt är att barnen upplever gymnastiken som roligt och att nästan ingen väljer att stå bredvid. Alla barnen deltar med liv och lust och ingen uppfattar gymnastiken som ett tvång. Bakom varje övning finns dock ett allvar i form av att pedagogerna noga har tänkt igenom hela programmet och med hjälp av mångårig erfarenhet arbetat fram ett uppskattat koncept. Respondenten framhävde att tonvikten lades på att öva grundmotoriken så som att krypa, åla, gå balansgång osv. Detta var motoriska färdigheter som man kunde se gett positiv effekt under lekar i övrigt. Genom att lära sig behärska sin kropp vågade barnen göra allt mer avancerade övningar vilket i sin tur stärkte deras självförtroende. Respondenten kunde konstatera att de blev säkrare och mer kompetenta i allt de företog sig, både under och utanför gymnastiktimmen.

Vilken inverkan har rörelseträning för gruppen som helhet på förskolan?

Hela gruppen upplevdes som lugnare efter att ha haft gymnastik. Pedagogerna ansåg att när de fått anstränga sig fysiskt och även koncentrerat sig, för att kunna följa instruktioner och genomföra övningarna på ett korrekt sätt, hade de efteråt lättare att komma ner i varv. Tiden efter ett gymnastikpass lämpade sig utmärkt för lugnare aktivitet där finmotoriken istället aktiverades. Då dessa barn var relativt små fanns där från början inga problem med gruppkänsla eller samhörighet. En viss utsträckning av stökiga, hårdhänta barn finns nästan alltid i varje förskolegrupp och bland dem gjorde framför allt den avslutande massagen gott.

I vilken utsträckning arbetar man med rörelseträning inom förskolan idag?

De hade mer strukturerad gymnastik under höst och vinter då vädret inte inbjöd till lika mycket lek utomhus. Under denna period arbetade man med rörelseövningar i form av gymnastik varje vecka. Man lät då barnen byta om till gymnastikkläder och genomförde sedan ett fullt träningspass i form av uppvärmning, aktivitet, nedvarvning och massage. Ibland avslutade man med bad i en liten bassäng som förskolan hade i ett duschutrymme. Gymnastiktimmen var dock beroende av engagerade pedagoger. Respondenten brann personligen för rörelseövning med barn och var den som till största delen höll i och drev gymnastiken. En känsla som beskrevs var att intresset från kollegor var bristande och att om respondenten skulle försvinna fanns det en risk att gymnastiktimmen skulle rinna ut i sanden. Flera avdelningar använder dock lekhallen men det handlar då mer om fri lek. Det som skiljer respondentens arbete från många andras är att det förs anteckningar över hur det går för gruppen som helhet och även över enskilda barns eventuella problem med någon speciell övning. Genom detta tillvägagångssätt kan man se vad varje enskilt barn kan behöva öva mer på. Resultatet av dessa observationer förs även vidare till föräldrarna vid utvecklingssamtalen men då används en färdig checklista över motoriska färdigheter. Respondenten hade utövat gymnastik med barnen under cirka tio – tolv års tid men hade ingen formell utbildning inom området. Programmet hade utformats med hjälp av sunt förnuft och annan information kring barns utveckling som snappats upp under åren. På senare år hade olika gymnastikprogram som genomfördes, till exempel hinderbanan, dokumenterats med hjälp av dator och via datorprogram fördes även anteckningar kring framsteg och eventuella problemområden.

ANALYS

I motsats till vad man kan tro verkar medveten rörelseträning inte vara alltför vanligt förekommande på förskolorna. Endast 32 % svarade att de arbetade med medveten rörelseträning trots att det i läroplanen för förskolan, Lpfö 94, tydligt står i strävansmålen att man ska arbeta med att utveckla varje barns motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning. En möjlig förklaring till det låga antalet kan vara att man inte avsätter speciell tid till detta utan integrerar det i den dagliga verksamheten och då inte benämner dem som medveten rörelseträning. Av dem som svarade att de arbetar med rörelseträning så hade alla sett någon form av framsteg hos barnen. De flesta uppgav förbättringar inom de motoriska områdena men flera stycken angav också förbättrat självförtroende som en positiv effekt. Detta visar, precis som Ericsson (2003) sett i sin omfattande studie av skolbarn och rörelse, att då motoriken förbättras påverkas även andra områden hos barnen. I detta fall lyftes just självförtroendet fram. Däremot tyckte sig inte pedagogerna i min undersökning kunna se några märkbart större förbättringar hos barn med motoriska problem än andra barn. Detta går tvärtemot Ericssons (2002) erfarenheter som visar på att bland barn i skolåldern är det just barn som har brister i sin motoriska utveckling som drar störst nytta av att speciellt öva motoriken. Detta kan ha med att göra med att barnen fortfarande är så små i förskolan att de motoriska problemen ännu inte syns eller faller inom normalramen för åldersgruppen eller att det helt enkelt inte fanns tillräckligt med barn som hade avvikande motorisk utveckling inom mitt studieområde.

Av de pedagoger som besvarade min enkät var det stora flertalet utbildade förskollärare eller barnskötare. Att vara utbildad för arbete inom förskolan behöver inte betyda att man är medveten om fördelarna med att aktivt träna och observera barnens motoriska utveckling. Intervjun med respondenten tyder på att kollegorna på den förskolan inte riktigt förstått vikten av det arbete respondenten bedrev. Många gånger kan pedagogerna medvetet ha valt bort rörelse-

träning till förmån för andra pedagogiska metoder. Detta kan bero på att man upplever att tiden är begränsad även på förskolan eller att man inte har tillräckligt intresse för området.

Flertalet av dem som arbetat med medveten rörelseträning hade gjort det under period på fyra terminer eller längre och de hade rörelseträning minst en timme varje vecka med barnen. Detta tillsammans med resultatet av intervjun kan tyda på att om man provat och sett de positiva effekterna av rörelseträning hos barnen så väljer man att fortsätta. Intervjurespondenten hade hållit på med rörelseövningar i form av gymnastiktimmor under en längre period på 10-12 år och såg ingen anledning att sluta med det. Snarare hade respondenten tagit övningarna ett steg längre genom att under de senaste åren införa strukturerade observationsscheman som dokumenterades via dator. I intervjun framgår också tydligt att gymnastiktimmorna är något barnen uppskattar mycket och enligt enkäten ansåg de flesta pedagogerna att rörelseträning har en positiv effekt på barnen även under deras övriga verksamhet på förskolan. Även om barnen hade roligt under hela gymnastiktimmen var det en avslutande massagen som uppskattades allra mest av barnen. En tänkbar anledning till detta är att även små barn i förskoleåldern märker av samhällets allt snabbare tempo. Idag när det inte ges så många tillfällen till stillhet och ro kan en så pass enkel sak som massage ge barnen den paus de så väl behöver. Massage och annan rörelseövning kan ha en förvånansvärt stor effekt på barnens temperament. Barn som normalt är hårdhänta övas i att vara mer varsamma och alla barnen lär sig lita på att de andra är snälla och tar i varandra på ett bra sätt. Rörelser i form av massage bidrar på så sätt till bättre klimat inom gruppen och till ett lugnare, vänligare tempo.

Precis som Nielsen m.fl. (1993) rekommenderar använde respondenten sig av ett schema då de motoriska färdigheterna dokumenterades. Tack vare det kunde erfarenheterna enkelt överföras till föräldrarna och den motoriska utvecklingen tydliggöras. Genom ett dylikt schema blir det lätt för alla parter att se om barnen avviker på något sätt och i förlängningen enkelt bestämma en handlingsplan för vidare träning. Att denna träning sätts in på så tidig nivå som möjligt kan vara av betydelse då vissa brister i den motoriska utvecklingen kan visa sig som svårigheter med lärandet senare under skoltiden. Den neuropedagogik som vuxit fram på senare år stödjer vetenskapligt dessa erfarenheter som pedagoger liksom respondenten gjort genom studier av sina elever.

Under den observerade gymnastiktimmen lyckades respondenten få med mycket av det som rekommenderas av ledande forskare inom ramen för sambanden mellan hjärnas utveckling och rörelseträning. På förskolan i studien bedrevs denna träning, via de gymnastiktimmor respondenten hade tillsammans med barnen, på ett utmärkt sätt. Tack vare den styrda delen av gymnastiktimmen fick barnen öva på rörelser som speciellt uppmärksammade grundmotoriken såsom att krypa, åla, gå balans, hoppa på ett ben och så vidare. Respondenten hade i enlighet med lärares traditionsenliga behavioristiska studier dragit liknande slutsatser som både Piaget (2003) och Dewey (2003) kom fram till då de konstaterade att om barn ska fungera bra i den övriga verksamheten måste också kroppen få utrymme att röra sig och utvecklas. Den motoriska utvecklingen är för betydelsefull för att inte uppmärksammas speciellt och helst övas genom riktad rörelseträning. Bergström (1998) poängterar att även om barns rörelseträning är viktig för utvecklingen behöver också den fria lekens status höjas. Han konstaterar att i barns fria lek ges motoriken en möjlighet att utvecklas ytterligare positivt. Just den fria leken gavs speciellt utrymme under gymnastiktimmen där Bergströms ”svarta lekar” fick fritt spelrum. Som avslutning inkluderades också sensomotoriken då sinnen övades med hjälp av massage. Dessa välplanerade och strukturerade gymnastiktimmor fyller syftet väl i enlighet med den neuropedagogiska tanksättet och ger barnen en bra grund att stå på inför kommande utmaningar, fysiska så väl som mentala.

DISKUSSION

METODDISKUSSION

Svarsfrekvensen för enkäten blev relativt låg. Endast 50 % av de tillfrågade pedagogerna valde att svara trots att enkäten var utformad så enkel som möjligt. Anledning till att inte fler valde att svara kan bero på att de inte kände att ämnet berörde dem eller att de inte kände till mig. Man kan konstatera att det är tråkigt att inte fler är villiga att delta i en undersökning som jag anser vara av största vikt och samtidigt så enkel.

Under observationen var barnen oberörda av min närvaro. Jag kunde observera helt obehindrat och få en klar bild över hur gymnastiktimmen verkligen gick till. Den kom att ge en tydlig bild av hur rörelseträning kan se ut när den är specifikt inriktad på att utveckla barnens motorik utanför den dagliga verksamheten. I kombination med intervjun framkom en mer nyanserad bild av rörelseträningens effekt på barnen än vad endast en enkät kunnat ge.

Intervjun gjordes i direkt anknytning till observationen för att bilden av gymnastiktimmen skulle finnas klar hos mig. Detta gjorde att jag förutom de förutbestämda frågorna kom att sväva ut till viss del då många kompletterande frågor uppkom under tiden. Att först observera och sedan intervjua gjorde att frågestunden blev mer omfattande och fick ett större djup. Jag upplevde denna ordning som bra och resultatet ihop med enkäten kom att ge en relativt heläckande bild av rörelseträning på förskolan.

RESULTATDISKUSSION

Min undersökning visar att det är betydligt färre pedagoger som arbetar med medveten rörelseträning än förväntat. Enkätresultatet visar på att endast 32 % ansåg sig bedriva en uttalad verksamhet kring arbetet med rörelseträning. Detta trots att pedagogerna inom förskolan har större utrymme att utforma verksamheten som de vill då de inte begränsas av kunskapsmål som skolan gör. En trolig förklaring till att så få pedagoger svarade att de arbetade med medveten rörelseträning är att de har införlivat denna verksamhet i övrig daglig verksamhet. För att uppfylla kraven enligt neuropedagogiska teorier räcker dock inte detta utan välplanerade och strukturerade gymnastiktimmor bör bedrivas på alla förskolor flera gånger varje vecka. Anledningen till att det inte gör det kan vara att små barn normalt rör sig hela tiden och de flesta pedagoger anser att de via den fria leken får tillräckligt med fysisk aktivitet. Det som dessa pedagoger inte uppfattat är vikten av att grundmotoriken fungerar och betydelsen av att man utför vissa riktade övningar där man enkelt kan öva och observera barnens motoriska utveckling. Skulle det finnas brister i motoriken kan det leda till koncentrationssvårigheter och problem med lärandet. Att grundmotoriken tränas och observeras redan i förskolan är av största vikt för barnens fortsatta skolgång. Ett medvetet rörelsearbete med barnen, på liknande sätt som respondenten i min observation och intervju gick till väga, är att rekommendera alla förskolor. Förutom de omedelbara vinsterna som en lugnare grupp och bättre koncentrationsförmåga är just de mer långsiktiga vinsterna för framtida lärande viktiga att lyfta fram. Det man inte heller får glömma bort är möjligheten att öva motoriken mer strukturerat inte behöver förbehållas gymnastiktimmen. Många saker kan man på alla nivåer, från förskola till gymnasium, öva i form av till exempel problemlösande lekar eller små rörelseövningar i klassrummet.

Eftersom många situationer redan i förskolan går ut på att man behöver sitta still en stund och fokusera på en uppgift är rörelseträning där barnen får utlopp för sin energi viktig. Intervjun visar att det kan vara nyttigt att införa en stunds gemensam rörelseträning innan samling för att ge barnen bättre förutsättningar att klara av att sitta still i samling och aktivt lyssna på läraren. Lugnet och klimatet blev också bättre i hela gruppen när barnen fick röra på sig aktivt. Undersökningen visar dock att framförallt de barn som normalt har ”myror i brallan” ges en större möjlighet att klara av samlingen utan att tappa koncentrationen och störa de övriga. Birgitta Ericsson påpekar i sin studie att barn med motoriska störningar kan få svårt även i andra situationer än i inlärningsmomenten. Att inte klara av att följa med i en genomgång utan att störa kan innebära att andra barn kan bli irriterade och börja hysa agg gentemot det störande barnet. Detta kan i förlängningen leda till att barnet blir utanför även i andra situationer då det upplevs som allmänt jobbigt.

Intervjun med respondenten gav ett starkt intryck av att hela den medvetna rörelseträning som bedrevs på förskolan var starkt förknippad med just denna person. Om respondenten skulle sluta skulle dokumentationen finnas kvar men den regelbundna strukturerade verksamheten skulle troligen försvinna. Respondenten hade gjort tappra försök att engagera övrig personal, men när engagemanget är svalt behövs det direktiv uppifrån för att en medveten rörelsepedagogik ska få genomslag. Om ledningen bestämmer att detta är viktigt och något som förskolan bör arbeta med kan en dylik pedagogik få fäste på förskolorna, men en pedagogs brinnande intresse räcker tyvärr inte.

Genom att införa en pedagogik som neuropedagogiken i förskola och skola skulle man kunna ta hänsyn till hela kroppen och hjärnans utveckling i den dagliga verksamheten. Precis som många av de ledande forskarna inom området påpekar så är det inte meningen att man ska utesluta annan undervisning utan istället komplettera den nuvarande med mer rörelseövningar. Faran är att när initiativet till en ny pedagogik kommer från en hjärnforskare som Bergström kan stora delar av den etablerade forskarskaran inom pedagogik automatiskt komma att slå ifrån sig de nya rönen. Genom att basera en pedagogik på naturvetenskaplig fakta kring hjärnan stöter han genast på motstånd från pedagoger och forskare som istället baserar sin undervisningsteori på humanistiska/samhällsvetenskapliga studier. Ett exempel på kritik från annat forskarhåll finns att läsa i inledning på *Konsensusrapporten nr 2* av Mats Myrberg och Anna-Lena Lange (2006) kring barns läs- och skrivsvårigheter. Här menar man att teorier och metoder som motorikövningar riskerar ta fokus från vad de anser att barn verkligen behöver öva, det vill säga den språkliga utvecklingen. Till neuropedagogernas fördel talar det faktum att neuropedagogiken är ett försök att jämka ihop olika metoder kring lärande, man vill ena naturvetenskapen och humanismen/samhällsvetenskapen under en och samma pedagogik. Att basera sitt lärande på hjärnans biologiska utveckling, som då kommer att inkludera rörelse som en viktig del, är inte att motverka annan form av lärande. Genom att man dels via kognitiva studier och dels genom studiet av hjärnan kommit fram till samma slutsats så borde dessa följaktligen kunna stötta varandra och mötas i neuropedagogiken.

Intervjun med min respondent visar på att det långsiktiga arbetet med barnen kan via praktisk erfarenhet ge den kunskap som behövs för att arbeta framgångsrik med rörelseträning. Den nu framväxande neuropedagogiken stärker både Piagets och Deweys teorier kring barn och undervisning liksom de erfarenheter många pedagoger redan gjort och tillsammans bildar de en solid grund för ett arbetssätt baserat på hjärnans utveckling. Den nya utmaningen är att väva ihop kunskapen om hjärnan med den pedagogik man utövar praktiskt i skolan idag. Min undersökning visar att det redan idag sker ett bra arbete på förskolorna i denna riktning men att det inte är omfattande nog. Lätta och roliga arbetssätt kring detta behöver utarbetas så alla

barn får ta del av de så viktiga motorikövningarna som exempelvis respondenten i min intervju arbetade med. Om detta leder till mer rörelse i förskola och skola vore det en väldigt positiv utveckling för alla parter, inte minst för barnen. Värt att påtala är att trots då det finns mycket kvar att göra inom förskolan, gällande att uppmärksamma vikten av medveten rörelseträning med tillhörande observationer, så är det ingenting mot den genomgripande förändring som skulle behöva ske inom skolans pedagogik.

SLUTSATSER

I en tid då koncentrationssvårigheter och inlärningsproblem av varierande slag samt även barnfetma med alla dess följsjukdomar ökar så har vi inget att förlora på att införa medveten rörelseträning på förskolan och skolans alla nivåer. En dylik träning med tillhörande observation och dokumentation av barnens framgångar skulle kunna utgöra en del i förskolans och skolans arbete att motverka svårigheter med lärandet. Men om man anser att förskolan har för lite medveten rörelseträning så är det ingenting mot hur det ser ut i skolan. Inte ens i Lpo94 finns den motoriska utvecklingen med som enskilt mål. Sett till de neuropedagogiska teorierna och resultatet i denna studie så kan inte vikten av rörelsens betydelse för lärandet påpekas nog mycket. Sambandet mellan rörelse och lärande behöver framhävas upp så pedagoger på alla nivåer verkar för att främja rörelseträningen i den dagliga verksamheten. Tyvärr sker precis tvärtom i skolan idag då idrottstimarna blir färre och barnens övriga utrymme för rörelseträning blir allt mindre.

En medveten rörelseträning med barnen från att de är riktigt små tills de går ut gymnasiet vore att föredra. Motorikträningen kan ha sin utgångspunkt i skolans idrottsundervisning men även utövas i olika former under skolans alla ämnesområden. Det kan dock vara lämpligt att observationen av den motoriska utvecklingen åläggs idrottsläraren på skolnivå men att observation av motorik och övning av eventuella brister även borde vara en del av specialundervisningen. För trots att det finns kritik mot att se motorikträning som en universallösning på barns svårigheter med lärandet så tror jag att motorikövningar är ett viktigt komplement till övrig undervisning som man inte får missa under barnens utveckling. Holle (1987) slår fast att barn behöver vissa grundläggande motoriska färdigheter innan man ens kan tänka på att gå vidare till nästa motoriska utvecklingsnivå. Samma mönster följer den intellektuella utvecklingen som i sin tur även bygger på att den motoriska i stor utsträckning fungerar. Skolan idag kan inte bara satsa på teori och glömma bort fysiken – det är att förneka vår biologiska utveckling så väl som intellektuella. Kropp och hjärna är beroende av varandra för att allt ska fungera på ett tillfredställande sätt.

NYA FORSKNINGSFRÅGOR

Fastän arbetet med medveten rörelseträning kommit relativt långt på förskolorna så skulle man kunna önska att det fick en vidare spridning. Som det ser ut nu är det mycket beroende av enskilda pedagogers intresse för motorisk övning och en pedagogik som inkluderar medveten rörelseträning finns oftast inte uttalad. För att få fler pedagoger att förstå vikten av att tidigt börja träna och observera barns motoriska utveckling tror jag att det behöver komma direktiv från högre nivåer inom skolväsendet. En fråga som automatisk dyker upp är då: Hur får man alla ansvariga, från riksdagsnivå till verksam pedagoger, att förstå rörelsens betydelse för lärandet när man utformar riktlinjer för hur skolans pedagogik bör se ut?

Även om det finns en hel del kvar att önska kring förskolornas arbete med medveten rörelseträning så har ändå deras arbete kommit långt jämfört med skolornas. Ytterligare ett steg i rätt riktning vore om man kunde få fler förskollärare att arbeta med gymnastiktimmar liknande respondentens. Nästa steg vore att även på skolorna införa en pedagogik som tar hänsyn till barnens motoriska utveckling. Det man då kan fundera vidare kring är: Hur kan man få skolorna att anamma förskolornas påbörjade arbete med rörelseträning?

REFERENSER

- Adler, Björn., & Adler, Hanna. (2006). *Neuropedagogik – ett komplicerat lärande*. Lund: Studentlitteratur.
- Ayres, Jean. (1993). *Sinnenas samspel hos barn*. Stockholm: Psykologiförlaget.
- Bergström, Matti. (1992). *Barnet – den sista slaven*. Jönköping: Brain Books AB.
- Bergström, Matti. (1997). *Svarta och vita lekar*. Borås: Wahlström & Widstrand.
- Danielsen, Torbjörn. (1998). *Hjärnan – en pedagogisk resurs*. Jönköping: Seminarium.
- Denscombe, Martyn. (2006). *Forskningshandboken – för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur.
- Dewey, John. (2003). Mitt pedagogiska credo. I T. Kroksmark (Red.), *Den tidlösa pedagogiken* (pp. 379-388). Lund: Studentlitteratur.
- Ericsson, Ingegerd. (2003). *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer*. Malmö: Lärarutbildningen.
- Furth, Hans.G., & Wachs, Harry. (1978). *Piaget i praktiken – Att utveckla barns tänkande*. Borås: Natur och Kultur.
- Hannaford, Carla. (1997). *Lär med hela kroppen – inläring sker inte bara i huvudet*. Jönköping: Brain Books AB.
- Hermansen, Mads. (1998). *Lärandets universum*. Lund: Studentlitteratur.
- Holle, Britta. (1987). *Normala och utvecklingshämmande barns motoriska utveckling*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Jensen, Eric. (1997). *Hjärnbaserat lärande*. Jönköping: Brain Books AB.
- Kroksmark, Tomas (Red.). (2003). *Den tidlösa pedagogiken*. Lund: Studentlitteratur.
- Läraryrket. (2003). *Läroplan för förskolan, Lpfö 98*. Stockholm: Lärarnas riksförbund.
- Läraryrket. (2003). *Läroplan för grundskolan, Lpo94*. Stockholm: Lärarnas riksförbund.
- Myrberg, Mats. & Lange, Anna-Lena. (2006). *Identifiering, diagnostik samt specialpedagogiska insatser för elever med läs- och skrivsvårigheter. (Konsensusrapport 2)*. (pdf). www.sit.se/net/Specialpedagogik/ [2007-05-02].
- Nielsen, Hans Christian., Vesterdorf, Anita & Skaftved, Jörgen. (1993). *Motorisk träning för funklare och tumlare*. Örebro: Motorika AB.
- Piaget, Jean. (2003). Psykologi och undervisning. I T. Kroksmark (Red.), *Den tidlösa pedagogiken* (pp. 432-444). Lund: Studentlitteratur.

Sjukvårdsrådgivningen, SVR AB. (2007). www.sjukvardsupplysningen.se . [2007-04-13].

Sylwester, Robert. (1997). *En skola för hjärnan*. Jönköping: Brain Books AB.

Säljö, Roger. (2000). *Lärande i praktiken, Ett sociokulturellt perspektiv*. Stockholm: Prisma.

Vetenskapsrådet. (1990). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning (pdf)*. www.vr.se . [2007-03-14].

Enkät angående rörelseträning på förskolan

1. Är du man kvinna

2. Vilken utbildning har du?

Förskollärare barnskötare annat

3. Arbetar du med medveten rörelseträning * i din barngrupp?

Ja nej

Om ja på fråga 3 vänligen besvara följande frågor:

4. Hur länge har du arbetat med rörelseträning?

1 termin 2 terminer 3 terminer längre

5. Hur mycket rörelseträning har ni per vecka?

½ h 1 h 1 ½ h 2 h 2 ½ h mer

6. Har du sett några märkbara framsteg hos barnen sedan ni börjat med rörelseträning?

Ja nej till viss del

7. Om ja, vilka?

.....
.....

8. Har rörelseträningen haft större effekt på barn med motoriska problem än andra barn?

Ja nej till viss del

9. Har barngruppen som helhet blivit lugnare tack vare rörelseträningen?

Ja nej till viss del

*Tack för din medverkan,
Vänlig hälsning Anna Carlsson, student vid Mälardalens högskola*

* Med medveten rörelseträning avses träning specifikt riktad mot att utveckla barnens motorik och träna eventuella brister i motoriken.

Intervjufrågor

1 Varför arbetar du med rörelse med barnen?

2 Har du någon utbildning angående rörelsen och motorikens betydelse för lärandet och förmåga till koncentration

3 Finns det ett intresse bland kollegor för ditt arbete med rörelseträning?

3.a Förstår de varför du har rörelseträning?

4 Har du sett några resultat av rörelseträningen?

4.a Vilka i så fall?

4.b Motoriska framsteg?

4.c Mentala vinster så som koncentrationsförmåga?

4.d Gruppvinster – lugn, samarbetsförmåga osv.?

5. Finns det någon speciell tanke med ditt upplägg av träningen?

Hej!

Jag heter Anna Carlsson och läser min sista termin på lärarprogrammet inriktning tidigare år vid Mälardalens högskola. Jag skriver ett examensarbete kring barn och rörelse. För att få ett större underlag att arbeta med har jag valt att utforma enkäter till den pedagogiskt ansvariga personalen på förskolan.

Syftet med min enkät är att få en uppfattning om hur många som arbetar aktivt med rörelse i förskoleverksamheten och vilken betydelse detta arbete i så fall har för utvecklingen och stämningen i barngruppen.

Enkäten består av 9 kryssfrågor som jag är mycket tacksam om personal från varje avdelning svarade på. Enkäten besvaras enskilt men gärna av flera från samma avdelning. Ju fler som svarar desto bättre underlag för min examensforskning.

Tack på förhand!

Vid eventuella frågor kan ni nå mig på 0220-41010 eller acn03003@student.mdh.se

Vänlig hälsning

Anna Carlsson

Bilaga 4.

Hej!

Jag heter Anna Carlsson och läser min sista termin på lärarprogrammet inriktning tidigare år vid Mälardalens högskola. Jag skriver ett examensarbete kring barn och rörelse.

För att få ett brett underlag att arbeta kring har jag bett att få observera ett av dina rörelseträningstillfällen med barnen och i anslutning till det intervjua dig.

Syftet med observationen och intervjun är att få en uppfattning om hur arbetet med rörelse i förskolan kan se ut och vilken betydelse detta arbete i så fall har för barnens motoriska utveckling, deras koncentrations- och inlärningsförmåga och stämningen i barngruppen som helhet.

Intervju är helt frivillig och du har möjlighet att avbryta den när du vill.

Tack på förhand!

Vänlig hälsning Anna Carlsson

Vid eventuella frågor kan ni nå mig på 0220-41010 eller acn03003@student.mdh.se