

BARNS FYSISKA AKTIVITET OCH KONCENTRATIONSFÖRMÅGA

En kvalitativ studie om förskollärares syn på relationen mellan barns fysiska aktivitet och koncentrationsförmåga.

CHILDREN'S PHYSICAL ACTIVITY AND ABILITY TO CONCENTRATE

A qualitative study about pre-school teachers' views on the relationship between children's physical activity and ability to concentrate.

Examensarbete i
lärarutbildningen
Avancerad nivå 15 Högskolepoäng
Hösttermin 2012

Annika Börjesson och Linda
Yngve

Handledare: Ninitha
Maivorsdotter
Examinator: Mirella Forsberg
Ahlcrona

Resumé

Arbetets art: Examensarbete i lärarutbildningen, Avancerad nivå, 15 hp
Högskolan i Skövde

Titel: Barns fysiska aktivitet och koncentrationsförmåga. En kvalitativ studie om förskollärares syn på relationen mellan barns fysiska aktivitet och koncentrationsförmåga.

Sidantal: 32

Författare: Annika Börjesson och Linda Yngve

Handledare: Ninitha Maivorsdotter

Datum: Januari, 2013

Nyckelord: Fysisk aktivitet, koncentrationsförmåga, förskola, styrda lärandetillfällen.

Syftet med studien är att genom en kvalitativ studie undersöka förskollärares syn på relationen mellan barns fysiska aktivitet och koncentrationsförmåga vid samling i förskolan. Resultatet i studien har analyserats utifrån Säljös (2000) sociokulturella perspektiv. Studien genomfördes i form av intervjuer. Med hjälp av tidigare forskning kring barns fysiska aktivitet, koncentrationsförmåga och lärande har resultatet gått att bearbeta och förstås ur olika synvinklar. Resultatet visar att förskollärare menar att fysisk aktivitet är detsamma som att barn rör på sig. Förskollärarna menar även att barns koncentrationsförmåga är beroende av hur förskolläraren lyckas fånga barnens intresse genom sitt engagemang och sin entusiasm, samt hur miljön är utformad. Vissa förskollärare menar att barn endast kan koncentrera sig när de sitter still medan någon nämner att barn kan vara koncentrerade även när de rör sig. Förskollärarna ser ett samband mellan barns fysiska aktivitet och koncentrationsförmåga, de menar att de på olika sätt kan gynna barns koncentrationsförmåga genom att använda sig av fysisk aktivitet vid samling. Detta är också studiens slutsats. Några av förskollärarna menar att fysisk aktivitet kan vara en naturlig del av en samling. Andra menar att fysisk aktivitet kan läggas in i samlingen när de märker att barnen inte längre är, enligt förskolläraren, koncentrerade på momentet. För att säkerställa resultatet och öka kunskapen bland verksamma inom förskolan krävs vidare forskning i ämnet.

Abstract

Study: Degree project in teacher education, Advanced level, 15 hp
University of Skövde

Title: children's physical activity and ability to concentrate. A qualitative study about pre-school teachers' views on the relationship between children's physical activity and ability to concentrate.

Number of pages: 32

Authors: Annika Börjesson and Linda Yngve

Tutor: Ninitha Maivorsdotter

Date: January, 2013

Keywords: Physical activity, ability to concentrate, pre-school

The aim of this study is to examine, through a qualitative method, pre-school teachers views on the relationship between children's physical activity and ability to concentrate in gatherings in pre-school. The result of the study has been analyzed based on Säljö's (2000) socio-cultural perspective. The study was conducted by interviews. By aid from previously research about children's physical activity, ability to concentrate and learning, has the result been processed and can be understood through different views. The result shows that pre-school teachers believe that physical activity is equal to that children are moving. The pre-school teachers also mean that children's ability to concentrate depends on how the pre-school teacher manages to engage the children's interests through their own commitment and enthusiasm, and how the environment is designed. Some of the pre-school teachers mean that children only are able to concentrate while they are sitting still, another believes that children are able to concentrate while moving. The pre-school teachers can see a connection between children's physical activity and ability to concentrate. They believe that they in different ways can benefit children's ability to concentrate by using physical activity in gatherings. This is also the conclusion of the study. Some of the pre-school teachers believe that physical activity can be a natural part of the gathering. Others mean that physical activity can be added to the gatherings when they notice that the children are not, according to the pre-school teachers, able to concentrate in a gathering. To ensure the result and increase knowledge among people active in pre-school, more research is required in the topic.

1. Inledning.....	1
1.1 Syfte	2
1.2 Frågeställningar	2
2. Litteraturgenomgång	3
2.1 Fysisk aktivitet	3
2.2 Koncentrationsförmåga	3
2.3 Lärande.....	4
2.4 Samling.....	5
2.5 Läroplanen för förskolan.....	5
2.6 Tidigare forskning	5
2.7 Sammanfattning	7
3. Teori	9
3.1 Teoretiskt perspektiv	9
4. Metod	11
4.1 Metodval.....	11
4.2 Urval.....	12
4.3 Genomförande/Forskningsprocessen	13
4.3.1 Pilotstudie.....	13
4.3.2 Genomförande av intervjuer.....	13
4.4 Analys.....	14
4.5 Etik	14
4.6 Trovärdighet	15
4.6.1 Validitet och reliabilitet.....	15
5. Resultat.....	16
5.1 Resultat sammanfattning	16
5.1.1 Hur ser förskollärare på fysisk aktivitet hos barn?.....	16

5.1.2 Hur ser förskollärare på barns koncentrationsförmåga?	16
5.1.3 Om förskollärare anser att det finns ett samband mellan fysisk aktivitet och barns koncentrationsförmåga vid samling?	16
5.2 Hur ser förskollärare på fysisk aktivitet hos barn?.....	17
5.2.1 Fysisk aktivitet detsamma som rörelse och motorik	17
5.2.2 Den fysiska aktivitetens mångfald	17
5.3 Hur ser förskollärare på barns koncentrationsförmåga?.....	18
5.3.1 Barns koncentrationsförmåga.....	19
5.4 Om förskollärare anser att det finns ett samband mellan fysisk aktivitet och barns koncentrationsförmåga vid samling?	20
5.4.1 Samling i förskolan	20
5.4.2 Samband mellan den fysiska aktiviteten och barns koncentrationsförmåga.....	21
5.5 Teorikoppling	22
6. Diskussion	24
6.1 Metoddiskussion.....	24
6.2 Resultatdiskussion.....	24
6.2.1 Hur ser förskollärare på fysisk aktivitet hos barn?.....	24
6.2.2 Hur ser förskollärare på barns koncentrationsförmåga?	26
6.2.3 Om förskollärare anser att det finns ett samband mellan fysisk aktivitet och barns koncentrationsförmåga vid samling?	27
6.2.4 Slutsats	29
6.2.5 Vidare forskning.....	30
Referenser.....	31
Bilaga 1	33

1. Inledning

Att röra på sig är en del av barns¹ liv och lek, vilket har en betydande roll för deras motoriska utveckling. Langlo Jagtøien m.fl. (2002) bekräftar detta:

Vi vet att barn har behov av fysisk aktivitet, att lek är en dominerande verksamhet bland barn, och att fungera bra rent sensomotoriskt bidrar till att ge barn goda förutsättningar att lära, såväl motoriskt, kognitivt, emotionellt och socialt (s. 156).

Tidigare studier inom skolan (Ericsson, 2003) visar att fysisk aktivitet kan bidra till förbättrad förmåga till lärande men hon kan inte påvisa att koncentrationsförmågan hos elever gynnas av fysisk aktivitet. Lärarna i studien menar dock att de kan se att koncentrationsförmågan hos elever gynnas av fysisk aktivitet. Därför ställer vi oss frågan om förskollärare anser att det finns en relation mellan fysisk aktivitet och koncentrationsförmågan hos förskolebarn. Hannaford (1997) menar att rörelse är nödvändigt för att lärande ska ske. Rörelse stimulerar våra mentala kapaciteter och binder samman ny information med våra erfarenheter. Författaren menar att:

förmimmelser, rörelser, känslor och hjärnans inneboende funktioner finns grundlagda i kroppen. De mänskliga kvaliteter som vi förknippar med sinnet kan aldrig existera avskilt från kroppen (s. 11).

En samling som vi fått tillfälle att ta del av visar hur förskolläraren väljer att integrera fysisk aktivitet med det tänkta lärmomentet i samlingen.

Förskolläraren har gjort i ordning ett bord där det är tänkt att fem barn (4-5 år) ska tillverka hus av mjölkpaket, detta ska sedan bli en del av den vinterstad som är ett projekt avdelningen arbetar med för tillfället. Barnen kommer in i rummet och sätter sig till rätta vid bordet. Förskolläraren introducerar barnen i samlingens innehåll och sedan är hustillverkningen igång. Barnen upptäcker problem med husbygget som exempelvis hur de ska få fast taket, när de gör detta frågar de förskolläraren om hjälp. Istället för att berätta för barnen hur de ska gå tillväga, resonerar hon med barnen och de kommer gemensamt fram till lösningar. Under samlingen, som är en stillasittande aktivitet, använder förskolläraren fysisk aktivitet genom att hon ger barnen uppdrag som att till exempel själva hämta det material de behöver, eller undersöka andra redan färdiga hus som finns i en annan del av rummet. Under samlingens gång, som var ungefär 20 minuter lång, är alla barn uppmärksamma på den aktivitet som samlingen innehöll, att bygga ett hus.

I den här situationen blev fysisk aktivitet en naturlig del av samlingen. Detta då förskolläraren uppmuntrar barnen att själva hämta olika material och titta på andra redan färdiga hus, det bidrog till att en stillasittande uppgift ändå blev fysiskt aktiv. Under hela samlingen är barnen uppmärksamma på det som är tänkt att de ska vara uppmärksamma på och det verkar som om barnen är koncentrerade. Efter detta tillfälle blev vi intresserade av om förskollärare kan se något samband mellan fysisk aktivitet och barns koncentrationsförmåga. Då vi frågar oss om det var den fysiska aktiviteten i samlingen som gjorde att barnen kunde koncentrera sig under hela samlingen?

¹Med barn menas barn i förskoleålder och elev avses förskoleklass och uppåt i grundskolan.

1.1 Syfte

Syftet med studien är att undersöka, genom en kvalitativ studie, förskollärares syn på relationen mellan barns fysiska aktivitet och koncentrationsförmåga vid samling i förskolan.

1.2 Frågeställningar

Hur ser förskollärare på fysisk aktivitet hos barn?

Hur ser förskollärare på barns koncentrationsförmåga?

Om förskollärare anser att det finns ett samband mellan fysisk aktivitet och barns koncentrationsförmåga vid samling?

2. Litteraturgenomgång

I detta avsnitt presenteras, för studien, relevant litteratur och tidigare forskning. Här kommer begreppen fysisk aktivitet, koncentrationsförmåga, lärande och samling samt även förskolans läroplan behandlas. Vi kommer ta upp forskning som berör vad förskollärare ser för hinder och möjligheter med fysisk aktivitet i förskolan samt en studie som visar hur fysiskt aktiva barn är i förskolan i USA.

2.1 Fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet innebär enligt Grindberg och Langlo Jagtøien (2000) sport, idrott, gymnastik och fysisk fostran. Med fysisk fostran menar författarna att barnen måste ges tid och utrymme till lek och rörelse. Wikland (2007) menar att barns fysiska aktivitet är detsamma som lek. Motorik är en del av den fysiska aktiviteten och innebär enligt Langlo Jagtøien m.fl. (2002) ett samspel mellan kroppens olika delar som gör rörelse möjlig. Enligt författarna innebär grovmotorik ”rörelser som i huvudsak sker med hjälp av de stora muskelgrupperna i armar, rygg, mage och ben”(s.60). Med finmotorik menas ”precisa rörelser med händerna, i ansiktet och med fötterna” (s.60).

Enligt Grindberg och Langlo Jagtøien (2000) är fysisk aktivitet av vikt eftersom den är en källa till glädje, att må fysiskt bra förbättrar koncentrationsförmågan och på så vis inlärningen. Dessutom främjar fysisk aktivitet barns uthållighet och uppmärksamhet. Författarna menar vidare att även kroppsuppfattning och kroppskontroll är förutsättningar för inlärningen.

Langlo Jagtøien m.fl. (2002) hävdar att när barn är fysiskt aktiva får de möjlighet att utforska och uppleva sin omvärld ur olika perspektiv. Det ger rörelseerfarenhet och erfarenhet genom att vara i kontakt med andra individer och olika föremål. Författarna ger exempel på att när barn ålar och klättrar tillgodogör de sig erfarenhet av att se ett rum utifrån olika perspektiv. Med det exemplet vill författarna påvisa hur den fysiska aktiviteten kan bidra till att vidga tidigare erfarenheter i förhållande till det intellektuella lärandet.

Wikland (2007) menar att barn får en positiv självuppfattning när de får utföra och klara av olika rörelser. För att utvecklas motoriskt behöver barn röra på sig och genom rörelser skapas också förutsättningar för barnen att utforska och erfara sin omvärld. Författaren hävdar att fysisk aktivitet blir en naturlig del av vardagen, exempelvis genom rörelselekar, då lek är barns fysiska aktivitet. Aktiviteten behöver inte vara lång då kroppen tillgodogör sig all aktivitet, det primära är att barnen rör sig och gör det ofta. Leken pågår sällan länge däremot börjar den desto oftare.

Pernilla Lorentzon menar i boken Livsviktigt (Skolutvecklingsenheten, 2006) att det finns kunskap om att vi lär med hjälp av kroppen och att konkreta begrepp kan underlättas med till exempel motorisk träning. Bristande motorik kan i olika inlärningssituationer störa koncentrationsförmågan då automatiska rörelsemönster kräver en större uppmärksamhet och fokusering. Ericsson (2005) beskriver den motoriska utvecklingen som en livslång process. Dess början är i fosterstadiet och varar resten av livet. Författaren menar även att motorik inbegriper hur rörelser utvecklas och lärs in hos människan.

Från dessa författares syn har vi gett fysisk aktivitet betydelsen: Aktiviteter där kroppen blir involverad i form av olika rörelser.

2.2 Koncentrationsförmåga

Enligt Olsson och Olsson (2007) är den bild vi har av verkligheten bestående av selektivt urval. Det innebär att vi väljer ut delar av alla intryck och information som når oss. De delar

vi väljer att tolka är de som gör tillvaron begriplig för oss. Detta selektiva urval sker oftast omedvetet och är en del av vår koncentration. Författarna menar vidare att nyckeln till att barn ska kunna koncentrera sig på något är att de kan tolka de sinnesintryck de får från sin omgivning. Barn med koncentrationssvårigheter har ofta lättare för praktiska uppgifter.

Barkley och Duvner menar enligt Ericsson (2005) att koncentrationsförmågan har två aspekter, uthållighet och fokusering. Uthållighet innebär att kunna hålla kvar uppmärksamheten tillräckligt länge och uppmärksamheten är därmed viljestyrd. Med fokusering menas att styra in uppmärksamheten och utesluta irrelevanta intryck. Att ha svårigheter med uthålligheten i uppmärksamheten brukar enligt författaren innebära lätta eller måttliga svårigheter. Om det också finns svårigheter med fokuseringen i uppmärksamheten är det stora koncentrationssvårigheter.

Kadesjö (2001) menar att barn med motoriska eller perceptuella² svårigheter kan ha svårt att koncentrera sig. Koncentrationsförmågan kan också variera efter olika situationer, då det kan uppstå svårigheter när uppgiften inte stämmer överens med barnets förmåga. Med utgångspunkt från dessa definitioner har vi gett koncentrationsförmåga följande betydelse i studien: Att kunna rikta och fokusera uppmärksamheten mot något specifikt i sin omgivning samt att kunna hålla kvar uppmärksamheten där under en tid.

2.3 Lärande

Pramling Samuelsson och Sheridan (2006) menar att lärande i förskolan innebär att lära sig värden, kunskaper och färdigheter som är nödvändiga för barnet idag men även det som blir av vikt i framtiden. Dysthe (1995) menar att lärande är en process där barnen tillhandahåller information och med hjälp av erfarenheter drar slutsatser som leder till ny förståelse. Läroplanen för förskolan Lpfö 98 reviderad 2010 (Utbildningsdepartementet, 1998 rev. 2010) hävdar att lärande grundas både i samspelet barnen emellan och mellan vuxna och barn. Leken såväl som barngruppen ses som en viktig del för barns lärande.

Lindahl (1998) menar att:

Barnen vill vara med där det händer något och riktar sitt medvetande mot vad de själva tycker är intressant, eller mot något som fångar deras uppmärksamhet (s. 91).

Författaren menar även att småbarn kan förstå en uppgift innan de klarar att genomföra den motoriskt, eller tvärtom de skulle klara att genomföra en uppgift motoriskt men förstår inte hur den ska gå till. Därför menar författaren att ett primärt villkor för att lyckas med en uppgift är att ha förståelse för vad som ska göras och hur det kan gå till, men vissa uppgifter kräver att barnet behöver ha den motoriska färdigheten som krävs för att klara en uppgift. Lindahl menar även att småbarn kan rikta och hålla uppmärksamheten på olika uppgifter och kan, trots avbrott, hålla kvar fokus på denna. För att kunna genomföra uppgiften behövs både uppmärksamhet och koncentration.

Barn lär sig genom att interagera och kommunicera med andra individer, de lär sig även genom att titta i böcker, imitera andra eller titta på TV (Pramling Samuelsson och Mårdsjö Olsson, 2007). Författarna menar vidare att:

Barn lär sig och uppfattar sin omvärld med alla sina sinnen ständigt och jämt. De strävar efter *att förstå, att göra sina erfarenheter begripliga*. Det man mer generellt kan slå fast om barns lärande är att det är *personligt*, i bemärkelsen att saker framträder för dem i deras perspektiv (s.63).

² Perception det vill säga förmågan att sortera intryck.

Utifrån dessa perspektiv på lärande definierar vi lärande som ett sätt att skapa förståelse, faktakunskaper, förtrogenhet eller färdigheter som på så vis leder till utveckling.

2.4 Samling

Pramling Samuelsson och Mårdsjö Olsson (2007) menar att en samling innebär att barn i en grupp samlas och att förskolläraren organiserar ett innehåll som fokuseras i denna samling. Detta kan vara till exempel att sjunga, samtala eller ta del av en berättelse på olika sätt. Samlingen kan, enligt Markström (2005), ses som ett lärandetillfälle som sker i ett socialt samspel mellan barn och vuxna. Detta kan ske tillsammans med alla barn på en avdelning på förskolan eller i smågrupper. Författaren menar vidare att syftet med en samling är att lära.

I förskolan menar Simeonsdotter Svensson (2009), som hänvisar till Davidsson, att samlingen haft både en känslomässig och social mening trots att innehållet ändras under olika tidsperioder.

Med samling menar vi: Av förskollärare planerade situationer där syftet är att lärande ska ske i ett samspel.

2.5 Läroplanen för förskolan

Läroplanen för förskolan Lpfö 98 reviderad 2010 (utbildningsdepartementet, 1998 rev. 2010) menar att förskolan:

Ska lägga grunden för ett livslångt lärande. Verksamheten ska vara rolig, trygg och lärorik för alla barn som deltar. Förskolan ska erbjuda barnen en god pedagogisk verksamhet, där omsorg, fostran och lärande bildar en helhet (s.5).

Förskolan ska även gynna barns lek och kreativitet, liksom det lustfyllda lärandet, dessutom tillvara ta barns intresse för att lära och tillgodogöra sig nya erfarenheter, kunskaper samt förmågor.

Några av förskolans strävansmål innebär att förskolan ska sträva efter att barn utvecklar sin koordinationsförmåga, motorik och kroppsuppfattning. Dessutom ska förskolan arbeta för att barn utvecklar sin förmåga att förmedla upplevelser, tankar och erfarenheter genom olika sätt att uttrycka sig på genom bland annat; rörelse, lek, dans, sång och drama.

Förskolläraren har till ansvar att se till att barnen:

- ges förutsättningar för utveckling och lärande och samtidigt stimuleras att använda hela sin förmåga,
- ställs inför nya utmaningar som stimulerar lusten att erövra nya färdigheter, erfarenheter och kunskaper,
- få stöd och stimulans i sin motoriska utveckling, (s. 11).

Utformningen av förskolans miljö och verksamhet bör baseras på barnens behov och intressen som de ger uttryck för och detta bör också ligga till grund för planeringen av verksamheten.

2.6 Tidigare forskning

Van Zandvoort m.fl. (2010) vill med sin studie undersöka pedagogers syn på hinder och möjligheter att främja fysisk aktivitet i förskolan i Canada. 54 pedagoger deltog i studien uppdelade i åtta fokusgrupper, med sex till åtta pedagoger i varje grupp. Författarna har genomfört intervjuer med fokusgrupperna där intervjuaren ställde frågor som fokusgruppen fick resonera kring. Resultatet visar att 56 % av pedagogerna menar att fysisk aktivitet är en viktig del av deras egna liv. 96 % tror att det är väldigt viktigt att förskolebarn är fysiskt aktiva. Majoriteten av de intervjuade pedagogerna hävdade att de var mycket intresserade och väldigt öppna för ett kreativt användande av fysisk aktivitet. I intervjuerna framkommer att

fysisk aktivitet för tillfället sker genom utomhuslek, och genom storgruppsaktivitet. Denna innebär att de under femton minuter varje dag avser att barnen ska använda de stora muskelgrupperna genom olika fysiska aktiviteter som exempelvis dans. Pedagogerna framhåller också exempel på många olika aktiviteter som kan bedrivas utomhus, men de menar också att vädret påverkar tiden utomhus, dock är intentionen att vara ute minst två timmar per dag.

I Van Zandvoort m.fl. (2010) studie blev pedagogerna tillfrågade om de har något speciellt förhållningssätt till fysisk aktivitet, men det anser de att de inte har, mer än att styrdokumentet ska följas. Hindren pedagogerna påtalade var brist på redskap, och de menade att de redskap som fanns var av dålig kvalitet. Dåligt utrymme, både ute och inne, är enligt pedagogerna ett annat hinder. De menar att det är svårt att få till storgruppsaktiviteten, då det kan krävas ommöblering. De menar att utrymmena är små, men också dåligt planerade, och de framhåller en önskan om gymnastiksal. Samtidigt menar pedagogerna att de riktlinjer som finns för barnens säkerhet begränsar dem att utmana barnen i den fysiska aktiviteten. En annan aspekt är att barnen inte vill delta i den fysiska aktiviteten.

Pedagogerna har, enligt Van Zandvoort m.fl. (2010), *workshops* för att främja den fysiska aktiviteten, där kan de få idéer till vad de kan göra för moment i storgruppsaktiviteterna. De menar även att de kan hitta idéer i böcker och på internet. De har också möjlighet att ta hjälp av specialpedagog för att kunna inkludera barn med särskilda behov, men detta kan även gynna hela gruppen.

I Van Zandvoort m.fl. (2010) studie ser pedagogerna musik som en nyckel till att främja den fysiska aktiviteten, liksom att de ser sin egen entusiasm och engagemang som en viktig del. Att pedagogerna startar och deltar i aktiviteterna, anser de, är ytterligare faktorer som bidrar till att locka in barnen i fysisk aktivitet.

Van Zandvoort m.fl. (2010) drar slutsatsen utifrån resultatet att pedagogerna och miljön på förskolan spelar en viktig roll i att uppmuntra pågående hälsosamma aktiviteter och beteenden. Utifrån studien kan också en förståelse för de svårigheter pedagogerna ställs inför i deras försök att uppmuntra barns fysiska aktivitet uppmärksammas. Författarna framhåller att studien lyfter vikten av bra utrymme, material och uppmuntrande personal. Vår studie är lik deras studie på flera plan, dels undersöker den fysisk aktivitet i förskolan och dels har den ett lärarperspektiv då den undersöker pedagogernas syn på ämnet. De skillnader vi kan se från vår studie är att författarna belyser vilka möjligheter och hinder pedagogerna kan se för att främja fysisk aktivitet medan vi undersöker fysisk aktivitet i relation till barns koncentrationsförmåga. Dessutom är Van Zandvoort m.fl. metod delvis olik vår. De liksom vi har genomfört intervjuer men med den skillnaden att Van Zandvoort m.fl. har använt sig av fokusgrupper medan vi intervjuat enskilt. Det som är av vikt för vår studie utifrån denna är framförallt att resultatet visar att pedagogerna menar att deras egen roll är viktig för att främja barns fysiska aktivitet.

Pate m.fl. (2008) har genomfört en studie i USA med syftet att beskriva den fysiska aktivitetsnivån hos barn som befinner sig i förskolans verksamhet. Metoden som användes var ett observationssystem. Observationerna har genomförts i 30 sekunders intervaller med ett minimum på 600 stycken 30 sekunders observationer per barn. Det var 493 barn som deltog i studien. Dessa var tre till fem år fördelade på 24 förskolor. Författarna har valt att dela in den fysiska aktiviteten i fem olika nivåer. Den första innebär att barnen är stilla, den andra nivå innebär att barnen är stilla med små rörelser, den tredje nivå innebär långsamma lätta rörelser, den fjärde nivå är måttlig aktivitet och den femte nivå innebär hög aktivitet. Författarna delade sedan in nivåerna i stillasittande och måttlig till hög aktivitet. I den

stillasittande kategorin räknades aktiviteter där barnen satt still medan måttlig till hög nivå av fysisk aktivitet innebar bland annat gå och springa.

Enligt Pate m.fl. (2008) är denna studie den första storskaliga studie som gjorts på detta sätt med det syftet. Resultatet av studien visar att barn hade en måttlig till hög nivå av fysisk aktivitet mindre än 3 % av den observerade tiden, medan barnen under 80 % av observationerna var stillasittande. Det innebär, enligt författarna, att barn som befinner sig i förskolan 30 timmar i veckan alltså är stillasittande 25 av dessa och mindre än en timma i veckan ägnas åt måttlig till hög fysisk aktivitet. Pojkar utförde oftare en måttlig till hög nivå av fysisk aktivitet än flickor och treåriga pojkar var mer aktiva än fyra- och femåriga pojkar. Den slutsats författarna drog var att barn är inaktiva största delen av den tid de är på förskolan. De menar att barnens föräldrar tror att deras barn är aktiva tre till fyra timmar dagligen på förskolan vilket gör att de kanske inte ägnar sig åt fysisk aktivitet hemma med sina barn. Detta skapar, enligt författarna, ett dilemma som ytterligare sänker nivån på barns dagliga fysiska aktivitet.

Vilken förskola barnen gick på var, enligt Pate m.fl.(2008), den faktor som påverkade barns fysiska aktivitet mest. Författarna ger förslag på olika omständigheter som kan påverka varför förskolan i sig är en bidragande faktor. Dessa är bland annat brist på utrymme, redskap och tidsbrist för uteaktivitet. Denna studie är av vikt för vår undersökning då den påvisar att barn inte är lika aktiva på förskolan som vi kan tro. Dessutom visar den att förskolan i sig är viktig för att barn ska utöva fysisk aktivitet.

2.7 Sammanfattning

Lek är barns fysiska aktivitet enligt Wikland (2007) och är en naturlig del av deras vardag. Författaren menar att barn, genom rörelser kan erfara och utforska sin omvärld. Grindberg och Langlo Jagtøien (2000) menar att den fysiska aktiviteten främjar barns uthållighet och uppmärksamhet. Att vara fysiskt aktiv ger rörelseerfarenhet, enligt Langlo Jagtøien m.fl. (2002), och erfarenhet i samspel med andra men även i kontakt med föremål.

Att kunna koncentrera sig innebär, enligt Olsson och Olsson (2007), att välja ut delar av all den information och alla intryck som når oss och tolka dessa. Detta är något som oftast sker omedvetet. Kadesjö (2001) menar att koncentrationsförmågan även kan vara olika vid olika tillfällen då en uppgift inte stämmer överens med ett barns förmåga kan det uppstå svårigheter.

Lärande är en skeende där barn tillhandahåller sig information och med hjälp av tidigare erfarenheter drar slutsatser som leder till ny förståelse (Dysthe, 1995). Läroplanen för förskolan Lpfö 98 reviderad 2010 (utbildningsdepartementet, 1998 rev. 2010) menar att lärande sker i samspel både barnen emellan och mellan vuxna och barn. Pramling Samuelsson och Mårdsjö Olsson (2007) menar att barn även lär genom att kommunicera, de menar också att barn strävar efter att göra sina erfarenheter begripliga och på så sätt förstå. En samlings syfte i förskolan, är att barnen ska lära. Samlingen sker i ett samspel mellan individerna som deltar (Markström, 2005) och är tänkt att fokusera på ett innehåll som förskolläraren organiserat (Pramling Samuelsson och Mårdsjö Olsson, 2007).

Läroplanen för förskolan Lpfö 98 reviderad 2010 (utbildningsdepartementet, 1998 rev. 2010) menar att förskolan ska lägga grunden till ett livslångt lärande. Förskolan ska också arbeta för att barn bland annat ska utveckla sina förmågor att förmedla tankar och erfarenheter och uttrycka sig till exempel genom rörelse och lek.

Pate (2008) menar att barn på förskolan i USA bara utövar en måttlig till hög nivå av fysisk aktivitet mindre än en timma i veckan. Författarna menar också att barnens föräldrar tror att barnen är mer fysiskt aktiva än de är i förskolan vilket utgör ett dilemma. Den faktor författarna menar påverkar hur fysiskt aktiva barnen är på förskolan mest, är vilken förskola barnen går på. Detta anser författarna beror på brist på bland annat utrymme och tidsbrist för uteaktivitet. I van Zandvoort m.fl (2010) menar författarna att miljön har en betydande roll för den fysiska aktiviteten hos barn på förskolan. Detta beror på vilka möjligheter miljön erbjuder och vilka hinder som, enligt pedagogerna, begränsar den fysiska aktiviteten. I studien framhåller pedagogerna som medverkar i studien att deras egen roll är av stor vikt för att barn ska lockas till fysisk aktivitet.

Det vi tar med oss i vår studie är att fysisk aktivitet kan ge effekter på barns koncentrationsförmåga samt att förskolläraernas egen roll är av vikt för barns fysiska aktivitet.

3. Teori

I denna del presenteras den teori som ligger till grund för studien.

3.1 Teoretiskt perspektiv

Roger Säljö (1948-) är en av Sveriges mest internationellt erkända forskare inom pedagogik och har utifrån Vygotskijs teori utarbetat ett sociokulturellt perspektiv. (Kroksmark, 2011).

I detta perspektiv ses samspel mellan människor som nyckel till kunskap, detta eftersom att när kunskap förstås i samspel mellan människor blir den en del av individens tänkande eller handlande. För att kunskap ska kunna förstås i ett samspel krävs också kommunikation, både inom människan och mellan människor. Säljö (2000) menar även att vår omgivning i sig kommunicerar med oss eftersom vi tolkar den genom den kultur vi lever i. Säljö menar att ett av människans utmärkande drag är att hon är läraktig. Med det menar författaren att människan har en förmåga att tillgodogöra sig erfarenheter för att vidare bruka dessa i kommande sammanhang (Säljö, 2000). Lärande är, enligt Säljö (2005), av social karaktär och bör också ses som sådan. Säljö menar att:

Lärandets situerade karaktär är en anledning till att det är svårt och ofta ofruktbart att förstå och förklara lärande bara med hänvisning till en individs allmänna egenskaper. Man kan inte enbart fokusera på individen som en isolerad person. Man måste analysera *aktiviteter*, hur individer agerar i dessa och vilka erfarenheter de gör, det vill säga hur människor skapar *mening* om vad de är med om (s.66).

Författaren menar i citatet att lärandet är situerat. Ett situerat lärande innebär, enligt Säljö (2000) att människans handlingar utgår från dess kunskaper och erfarenheter samt de normer människan upplever att dess omvärld förväntar sig av denne. Lärande är att inneha information, förståelse och färdigheter enligt Säljö, dessutom menar han att det är av vikt att klara av att bedöma vilken information, förståelse och färdighet som för sammanhanget är väsentligt. Säljö hävdar att lärande innebär att involveras i ”kunskaper och färdigheter” (s.151) för att människan sedan ska kunna använda sig av dessa i nya sociala sammanhang. Författaren menar vidare att det människan lär är kulturellt betingat. Med detta menar han att människan lär det den har behov av att lära, som exempel på detta jämför Säljö, det tidigare bondesamhället med det teknologiska samhället, författaren menar att kulturen på det här sättet avgör vad som är av vikt att lära. När människan förstår någonting förstås det utifrån den kultur människan lever i, vilket inte går att bortse från.

Något som är avgörande för hur människor förhåller sig till olika uppgifter är, enligt Säljö (2000), uppgiftens ”sociala och kommunikativa inramning” (s.133). Denna slutsats drar Säljö då han tagit del av Manuilenkos experiment³ där de yngre barnen (4-5 år) som deltog förhåller sig olika till samma uppgift beroende på hur uppgiften framställs. När uppgiften sker i ett leksammanhang kan barnen relatera till sina tidigare erfarenheter och resultatet förbättrades markant i jämförelse med när barnen endast blev instruerade av vuxna. Vidare menar författaren att människor tar intryck av vad de är delaktiga i och i dessa situationer har människan gjort sig erfarenheter, och en del av erfarenheterna används vid senare situationer.

Människans handlingar kan vara ett samspel mellan intellektuell och manuell aktivitet, menar Säljö (2000). Han ger exempel på hur hävstången utvecklats genom åren. Antagligen var upptäckten av att kunna flytta på tunga föremål med hjälp av ett redskap en slump, och på detta sätt utvecklades hävstången. Efter denna upptäckt använde människan med hjälp av sin kropp, sin fysiska styrka och erfarenheter hävstången med egen kraft, på det sättet fick hon en

³ Säljö (2000) refererar till Manuilenkos (1975) experiment där uppgiften innebar att barnen skulle stå still så länge de kunde.

konkret återkoppling till hur redskapet bör användas på bästa sätt. Idag ligger dessa erfarenheter inbäddade i redskapet och människan behöver inte använda sin egen fysiska styrka. På detta sätt kan Säljö se att lärande kan ske i alla aktiviteter människor är involverade i. Fysiska redskap, som hävstången är ett exempel på, benämner Säljö som artefakter. Med artefakter menas de fysiska och intellektuella redskap som omger oss i vår vardag. Författaren menar att i en kultur utvecklas artefakter och i dessa samlar människan sina erfarenheter och kunskaper. Detta beskriver Kroksmark (2011) då han menar att inom sociokulturell teori beskrivs artefakter som fysiska eller psykiska redskap så som en penna, en gaffel och barns lek. Lek är en artefakt då den innehåller erfarenheter, kunskap och information.

Det är genom våra artefakter som vi lär oss att förändra vårt sätt att handla och verka i världen – egentligen är det en fråga om hur vi utvecklar hela vår verklighetsuppfattning (s.634).

Säljö (2000) menar att det inte går att låta bli att lära, människan gör sig alltid erfarenheter, både positiva och negativa, som hon bär med sig i framtida situationer.

Detta perspektiv används i studien för att belysa att människan erfar och förstår i ett socialt sammanhang, där hon är påverkad av den kultur hon befinner sig i. Genom att kommunicera och att använda sig av artefakter skapar människan sig erfarenheter. På detta sätt ses studiens resultat ur ett sociokulturellt perspektiv där barns fysiska aktivitet och koncentrationsförmåga är en del av ett socialt sammanhang.

4. Metod

I denna del presenteras den metod vi använt oss av i genomförandet av studien.

4.1 Metodval

Studien utgår från ett förskolläraperspektiv, då syftet är att undersöka förskollärares syn på relationen mellan barns fysiska aktivitet och koncentrationsförmåga vid samling i förskolan.

Vi syftade till att göra en kvalitativ undersökning. Enligt Stukát (2005) är målet med den kvalitativa undersökningen att finna respondenternas uppfattningar. Till skillnad från kvantitativ undersökning som istället syftar till att analysera ett stort antal fakta och utifrån det finna generella mönster.

Den metod som användes till insamlingen av data i denna studie var kvalitativ intervju med förskollärare som arbetar inom förskolans verksamhet. Intervju är en god metod, enligt Kihlström (2009), när studien syftar till att ta reda på vilka föreställningar, upplevelser och åsikter respondenten har kring ämnet. Kvale (1997) menar även han att en kvalitativ forskningsintervju innebär att intervjuaren får ta del av respondentens föreställningar i det aktuella ämnet vilket möjliggör att intervjuaren kan tolka respondentens mening. Fördelen med en kvalitativ intervju är, enligt Kihlström (2009) att frågorna kan vara öppna och ha en lös struktur vilket möjliggör att intervjuaren kan följa respondentens tankar med hjälp av följdfrågor. Kvale (1997) hävdar att en lös struktur på intervjufrågorna leder till möjlighet för intervjuaren att under intervjuens gång göra förändringar kring frågornas form och ordningsföljd om det anses behövas för att följa upp respondenternas tidigare svar. Kihlström (2009) menar att respondenten kan ge en djupare bild av sin syn i ämnet vid en öppen intervju. Nackdelen med intervju är att intervjuaren kan tolka detta utifrån sina egna erfarenheter och åsikter och på så vis kan ha svårt att hålla sig objektiv till respondentens utsagor, vilket inte skulle varit fallet vid exempelvis enkätundersökning. I en enkätundersökning, enligt Stukát (2005), ges möjlighet att ta del av ett större antal människors syn på ämnet. Att fler deltagare ger sin syn på ämnet gör att möjligheten till att kunna generalisera resultatet blir större. Däremot, menar Stukát, att bortfallet ofta blir större vid enkätundersökningar än vid intervju.

Intervjuerna genomfördes med en respondent i taget. Detta för att vi inte ville riskera att respondenterna påverkade varandras syn på ämnet. Att intervju flera respondenter i taget skulle dock kunna leda till en god diskussion i ämnet men detta valde vi bort då vår intention är att se enskilda förskollärares syn och inte låta respondenterna påverkas av varandra. Dessutom menar Kvale (1997) att analysen av en gruppintervju är svår att bearbeta när det kan bli många åsikter som korsar varandra. Vi valde att båda närvara vid intervjuerna, detta då Stukát (2005) anser att ”två personer kan upptäcka mer än vad en person gör” (s. 41). Dessutom ville vi att intervjuerna skulle bli så lika varandra som möjligt, genom att samma person intervjuade alla respondenter, samtidigt som den andre iakttog och nogsamt följde intervjun. Här gavs även möjlighet för den iakttagande personen att inflika med följdfrågor om denne ansåg detta relevant för studien. Dock kan det leda till att respondenten känner sig i underläge när vi båda närvarar. Vi genomförde intervjuerna genom att träffa respondenterna på deras förskola.

En ljudinspelning kan, enligt Patel och Davidson (1991), underlätta transkribering av en kvalitativ undersökning. Detta var vår intention, då vi avsåg att med hjälp av ljudinspelning spela in intervjuerna. Detta för att underlätta transkriberingen och säkerställa att ingen information förbisågs eller försumrades. Vilket kan vara fallet vid enbart nedtecknande av

anteckningar under intervjuens gång. En nackdel med inspelning kan dock vara att respondenten känner sig obekvämt i situationen vilket kan påverka respondentens svar.

4.2 Urval

I studien genomfördes intervjuer med förskollärare från olika förskolor på mindre orter i samma kommun. Vår ambition var att intervjua både kvinnliga och manliga förskollärare, men eftersom män är en minoritet i förskolan kunde vi inte lägga någon vikt vid att antalet blev jämnt fördelat, vilket inte heller var syftet med studien. Däremot kunde det vara av vikt att se både kvinnlig och manlig syn på ämnet. Enligt Stukát (2005) är ambitionen att resultatet inte bara gäller en liten homogen grupp utan även anbelangar en större grupp. När urvalet blir mer heterogent ökar trovärdigheten då det blir ett större urval av förskollärare som ingår i studien. Hur många år respondenterna varit verksamma inom förskolan varierar då även det kan ge en vidare bild av förskollärares syn. Respondenternas ålder varierade också av samma orsak. Intervjuerna är sex till antalet. Detta för att det var lämpligt i relation till studiens omfattning och gav oss möjlighet att bearbeta empiri och analysera denna på ett tillfredsställande sätt. Vid ett större antal intervjuer var risken stor att analysen inte blev lika djupgående i denna studie. Vi bedömde att möjligheten till en mer djupgående analys var väsentligt för att få en mångfacetterande bild av vårt studerade ämne.

Alla respondenter har i studien fiktiva namn: Pia, Karin, Ida, Sofia, Ulla och Marie. I följande lista presenteras respondenterna:

Intervju 1

Respondent: Pia

Verksam 5 år inom förskolan (13 år dessförinnan i förskoleklass).

Barnens ålder: 2-4 år

Förskola: Fem avdelningar, stor utegård, gymnastiksal i byggnaden, stora utrymmen inne på avdelningen.

Intervju 2

Respondent: Ida

Verksam 6 år inom förskolan.

Barnens ålder: 1-3 år

Förskola: Fem avdelningar, stor utegård, gymnastiksal i byggnaden, små utrymmen inne på avdelningen.

Intervju 3

Respondent: Karin

Verksam 18 år inom förskolan.

Barnens ålder: 1-5 år

Förskola: En avdelning, liten utegård, tillgång till gymnastiksal ej i angränsning till förskolan, stora utrymmen inne på avdelningen.

Intervju 4

Respondent: Sofia

Verksam 2,5 år inom förskolan.

Barnens ålder: 3-5 år

Förskola: Två avdelningar, stor utegård, små utrymmen inne på avdelningen.

Intervju 5

Respondent: Ulla

Verksam 22 år inom förskolan.

Barnens ålder: 1-5 år

Förskola: En avdelning, liten utegård, stora utrymmen inne på avdelningen.

Intervju 6

Respondent: Marie

Verksam 2 år inom förskolan.

Barnens ålder: 2-4 år

Förskola: Fem avdelningar, stor utegård, gymnastiksal i byggnaden, stora utrymmen inne på avdelningen.

4.3 Genomförande/Forskningsprocessen

I denna del kommer pilotstudie och genomförandet att redovisas.

4.3.1 Pilotstudie

Patel och Davidson (1991) menar att en pilotstudie kan genomföras i de fall där ett visst upplägg för att samla information behöver prövas. Denna ska genomföras på en motsvarande grupp som den tilltänkta för studien. Pilotstudien ska därmed motsvara den egentliga studien, dock i mindre skala. Vi valde att genomföra en intervju som en pilotstudie. Intervjupersonen var en förskollärare men arbetar inom förskoleklass. Detta ansåg vi inte vara av större vikt då denna intervjus fokus var att se om de tänkta intervjufrågorna fungerade och undersökte syftet. Dessutom används inte intervjun i studiens undersökning och resultat. Pilotstudiens intervju gav oss klarhet i att intervjufrågorna behövde bearbetas mer då det verkade som att det var svårt att uppfatta vad vissa av frågorna syftade till. De svar som gavs blev, enligt oss, inte tillräckligt djupa vilket berodde på frågornas form. Efter pilotstudien har vi omformulerat de frågor som vi inte tyckte gav djupa och för studien goda svar. Dessutom valde vi att läsa Kvale (1997) en gång till då han ger goda tips på vad intervjuaren bör tänka på vid en intervjusituation. Detta för att vi skulle bli bättre på att intervjua så att respondentens svar blev mer djupgående. Några av de aspekter vi ville förbättra oss i innan det var dags att genomföra de andra intervjuerna var att ställa relevanta följdfrågor, uppfatta när dessa borde ställas och fånga upp tankegångar hos respondenten som inte utvecklats fullt ut. Något vi upptäckte vid intervjun var att det var lättare att, trots ljudinspelning, skriva ned stödord. Det gjorde att följdfrågor blev lättare att ställa då utvecklade tankegångar skrevs ned och upptäcktes direkt under intervjuns gång.

4.3.2 Genomförande av intervjuer

Vi började med att ta kontakt med förskollärare från olika förskolor antingen via telefon eller via personlig kontakt. När dessa visade sig villiga att delta i studien tog vi kontakt med respektive förskolechef via mail. Förskolecheferna informerades om studien och om den kontakt vi tagit med förskollärarna och bads om ett godkännande. När vi fått detta godkännande, bestämdes tid och plats med de förskollärare som tillfrågats. Förskollärarna fick inte se intervjufrågorna innan intervjun. Vi valde tillsammans med förskolläraren att genomföra intervjun på förskollärarens arbetsplats, i ett så avskilt rum som möjligt för att intervjun inte skulle bli avbruten eller störas. Innan intervjuerna påbörjades fick vi i vissa fall en rundtur på förskolan där respondenten visade sin verksamhet. Detta upplevde vi som positivt då det bidrog till en avslappnad stämning. När vi satt oss tillrätta, informerades förskollärarna om syftet med studien och de fyra etiska huvudkraven (som redovisas i avsnittet nedan). Efter det startade intervjun (intervjufrågor bilaga 1) och ljudinspelningen sattes igång. Därefter ställde en av oss (samma person i alla intervjuer) intervjufrågorna, en i taget, medan den andre av oss antecknade. Några av intervjuerna blev avbrutna av annan

personal vilket gjorde att respondenten kom av sig något, intervjuaren fick då leda in respondenten på rätt spår igen. Under intervjuens gång ställde den som antecknade följdfrågor när detta behövdes. När intervjuaren kände att intervjun var klar tackade vi för respondentens deltagande. Intervjuerna genomfördes inom en tidsram på två veckor och transkriberingar gjordes efter varje intervju. Transkriberingsarbetet delades upp mellan oss. Vi transkriberade intervjuerna genom att lyssna på inspelningen och skriva ned vad respondenten sagt. Det innebär att ljudinspelningen fick stoppas och spolas tillbaka för att få med allt det sagda ordagrant. Vi valde dock att inte skriva ned skratt, tystnader och så vidare då vi inte ansåg det relevant för studien.

4.4 Analys

Analysen av vårt transkriberade material är en meningskoncentrering och har gjorts med utgångspunkt från Kvale (1997) och den analysmodell han presenterar. Den har fem olika steg. Det första steget är att läsa igenom hela intervjun där vi har möjlighet att få en helhetssyn. Det andra steget är att märka ut meningsenheter. Detta gjordes genom att märka ut det som hänger samman i en mening. Det tredje steget innebär att formulera det tema som dominerar en meningsenhet. Det genomfördes genom att vi använde oss av märkpenor i olika färger som fick representera de olika teman vi fann i intervjun. De olika teman benämns genom synonymer som passade in på temat. De teman vi fann var: motorik, fysisk aktivitet, koncentrationsförmåga, samling, olikheter, samband mellan koncentrationsförmåga och fysisk aktivitet samt övrigt. Dessa teman har bytt namn och förts samman i resultatet där de benämns; fysisk aktivitet detsamma som rörelse och motorik, den fysiska aktivitetens mångfald, barns koncentrationsförmåga, samling i förskolan och samband mellan den fysiska aktiviteten och barns koncentrationsförmåga. Det fjärde steget, enligt Kvale, är att utifrån studiens syfte ställa frågor till meningsenheterna. Detta innebär att koppla samman de olika teman med syftet och frågeställningarna i studien. Teman sorterades in under den frågeställning de besvarade. Det femte och sista steget innebär att hela intervjun knyts samman då icke relevant data sorteras bort.

När dessa steg genomförts med alla intervjuer, knöts de olika teman som framkommit ihop. Därefter skrevs intervjuerna ihop och bildade ett resultat. Resultatet sorterades utifrån frågeställningarna. Dessutom har vi använt citat från intervjuerna för att tydliggöra sitt tema och på så vis frågeställningarna.

4.5 Etik

Studien genomfördes med hänsyn till de fyra etiska huvudkraven som enligt Stukát (2005) är till för att skydda respondenternas integritet. Enligt Björkdahl Ordell (2009) är dessa:

- Informationskravet: respondenterna blev informerade om syftet med forskningsuppgiften. I denna studie blev respondenterna när de tillfrågas om deltagande, antingen via telefon eller personligen, informerade om syftet med studien och att den genomförs i form av intervjuer.
- Samtyckeskravet: respondenterna får bestämma själva över sin medverkan i studien. Respondenten fick, i vår studie, bestämma om denne ville medverka eller inte. Respondenten blev även informerad om att denne när som helst kunde avbryta både intervju och sin medverkan i studien.
- Konfidentialitetskravet: medverkande i studien ges största möjliga konfidentialitet liksom att personuppgifter förvaras så att obehöriga inte kan ta del av dem. Respondenterna, i denna studie, är anonyma. Deltagarnas

personuppgifter kommer inte röjas eller avslöjas. De ljudinspelningar som genomförts var endast till för intervjuerna och när transkriberingen var gjord raderades dessa.

- Nyttjandekravet: Insamlad data om enskilda personer får bara användas till forskningsändamål. Den data som samlats in, i vår studie, användes endast till studien och dess ändamål.

Respondenterna tillfrågades om de godkände att intervjuerna spelades in, om någon av respondenterna inte hade samtyckt hade den intervjun inte genomförts då trovärdigheten av analysen av empirin annars sjunkit.

4.6 Trovärdighet

Om studien ska vara trovärdig behövs god validitet och reliabilitet. Enligt Patel och Davidson (1991) så innebär validitet att studien undersöker det den syftar till. Validitet genomsyrar enligt författarna hela forskningsprocessen. När det gäller datainsamlingen menar författarna att det är av vikt för validiteten att forskaren är medveten om hur dennes tolkningar och val i transkriberingen kan påverka analysen och på så vis resultatet av studien. Reliabilitet innebär enligt Patel och Davidson (1991) hur tillförlitligt sättet att undersöka någonting är.

4.6.1 Validitet och reliabilitet

I studien intervjuades förskollärare, detta gör att validiteten höjs då en del i studiens syfte är att undersöka förskollärares syn på ämnet. Studien bygger på empiriska material som ses i relation till Säljös (2000) sociokulturella perspektiv och den litteratur vi valt att använda i förhållande till studiens syfte. Då vi var två som genomförde studien har vi haft möjlighet att uppmärksamma varandras olika tolkningar av det insamlade materialet, vilket höjer validiteten i studien. Dessutom har en annan forskare, vår handledare, sett såväl transkribering som analys vilket ökar trovärdigheten av analysen.

Reliabiliteten i studien påverkades positivt av att vi valde att delta i intervjuerna båda två och att vi vid alla intervjuer intog samma roll. På detta sätt tolkas alla intervjuer på samma sätt. Reliabiliteten ökar eftersom vi valde att göra ljudinspelningar av respondenternas svar. Enligt Patel och Davidson (1991) gör en ljudinspelning att vi kan lagra verkligheten och då också lyssna på det inspelade flera gånger för att säkerställa att ingen information går förlorad. Reliabiliteten ökar också då vi följde en vetenskapligt vedertagen metod.

5. Resultat

I den här delen redovisas resultatet från studien vars syfte är att undersöka förskollärares syn på relationen mellan barns fysiska aktivitet och koncentrationsförmåga vid samling i förskolan. Resultatet redovisas utifrån studiens frågeställningar;

Hur ser förskollärare på fysisk aktivitet hos barn?

Hur ser förskollärare på barns koncentrationsförmåga?

Om förskollärare anser att det finns ett samband mellan fysisk aktivitet och barns koncentrationsförmåga vid samling?

Inledningsvis presenteras en sammanfattning av resultatet.

5.1 Resultat sammanfattning

I denna del sammanfattas resultatet utefter studiens frågeställningar.

5.1.1 Hur ser förskollärare på fysisk aktivitet hos barn?

Respondenterna är eniga om att fysisk aktivitet hos barn är detsamma som att de rör sig och några av respondenterna använder sig av begreppet motorik. Vissa av respondenterna menar att barn lär med hela kroppen. Flera av respondenterna nämner miljöns betydelse för barns fysiska aktivitet då de drar paralleller till hur deras egen verksamhet ser ut och de förutsättningar den ger till fysisk aktivitet. Respondenterna ger även exempel på vad barnen gör för fysisk aktivitet i den befintliga miljön. Dessa respondenter ser större möjlighet för barn att vara fysiskt aktiva utomhus. Vissa av respondenterna belyser barns olikheter, att olika barn har olika behov och förutsättningar till fysisk aktivitet.

5.1.2 Hur ser förskollärare på barns koncentrationsförmåga?

Merparten av respondenterna belyser sin egen del i barns koncentrationsförmåga. Vissa av respondenterna ser miljön och hur den organiseras som en påverkande faktor, medan några andra respondenter ser mer till sitt eget agerande. En skillnad hos respondenterna är att Karin menar att koncentrationsförmågan är individuell medan Sofia anser att koncentrationsförmågan är väldigt bra hos barn men att den är ganska kort. Några av respondenterna tycks se koncentration hos barn som detsamma som att sitta still.

5.1.3 Om förskollärare anser att det finns ett samband mellan fysisk aktivitet och barns koncentrationsförmåga vid samling?

En del av respondenterna menar att de i en samling kan lägga in fysisk aktivitet när de märker att barnen börjar bli ofokuserade och rastlösa. Två andra respondenter har skilda uppfattningar. Sofia menar att fysisk aktivitet alltid ska vara en naturlig del av samlingen. Ulla ser inte samling som ett lärandetillfälle trots det berättar hon om småsamlingar hon har där hon ibland planerat in lite fysisk aktivitet. Ulla lyfter istället att när barnen blir ofokuserade och rastlösa kan de byta aktivitet eller miljö.

Alla respondenter säger att det finns ett samband mellan barns fysiska aktivitet och deras koncentrationsförmåga. De menar att om barnen inte fått röra på sig blir det svårt för dem att koncentrera sig. En respondent tar i sammanhanget upp barn med koncentrationssvårigheter. Hon menar att de barnen med koncentrationssvårigheter hon har i sin barngrupp, har lättare att koncentrera sig när de fått röra på sig. En respondent nämner forskning som bevis för att barn behöver röra på sig. En annan av respondenterna menar att fysisk aktivitet och koncentrationsförmåga hör samman men att det inte syns mycket på en småbarnsavdelning där hon är verksam. Samma respondent menar att barn kan vara fysiskt aktiva och koncentrerade samtidigt. Några av respondenterna ser den fysiska aktiviteten som ett verktyg

för att få barnen att sitta still vilket i sin tur leder till att barnen, enligt dessa respondenter, kan koncentrera sig.

5.2 Hur ser förskollärare på fysisk aktivitet hos barn?

I detta avsnitt redovisas respondenternas svar kring fysisk aktivitet.

5.2.1 Fysisk aktivitet detsamma som rörelse och motorik

Samtliga respondenter nämner att fysisk aktivitet hos barn handlar om att röra på sig på ett eller annat sätt. Sofia menar att barnen ska få använda kroppen som ett verktyg eftersom hon anser att barn lär med hela kroppen. Hon menar vidare att barnen inte bara tänker när de lär sig utan de använder hela kroppen. Även Karin är inne på samma spår då hon menar att barn tänker med kroppen. Hon ser även fysisk aktivitet som en kunskap och färdighet som barn behöver lära sig och hon poängterar att det finns olika sätt att utöva fysisk aktivitet på. Marie menar att barns fysiska aktivitet är ett brett ämne och hon anser att fysisk aktivitet är när barn rör sig, både ute och inne, i lek och i vardagssituationer. Ida arbetar på en småbarnsavdelning och därför lägger hon stor vikt vid hur små barn rör sig. Hon menar att de små barnen rör sig hela tiden vilket hon förknippar med fysisk aktivitet. Ulla anser att fysisk aktivitet är något barn har naturligt i sig och för att må bra menar hon att barn behöver röra på sig. Ulla är den ende av respondenterna som nämner läroplanen för förskolan i sammanhanget. Hon menar att det står i läroplanen att förskolan ska erbjuda barnen rörelse. Pia benämner rörelse som fysisk aktivitet, men lägger större vikt vid motorik som fysisk aktivitet.

Några respondenter pratar om motorik i sammanhanget. Innebörden av fysisk aktivitet hos barn för Pia är motorik. Barns motoriska rörelser och grovmotoriken nämner hon också som en del i den fysiska aktiviteten. Detta stämmer även in på Ida som menar att röra på sig handlar om grovmotorik och då framförallt den dagliga grovmotoriken och den grovmotoriska träningen. Eftersom Karin menar att fysisk aktivitet är en färdighet behöver barnen enligt henne få röra på sig i olika miljöer för att klara sig motoriskt.

Det måste bli utmanande även om du är liten och inte kan kanske, men du måste få försöka för du måste få ha färdigheten, för du måste kunna lära dig att sätta dig och komma upp på en stol till exempel.

Karin tycker att det är viktigt att man erbjuder många olika motoriska utmaningar för barnen att ta sig an för att träna sin motorik och lära sig färdigheten.

5.2.2 Den fysiska aktivitetens mångfald

Merparten av respondenterna drar paralleller med sin egen verksamhet och ger exempel på vad de anser att barnen gör för fysiska aktiviteter. Pia är den respondent som inte ger exempel på vad barnen gör för fysiska aktiviteter på förskolan. Ulla ger exempel på fysiska aktiviteter som hon menar att barnen kan ägna sig åt på förskolan. Det kan, enligt henne, vara att springa i den långa backe som finns på utegården, rörelselekar och danslekar till musik. Hon nämner även att de hoppar hopprep utomhus. Ulla tycker att det är utomhus som barnen får mest yta och plats att röra sig obehindrat på och därför lämpar sig fysisk aktivitet bäst utomhus. Ulla menar att inomhus är det svårare, barnen krockar och det blir mer konflikter eftersom ytan är mindre.

För Sofia innebär fysisk aktivitet inte bara att springa omkring och motionera, Sofia anser att varenda aktivitet ska innehålla fysisk aktivitet så barn får aktivera kroppen. Sofia hävdar även att man inte ska låta barnen sitta still för mycket för att de inte klarar av det, vilket vuxna inte heller gör, men Sofia menar att vuxna klarar detta tack vare bättre självdisciplin. Marie anser att barn visar tydligt om de behöver röra på sig och vara fysiskt aktiva. Både Sofia och Marie

hävdar att detta kan visa sig i form av att barnen blir högljudda och lekarna blir stökiga. Därför tycker Marie att barnen behöver få utlopp för den fysiska aktiviteten och deras spring i benen:

Ja, det känns som att de, de visar ju så tydligt vad de behöver själva barnen, så är man inte ute en dag till exempel där de verkligen får utlopp för sin aktivitet och sitt spring i benen liksom så märks det ju inne att de är högljudda och de, det blir stökiga lekar och så. De behöver få utlopp för det. Den fysiska aktiviteten.

Karin ger många exempel på vad barnen på förskolan kan göra för fysiska aktiviteter. Hon nämner att barnen, på utegården kan rulla, kliva, gå balansgång, gå uppför backar, springa nedför backar och att det finns utrymme för att springa, cykla och klättra. Karin ser även skogsutflykter som en viktig tillgång vilket också Ida och Sofia gör. Karin menar att det finns stora möjligheter med skogen, där kan barnen vänja sig vid ojämn mark istället för endast plana ytor, lära sig balansera sin kropp och de får träna på sin rumsuppfattning, samt utmana sig själva. Andra exempel Karin ger är att de har möjlighet att gå till en sjö för att bada. Att röra sig i vatten med det motståndet som blir. Inomhus på förskolan finner Karin många möjligheter till fysisk aktivitet. Det kan vara att klättra upp på en pall eller en stol och sätta sig själv. Hon menar att alla moment bidrar till rörelse och kan vara en utmaning för barnet. Därför försöker Karin till exempel låta bli att lyfta i barnen i stolarna. Karin menar också att de har tillgång till en gymnastiksal som de utnyttjar minst två gånger per termin. Både Ida och Marie nämner att de har en gymnastiksal på förskolan vilket gör att de är i denna minst en gång i veckan. Ida menar att i gymnastiksalen kan barnen röra sig fritt, slänga sig i tjockmattan och springa. Ida tycker att utegården på förskolan är väldigt bra och att det är lätt för barnen att vara fysiskt aktiva. Ida nämner det vardagliga när hon berättar om sin syn på fysisk aktivitet, där barnen klättrar på det som finns och förskollärarna kan hjälpa dem att ta ett steg till. Hon menar att med de yngsta barnen behöver förskollärarna inte göra så mycket;

... alltså man behöver inte göra så mycket, för de gör rätt mycket själva, de här små, de är rätt rörliga många utav dem. De klättrar ju gärna på allting de inte ska istället. Då får man nästan hålla tillbaka en del istället.

Ida berättar att hon anser att det är viktigt med fysisk aktivitet men att de små barnen sköter det mycket själva, därför tror hon att det är viktigare med fysisk aktivitet hos större barn.

Pia nämner inte miljön i sambandet och de exempel hon ger är hur fysisk aktivitet kan användas vid samling. Detta kommer vi behandla senare under rubrik 5.4.1.

Flera respondenter tar upp barns olikheter och deras olika förutsättningar för fysisk aktivitet. Karin menar att förskollärarna får ställa olika krav på olika barn, ett barn med rörelsehinder till exempel har andra förutsättningar än andra barn. Karin menar att förskollärarna ändå måste utmana barnet fysiskt för att denne ska utvecklas även om kraven ser olika ut. Ulla berättar att vissa barn rör sig mindre än andra barn och därför måste hon som förskollärare engagera de barnen lite extra för att få med dem i den fysiska aktiviteten. Hon nämner då bland annat organiserad lek som att spela fotboll. Ulla menar att ett sätt att få med de mindre aktiva barnen i leken är att själv som förskollärare delta. Även Ida ser skillnader på hur olika mycket barn rör på sig. Vissa är klumpiga och dessa barn menar Ida att förskollärarna behöver hjälpa lite extra. Andra barn menar hon är så rörliga att förskollärarna nästan får hålla tillbaka dem. Pia nämner även hon att olika barn har olika förutsättningar och barn har olika behov av fysisk aktivitet. Pia menar även att barnens ålder har inverkan på det behovet.

5.3 Hur ser förskollärare på barns koncentrationsförmåga?

I detta avsnitt redovisas respondenternas syn på barns koncentrationsförmåga.

5.3.1 Barns koncentrationsförmåga

Större delen av respondenterna ser förskolläraren som en viktig faktor i barns koncentrationsförmåga. Pia är den enda av respondenterna som inte nämner detta. Vissa menar att förskollärares agerande är av vikt medan andra ser mer till hur förskolläraren använder sig av miljön. Ulla försöker tänka som så att barn behöver något att koncentrera sig på för att kunna koncentrera sig. Hon menar att det är förskollärares uppgift att erbjuda intressanta miljöer som ställer frågor till barnen. Ulla förklarar vad hon menar med att ge oss ett exempel; Den långa hallen i korridoren säger *spring* till barnen medan soffan säger *hoppa*. Ulla menar att det inte är önskvärda beteenden men det är inte barnens fel, därför måste förskollärarna utmana barnen med något annat eller organisera miljön annorlunda. Ulla menar att om hon märker att ett barn har svårt att koncentrera sig kan detta barn behöva byta aktivitet eller miljö. Ulla pratar också om att barn behöver få utlopp för sin kreativitet och på hennes förskola erbjuds aktiviteter i olika miljöer som exempelvis i deras verkstad.

Ida menar att barn kan koncentrera sig om förskollärare kan få barnen intresserade. Hon berättar om den relativt nya barngrupp som hon arbetar i. Hon tycker att de märks stor skillnad i koncentrationsförmåga från att barnen knappt kunnat koncentrera sig någonting i början till att det går att fånga deras intressen. Marie tycker att barns koncentrationsförmåga kan se olika ut beroende på situation och hur motiverade barnen är. Hon menar att barns koncentrationsförmåga även är beroende av hur mycket barnen orkar och hur förskolläraren agerar. Med detta menar Marie hur förskolläraren uttrycker sig och hur denne samspelar med barnen. Ytterligare en faktor Marie kan se är hur motiverade barnen är till aktiviteten de koncentrerar sig på.

Sofia menar att barn har en väldigt bra koncentrationsförmåga men att den är ganska kort:

Barn har en väldigt, väldigt bra koncentrationsförmåga, men den är ganska kort. Även om man ger dem det mest intressanta ämne så, så orkar de inte hålla i, alltså de orkar inte hålla kvar för länge. Men den stunden de håller kvar är helt fantastisk för då tror jag att de lär, kan lära sig mer på den korta stunden än vad vuxna kan göra överhuvudtaget egentligen. Om man lyckas fånga dem.

Sofia jämför barns koncentrationsförmåga med vuxnas, hon tror att barn lär sig mer på den korta stund de orkar hålla kvar koncentrationen än vad vuxna gör på längre tid. Den korta stunden barnen kan hålla sin koncentration benämner Sofia som fantastisk. Dock menar hon att dilemmat för förskolläraren kan vara att denne blir så inspirerad och därför inte avslutar aktiviteten med flaggan i topp utan fortsätter för länge så att barnen inte orkar hålla kvar koncentrationen. Sofia liksom Ida, Ulla och Marie anser att koncentrationen hos barn påverkas av hur förskolläraren lyckas fånga deras intresse.

Karin menar att koncentrationsförmågan är väldigt individuell men också att runtomliggande faktorer spelar in. Hon menar att barns koncentration kan vara god i rätt miljö medan samma barn i en annan situation kan ha sämre koncentrationsförmåga eftersom det då kan finnas störande moment. Karin anser att det händer mycket i en barngrupp som gör att koncentrationsförmågan kan variera mycket.

Några av respondenterna tycks mena att barnen är koncentrerade när de sitter still. Pia nämner att man kan se att koncentrationen hos barnen blir sämre när de vill stå upp och vill röra på sig. Marie menar att vissa barn kan fokusera länge utan att behöva avbryta för fysisk aktivitet för att orka koncentrera sig. Ulla menar att när barnen fått springa ute eller varit i skogen är det lättare att sitta med något annat. Hon poängterar att hon ser samling som ett svårt moment för många barn då de, enligt henne, ska sitta stilla och vara koncentrerade.

5.4 Om förskollärare anser att det finns ett samband mellan fysisk aktivitet och barns koncentrationsförmåga vid samling?

I detta avsnitt redovisas respondenternas syn på hur förskolläraren kan lägga upp samling i förskolan samt respondenternas syn på barns fysiska aktivitet i relation till barns koncentrationsförmåga.

5.4.1 Samling i förskolan

Samtliga respondenter tar under intervjuernas gång upp samling dock på olika sätt. Pia tar upp samlingen som exempel och menar att man kan uppleva fysisk aktivitet som ett störande moment när barnen har, som hon säger, myror i benen och svårt att sitta still. Det kan också vara så, enligt Pia, att förskolläraren här kan bli uppmärksam på att barnen behöver röra sig och lägga in rörelsemoment i samlingen. Pia berättar hur en av hennes samlingar kan gå till; Pia börjar med det tänkta lärmomentet och efter ungefär tio minuter, brukar hon märka att barnen behöver röra på sig så då lägger hon in rörelsesånger så som huvud-axlar-knä och tå, spöket som bor i källaren eller krokodilen i bilen. Hon menar att de ibland också bara kan ställa sig upp, skaka på kroppen och sedan sätta sig ned igen, vilket hon kallar för microfysisk aktivitet. Hon menar också att det kan räcka med att barnen får byta platser, momenten behöver inte vara så stora. Pia ger även exempel på att leka följa John eller leka tåg. Pia avslutar utlägget med att säga:

Så det kan ju vara inne i samlingsprocessen om man säger så också. Så att man kan få in det på ett bra sätt i leken så att de egentligen inte fattar att de rör på sig.

Karin menar att när hon har samling som blir lite för lång, då kan hon se att trots att barnen är intresserade och delaktiga börjar Karin känna att hon får *hämta tillbaka* dem lite väl mycket. Då menar hon att de kan ta en paus och röra på sig och sedan återgå till samlingen. Karin menar även att rörelsesånger är ett bra sätt att använda sig av när hon märker att det börjar bli, som hon säger, lite *sprättigt*. Ett annat sätt, Karin nämner, att få barnen fokuserade i samlingen är att ta bort de kringliggande orosmomenten som kan störa. Karin tycker att det är viktigt med stora ytor eftersom det underlättar vid samlingen. I en trängre lokal menar Karin att det är svårare att *hämta in* barnen. Karin lägger vid intervjun stor vikt vid hur hon använder sig av gymnastiksalen. Karin berättar att det är hennes uppgift att organisera dessa tillfällen. Hon försöker se till att gympapasset är kopplat till rörelse, språk, musik och rytmik. Karin anser att det är lika viktigt i alla de bitarna att barnen får en bra rörelseförmåga och att barnen får behärska sin kropp.

Sofia berättar att hon oavsett aktivitet försöker se till att barnen får använda kroppen. Hon ger exempel på när barnen ska måla eller rita att de får stå och sitta, det som passar barnet bäst. Sofia anser att:

De lär sig med precis varenda del av kroppen och det är så vi ska tänka när vi ska lära ut till barnen också.

Sofia ger skogsutflykter som ett exempel på när barnen kan vara fysiskt aktiva vid samling. Sofia menar att barnen, när de är i skogen, kan vara mer aktiva vid samlingen. Till exempel kan barnen använda kroppen som redskap när de ska mäta olika saker, röra sig från ett ställe till ett annat och upplever tyngd på olika sätt. Sofia tycker att vid samling är det viktigt att fysisk aktivitet blir en naturlig del i momentet. Som exempel tar Sofia upp matematiksamling, där barnen kan få uppgifter att utföra så som att hämta tre stenar eller två vantar eller liknande. Sofia gör en jämförelse med skolan, hon menar att det är lättare att, med de äldre barnen, göra avbrott så att barnen får en paus från lektionen och kan röra på sig. I förskolan menar Sofia att den fysiska aktiviteten måste läggas in i samlingen där hon redan fångat barnens intresse. Hon menar att det annars är svårt att avbryta för att sedan få tillbaka barnen i

samma moment igen. Även Marie menar att barn lär genom att få göra saker, att de får använda kroppen och utföra olika motoriska lekar i samlingen.

Ida är till skillnad från Sofia inne på samma spår som Pia och Karin att hon i samlingen först har något stillasittande moment för att sedan gå över till ett rörelsemoment, för att barnen ska orka med ytterligare ett stillasittande moment. Som förslag på fysisk aktivitet som Ida använder sig av, i mellandelen av samlingen, ger hon rörelsesång, klapp och lek.

Ulla sticker ut lite från de andra respondenterna då hon menar att de arbetar på ett annorlunda sätt på hennes förskola och inte ser samling som ett lärandemoment.

Vi ser ju inte samlingen som ett lärandetillfälle här utan vi har en samling ibland men då kanske det är för att vi samlar oss för att reflektera över dagen, vad vi har gjort idag och vad vi har lärt oss... vi kanske inte ser samlingen som att nu ska vi lära oss om det här eller det här eller så... för samling för oss är väldigt svårt för många barn. Att sitta still, att inte knuffa på kompiserna bredvid... vi ser det mer som ett jobbigt moment för barnen så vi lär i andra situationer. Och det kanske är en sak att man tänker på barnen, de ska inte behöva sitta tätt, tätt liksom och bara vara koncentrerade i en kvart. Jag som pedagog, jag kanske är dålig, men jag har svårt att hålla arton barn samtidigt alla ska vara intresserade av samma sak .

Ulla menar att de inte styr barnen särskilt mycket utan istället försöker locka barnen med olika utformade miljöer som ställer frågor till barnen. Med dessa miljöer har förskollärarna en tanke, att exempelvis ett visst rum är ett matematik rum. Trots detta berättar Ulla att de kan ha samlingar med mindre grupper, där de ibland kan ha fysisk aktivitet inplanerat som exempelvis rörelsesånger eller dans.

5.4.2 Samband mellan den fysiska aktiviteten och barns koncentrationsförmåga

Samtliga respondenter menar att det finns ett samband mellan barns fysiska aktivitet och barns koncentrationsförmåga. Karin menar att om barnen inte får göra sig av med den energi de har i kroppen så blir det svårt att koncentrera sig, hon menar att det *spritter* i kroppen då. Karin tycker att det är viktigt att blanda fysisk aktivitet med det som ska förmedlas. Hon uttrycker sig; ”spritt loss lite, samla tillbaka”. Karin menar att ett varierat utbud ökar förutsättningen för att uppnå det som var tänkt med samlingen.

Sofia ser en stark koppling mellan fysisk aktivitet och koncentrationsförmåga hos barn. Hon menar att när barn koncentrerar sig så lagrar de upp tills de måste få utlopp för det som *spritter* i kroppen, för annars överskuggar det koncentrationen. Barnen måste få springa, hoppa, leka och cykla annars försvinner koncentrationen helt och hållet. Sofia ser att om barnen exempelvis bara varit inne en dag så finns det till slut inget som *fångar dem* längre för de behöver få utlopp för den fysiska aktiviteten, enligt Sofia. Hon kan även se det i den fria leken, barnen tar sig inte vidare i leken och lekarna bryts och det blir som Sofia uttrycker sig ”bara någon plog grej”. Vidare menar Sofia:

Man kan säga att det blir övertrasserat på koncentrationskontot.

Sofia anser att barnen måste få röra på kroppen och nämner även att detta kan vara av yttersta vikt när det gäller barn med koncentrationssvårigheter. Hon tycker att det syns tydligt hos de barnen med koncentrationssvårigheter hon har i sin barngrupp, när de inte fått röra sig tillräckligt. Sofia ger exempel på att när de läst saga eller tittat på film så kan barnen i dessa lägen ha svårt att svara på en så enkel fråga som; vad vill du göra nu?

Marie menar att om barn får utlopp för sin fysiska aktivitet så klarar de av att koncentrera sig på något annat. Hon berättar att hon ser till det behov som finns i hennes barngrupp och att det behovet kan vara väldigt individuellt. Vissa barn kan fokusera länge och är inte i något större behov av fysisk aktivitet för att orka koncentrera sig medan andra barn behöver röra på sig

mer. Marie ser dock att alla barn kan hålla kvar koncentrationen längre om de får röra på sig. Ulla anser att barn behöver röra sig för att koncentrera sig, hon menar att det finns forskning som bevisar detta. Ulla menar att hon märker tydligt när barnen varit ute och fått springa av sig eller varit i skogen. Hon menar att de då har lättare att sitta med annat och hon hävdar att barn som behöver yta inte i lika hög utsträckning knuffar andra barn.

Pia uttrycker att fysisk aktivitet och koncentrationsförmåga hänger samman väldigt mycket. Pia anser att koncentrationsförmågan blir bättre om fysisk aktivitet varvas med lärandemomentet. Fortsättningsvis menar Pia att koncentrationsförmågan blir bättre när barnen varit fysiskt aktiva, men hon poängterar återigen att den fysiska aktiviteten ska blandas på ett bra sätt. Pia kan se att om hon inte planerar in fysisk aktivitet i samlingen söker barnen det. Ida vet att fysisk aktivitet och koncentrationsförmåga hos barn hör samman, fast tycker inte att det syns så mycket på småbarnsavdelningen. Ida menar att mycket fysisk aktivitet istället kan trötta ut barnen vilket i sin tur leder till att de överhuvudtaget inte kan koncentrera sig, de är för trötta. Annars kan Ida tänka sig att större barn har lättare att koncentrera sig om de får avreagera sig och får ut lite energi. Hon menar att om barnen är lite stökiga så kan hon lägga in en hoppsång i lärandetillfället för att sedan återgå. De samlingar Ida har på småbarnsavdelningen är inte särskilt långa och hon menar att när barnen blir oroliga så är det bättre att avbryta tillfället. Hon menar att om hon lägger in en rörelsesång då så vill de små barnen inte återvända till samlingen. Ida menar att många av de små barnen är rastlösa i kroppen och om de blir av med lite energi så blir de lugnare. Ida menar vidare att den fysiska aktiviteten gynnar barns koncentrationsförmåga, hon hävdar att barnen inte behöver sitta still för att lära sig utan om förskolläraren tillåter att barnen rör sig så kan de ta in ändå. Ida menar att:

Sen är det ju inte alla, det är ju olika hur de klarar av det, det ser man ju exempel på. Vissa klarar ju inte alls, men de kan ju ändå vara intresserade även om de inte sitter stilla så kan de ändå vara koncentrerade på det man gör. Det tror jag inte att man tänker på alltid, men det är ju en del som går omkring men de är ändå med på det man gör fastän att de rör sig hela tiden, så, det är ju väldigt olika, man får nog se till vilka barn man har och så, och låta de kanske vara lite tycker jag i början (...) det gör liksom ingenting om de rör lite på sig det gör liksom ingenting, de tar in ändå.

5.5 Teorikoppling

I resultatet kan vi se koppling till Säljös (2000) sociokulturella perspektiv som är den teori som studien utgår från. Författaren menar att människor lär sig i ett samspel med andra och annat. Detta visar sig i resultatet då förskollärarna lyfter sin egen roll både i barns fysiska aktivitet och deras koncentrationsförmåga. Några förskollärare nämner att de behöver utmana barnen samt att de själva kan delta i den fysiska aktiviteten för att locka barnen till detta. När det gäller koncentrationen menar Ulla att barn behöver få något att koncentrera sig på för att kunna koncentrera sig. Andra respondenter menar att förskolläraren bör göra det som är tänkt att barnen ska koncentrera sig på intressant för dem. Detta är några av de sätt det synliggörs i studiens resultat att förskollärarna samspelar med barnen på i verksamheten. Säljö (2000) anser att kommunikation krävs för att kunskap ska kunna förstås i ett samspel. Han menar att kommunikation kan ske både inom människan men också mellan människor samt med vår omgivning. Några förskollärare ser miljön på förskolan som en viktig del i barns fysiska aktivitet, hur den organiseras, utformas och kommuniceras. Som exempel på detta ger förskollärarna bland annat, en lång backe att springa i, att det finns möjlighet till att cykla och att det finns möjlighet till att klättra. På så vis visar resultatet att miljön kommunicerar med barnen.

Flera förskollärare använder sig av fysisk aktivitet som ett verktyg för att få barnen koncentrerade, exempelvis menar Marie att om barn får utlopp för sin fysiska aktivitet så

klaras de att koncentrera sig längre och förskollärarna beskriver även hur de använder sig av fysisk aktivitet i samlingen. Vissa utgår från ett tänkt lärandemoment för att efter en stund bryta för fysiska aktivitet och sedan återgå till det tänkta lärandemomentet. Andra väver in den fysiska aktiviteten som en del av det tänkta lärandemomentet i samlingen. Detta kan kopplas till Säljös (2000) sociokulturella perspektiv då han använder termen artefakt. Enligt Kroksmark (2011) innebär artefakt i ett sociokulturellt perspektiv ett fysiskt eller psykiskt redskap där erfarenheter och kunskap samlats. Förskollärarna använder här fysisk aktivitet som en artefakt, de anser att de med hjälp av fysisk aktivitet kan få barnen att hålla koncentrationen längre än om barnen inte får tillfälle att röra på sig. Därför använder sig förskollärarna av sina egna erfarenheter då de medvetet nyttjar fysisk aktivitet som ett redskap.

6. Diskussion

I denna del vävs teori, litteratur och resultat samman med våra egna tolkningar och åsikter.

6.1 Metoddiskussion

I studien används en kvalitativ metod i form av intervjuer. Detta för att det är den metod vi anser vara mest relevant i förhållande till syftet med studien då vi vill ta reda på förskollärares syn. Kihlström (2009) menar att föreställningar, upplevelser och åsikter synliggörs på ett bra sätt vid intervjuer. Då detta är avsikten med vår studie anser vi att metodvalet är motiverat. De fördelar vi kan se med den valda metoden är att respondenterna kan, vid en löst strukturerad intervju, ge en djup bild av sin syn på ämnet. Dessutom ges möjlighet för intervjuaren att följa upp respondentens svar med följdfrågor som kan vara av intresse för studien och dess syfte. Efter pilotstudien valde vi att ändra våra frågor då vi upplevde att dessa inte gav svar på studiens frågeställningar. Därför anser vi att en pilotstudie är av stor vikt för att vid intervjuerna sedan ställa rätt frågor.

Vid intervjuerna kunde vi märka att vi var oerfarna intervjuare, detta för att vi inte var tillräckligt uppmärksamma på vilka följdfrågor som kunde ha ställts. Vi kunde inte heller alltid följa respondentens svar, vilket gjorde att vi kunde fått än mer djupare intervjuer om vi varit mer erfarna intervjuare.

Några av intervjuerna blev avbrutna då annan personal kom in i rummet där intervjun genomfördes. Detta påverkade respondenten då denne kom av sig och tystnande. Intervjuaren fick då leda tillbaka respondenten genom att ställa frågan på nytt. Vi tror dock inte att detta påverkade svaren i någon större utsträckning, men vi gick ändå miste om det spontana svar vi kunde fått av respondenten i anslutning till att frågan ställdes första gången. Då respondenterna trots detta svarade på alla frågor anser vi att detta hade en mindre betydelse för studien. Respondenterna valde själva plats för intervjuerna, men vi kan se att i vissa fall hade det varit lämpligare med en mer avskild plats vilket vi borde ha insett och åtgärdat.

Omfattningen på studien är sex intervjuer. Detta valde vi då vi ansåg att det var lämpligt i relation till tidsupplägget. Då det är en kvalitativ studie ville vi ha djupa svar vilket gjorde att vi med detta antal ansåg att vi hade möjlighet att bearbeta respondenternas svar. Då vår intention var att få ett så heterogent urval som möjligt ville vi gärna ha en manlig deltagare i studien. Vi hörde av oss till en manlig förskollärare men som, på grund av privat skäl, inte hade möjlighet att ställa upp. Vi tycker ändå att urvalet är relativt heterogent då antal år inom förskolan varierar stort, liksom ålder och olika förskolor.

6.2 Resultatdiskussion

I denna del presenteras resultatet i relation till tidigare forskning tillsammans med egna tankar och åsikter.

6.2.1 Hur ser förskollärare på fysisk aktivitet hos barn?

Alla respondenter tycks vara eniga i att barns fysiska aktivitet innebär att barn rör på sin kropp på ett eller annat sätt. Detta stämmer överens med den förklaring vi gett fysisk aktivitet i studien; vi menar att det är aktiviteter där kroppen blir involverad i form av olika rörelser. För Grindberg och Langlo Jagtøien (2000) innebär fysisk aktivitet sport, idrott, gymnastik och fysisk fostran. Wikland (2007) anser att barns fysiska aktivitet är detsamma som lek. Langlo Jagtøien m.fl. (2002) anser att motorik är en del av den fysiska aktiviteten, vilket är ett samspel mellan kroppens olika delar som gör en rörelse möjlig. Några av respondenterna

nämner motorik vid intervjuerna. Det som främst behandlas i sammanhanget är då grovmotorik vilket förskollärarna ser som en stor del av den fysiska aktiviteten. Vi anser att förskollärarnas och författarnas syn på fysisk aktivitet är i stort detsamma som vår. Det är endast tre av respondenterna som nämner motorik som en del i fysisk aktivitet, vilket vi anser är något märkligt. Vi tror att detta kan bero på att förskollärarna antingen ser det som så självklart att de inte nämner det, eller också så ser de inte motorik som en del i den fysiska aktiviteten. Skulle det vara så att de inte anser att motorik är en del av den fysiska aktiviteten ställer vi oss frågande till det då vi anser att motorik är en stor del av den fysiska aktiviteten och för barns utveckling.

Karin menar att det är väsentligt att erbjuda många motoriska utmaningar för barnen då de får möjlighet att träna sin motorik. Sofia nämner i likhet med Karin, att barn lär med hela kroppen samt att fysisk aktivitet ska vara en naturlig del av varje aktivitet då hon menar att barnen bör få använda sin kropp som ett verktyg. Detta stämmer överens med Lorentzon (Skolutvecklingsenheten, 2006) som menar att vi lär med hjälp av kroppen. Langlo Jagtøien m.fl (2002) menar att fysisk aktivitet kan skapa möjligheter för barn att utforska och uppleva sin omvärld ur olika perspektiv. Vi menar också liksom Karin att det är essentiellt att ge barnen motoriska utmaningar för att de ska få möjlighet att träna sin motorik. Vi hävdar att dessa utmaningar dock måste vara anpassade efter barnet och dess förutsättningar, dessa ser olika ut för olika barn. Detta är även något som några av respondenterna i studien tar upp. Pia menar att barn har olika behov och förutsättningar vilket även Karin nämner och hon menar att den fysiska aktiviteten bör anpassas efter dessa. Vi anser, med stöd från Langlo Jagtøien m.fl. (2002) att barn genom fysisk aktivitet kan få möjlighet att upptäcka, uppleva och göra sig erfarenheter.

I Van Zandvoort m.fl. (2010) studie undersöks pedagogers syn på hinder och möjligheter för fysisk aktivitet i förskolan. De hinder pedagogerna ser i studien är brist på redskap, dåligt utrymme och att barnen ibland inte vill delta i den fysiska aktiviteten. Pate m.fl. (2008) menar att den faktor som mest påverkar hur pass fysiskt aktiva barnen är på förskolan är vilken förskola barnen går på. Författarna nämner omständigheter som kan leda till mindre fysisk aktivitet hos förskolebarn. Dessa omständigheter är; dåligt utrymme, dåliga redskap eller tidsbrist för uteaktivitet. I vår studie kan förskollärarna även se hinder i att genomföra fysisk aktivitet på förskolan. Ulla menar att när det är dåligt med utrymme, som inomhus, är det svårare att utföra fysisk aktivitet då hon menar att barnen kan krocka och att det blir mer konflikter i en trängre miljö. Ulla menar istället att fysisk aktivitet bedrivs bäst utomhus. Även Karin nämner problem med en liten lokal. Vi anser också att det finns vissa faktorer som kan ses som hinder i hur den fysiska aktiviteten kan utövas på förskolan. Miljön på förskolan är viktigt för utövandet av fysisk aktivitet. Säljö (2000) menar att vår omgivning kommunicerar med oss och att människan lär det hon har behov att lära, beroende på den kultur människan lever i. Vi menar att detta kan vara en orsak till varför förskolan i sig är den faktor som enligt Pate m.fl. (2008) påverkar barns fysiska aktivitet mest. Om inte den miljö som erbjuds inbjuder till fysisk aktivitet är sannolikheten större att barnen inte är fysiskt aktiva. Men vi anser inte att fysisk aktivitet enbart kan bedrivas på ett bra sätt utomhus vilket Ulla tycks mena. Vi menar att det går att ta tillvara tillfällena även inomhus där barnen kan få möjlighet att röra på sig i en aktivitet även om det är svårare i en trång miljö. Detta kan anordnas genom att ta tillvara på de förutsättningar som finns.

I studien ser också respondenterna möjligheter i sin miljö till att bedriva fysisk aktivitet. Karin ger exempel på utegårdens förutsättningar som kan vara att barnen kan gå balansgång, förflytta sig på olika sätt i backar, cykla och klättra. Karin nämner även skogsutflykter och sjön där de kan gå och bada. Flera av de andra respondenterna nämner, liksom Karin, även de

sina utegårdar och dess förutsättningar till fysisk aktivitet. I Van Zandvoort m.fl. (2010) studie synliggörs musik, pedagogernas deltagande i aktiviteten samt pedagogernas engagemang som möjligheter. Dessutom nämner pedagogerna i studien att en gymnastiksal vore önskvärt. I vår studie är det tre respondenter som nämner att de har tillgång, på olika sätt, till en gymnastiksal. I denna ser de många möjligheter till fysisk aktivitet, Ida menar att barnen får möjlighet att röra sig fritt, slänga sig i en tjockmatta med mera. Karin däremot har mer styrda aktiviteter i gymnastiksalen då hon istället lägger vikt vid att organisera dessa tillfällen så att det blir kopplat till andra aspekter som till exempel språk och rytmik. Inomhus på förskolan ser förskollärarna i vår studie andra möjligheter till fysisk aktivitet, Karin menar att de låter barnen försöka och klara av mycket själva som exempelvis att klättra i stolen själv. Vi anser att det finns många möjligheter till fysisk aktivitet i förskolans inomhus miljö; att själv få klättra upp på skötbordet om det är ett skötbord med steg, att dansa till musik är ofta populärt samt att barnens olika roller ofta inbjuder till fysisk aktivitet. Detta är bara några exempel på vad för fysisk aktivitet som kan utföras inomhus. Vi menar att det viktiga är att se möjligheter med miljön och att ge barnen utrymme till att vara fysiskt aktiva genom att låta dem prova själva och exempelvis inte alltid lyfta i dem i stolen. På samma sätt som när hinder i miljön behandlades (stycket ovan) så kan vi se den kulturella aspekten i de möjligheter förskolans miljö kan erbjuda enligt respondenterna. Även här kommunicerar miljön med barnen och i detta fall anser vi att miljön kan uppmuntra till fysisk aktivitet.

6.2.2 Hur ser förskollärare på barns koncentrationsförmåga?

Ericsson (2005) hänvisar till Barkley och Duvner som menar att koncentrationsförmågan har två olika delar. Den första delen är uthållighet vilket innebär att kunna hålla kvar uppmärksamheten tillräckligt länge och den är då viljestyrd. Den andra delen är fokusering som innebär att styra in uppmärksamheten och utesluta ovidkommande intryck. Vår tolkning av detta är att det är viktigt att som förskollärare hjälpa barnen med att vara uppmärksamma på en viss aktivitet under en tid. Sofia menar att barn har en god koncentrationsförmåga och i en jämförelse med vuxnas koncentrationsförmåga anser hon att barn lär sig mer på kort stund än vad vuxna gör på en längre stund. Flera av respondenterna uttrycker att det är av vikt att förskolläraren lyckas fånga barnens intresse för att de ska ha förutsättningar för att kunna koncentrera sig. Vi anser att förskollärarna verkar vara inne på samma spår som Barkley och Duvner då de menar att det är viktigt att kunna locka barnen och fånga deras intresse. Säljö (2000) anser att kunskap är något som förstås genom samspel. Vi menar att om förskollärarna ska kunna fånga barnens intresse måste ett samspel ske. Dessutom sker detta samspel via kommunikation, vilket Säljö hävdar är väsentligt för att ett samspel ska kunna äga rum. Sofia nämner i intervjun att det är lätt, som förskollärare, att inte avsluta en samling i tid då hon menar att förskolläraren blir inspirerad när barnen är koncentrerade på en samling och då inte bryter denna i tid. Barnen har då hunnit tappa koncentrationen eftersom Sofia menar att deras koncentrationsförmåga är ganska kort. Vi menar liksom de flesta av respondenterna att det är av vikt att som förskollärare fånga barnens intresse. Av egna erfarenheter vet vi att det är lättare att vara koncentrerad på något vi tycker är intressant, roligt eller spännande. Detta är något som även Marie tar fasta på då hon menar att hur motiverade barnen är på en specifik aktivitet påverkar barnens koncentrationsförmåga. Vi anser också precis som Sofia att det är viktigt att bryta en samling i tid så barnen orkar hålla koncentrationen genom samlingen. När de inte orkar längre är det svårare att utesluta ovidkommande intryck och det blir därmed än svårare att fokusera på det tänkta innehållet i samlingen.

Koncentrationsförmågan kan enligt Kadesjö (2001) variera utifrån olika situationer då författaren menar att det kan uppstå svårigheter när aktiviteten inte stämmer överens med barnets förmåga. Respondenten Karin menar att koncentrationsförmågan är individuell och att runtomliggande faktorer spelar in. I rätt miljö kan ett barns koncentrationsförmåga vara god

men i en annan situation kan samma barn ha sämre koncentration. Vi menar att det är av stor vikt att vara lyhörd som förskollärare och se till alla barns behov och förutsättningar för att de ska ges bästa förutsättningar till god koncentration vid en samling. Vi tror också att barns koncentrationsförmåga varierar från situation till situation och det är många faktorer som spelar in. Att ta i beaktande när en samling ska genomföras kan exempelvis vara att om barnen är trötta, hungriga, rastlösa eller ointresserade kommer de heller inte kunna vara lika koncentrerade som när dessa aspekter är tillgodosedda. Det kan också vara så att vissa barn inte kan vara bredvid varandra för att de då får svårt att koncentrera sig på en uppgift. Det kan också vara, enligt oss, händelser som skett tidigare under dagen som påverkar hur barnen känner sig. Barnen kan också vara närvarande vid en samling men någon helt annanstans i tanken, vilket innebär att barnen inte koncentrerar sig på det tänkta. Det är många behov och individer som ska tillgodoses av förskolläraren och den pedagogiska verksamheten. Vi menar att det är en utmaning för en förskollärare att kunna se till alla barn och deras förutsättningar och behov, och nyckeln till att barn ska kunna koncentrera sig är, enligt Olsson och Olsson (2007), att de kan tolka olika sinnesintryck i omgivningen. Vi menar att det därför är viktigt att förskolläraren känner sin barngrupp och dess individer så att denne vet vad som kan intressera barnen och locka dem till att koncentrera sig. Ett möjligt sätt att locka barnen och fånga deras intressen kan vara att använda sig av fysisk aktivitet som en del av det tänkta innehållet i samlingen.

Flera respondenter i studien menar att barn behöver sitta still för att kunna koncentrera sig. De menar att barnen behöver få *springa av sig* för att kunna sitta med något annat. Ulla nämner att hon inte ser samling som ett lärandetillfälle utan endast ett svårt moment där barnen enligt henne måste sitta stilla och koncentrera sig. Detta är något vi ifrågasätter, vi menar att barn kan koncentrera sig även om de inte är stillasittande. Vi anser att när barn är fysiskt aktiva så kan de koncentrera sig, det är som Sofia säger;

De lär med precis varenda del av kroppen och det är så vi ska tänka när vi ska lära ut till barnen också.

Dessutom menar vi att en samling kan vara ett lärandetillfälle där barn kan vara fysiskt aktiva. Vi anser att en samling kan planeras och organiseras på många olika sätt, det är förskollärarens uppgift att detta görs på ett adekvat sätt. Ulla ger en syn av att en samling inte är ett lärandetillfälle. Hon menar att:

Vi ser ju inte samlingen som ett lärandetillfälle här utan vi har en samling ibland men då kanske det är för att vi samlar oss för att reflektera över dagen, vad vi har gjort idag och vad vi har lärt oss... vi kanske inte ser samlingen som att nu ska vi lära oss om det här eller det här eller så... för samling för oss är väldigt svårt för många barn.

Vi anser att en samling är ett lärandetillfälle och är därför kritiska till det Ulla uttrycker. Pramling Samuelsson och Mårdsjön Olsson (2007) hävdar att barn ”strävar efter att *förstå, att göra sina erfarenheter begripliga* (s.63).” Att reflektera, anser vi, kan vara ett lärande, då barn får möjlighet att göra sina erfarenheter begripliga precis som Pramling Samuelsson och Mårdsjö Olsson också uttrycker. Att reflektera i en samling genom att kommunicera är dessutom ett samspel vilket Säljö (2000) menar är nyckel till kunskap.

6.2.3 Om förskollärare anser att det finns ett samband mellan fysisk aktivitet och barns koncentrationsförmåga vid samling?

Alla respondenter i studien anser att det finns ett samband mellan barns fysiska aktivitet och barns koncentrationsförmåga. Endast en respondent nämner i studien forskning som belägg för sitt påstående kring sambandet mellan barns fysiska aktivitet och koncentrationsförmåga. Dock framgick det inte vilken forskning det var hon syftade till. De andra respondenterna tycks grunda sina åsikter på egna erfarenheter och den verksamhet de befinner sig i. Karin och

Marie menar att barn behöver få göra sig av med den energi de har i kroppen för att kunna koncentrera sig. Pia menar att vid samlingen behöver fysisk aktivitet vara inplanerad för annars menar hon att barnen söker det. Sofia anser att barn kan *övertrassera* sitt *koncentrationskonto* om de inte får röra på sig. Hon menar att barnen måste få vara fysiskt aktiva annars försvinner koncentrationen helt och hållet och det finns inte längre något som kan fånga barnens intressen. Vi anser dock att koncentration inte kan försvinna helt, däremot kan den ändra riktning och fokus. Grindberg och Langlo Jagtøien (2000) menar att fysisk aktivitet förbättrar koncentrationsförmågan. Fysisk aktivitet främjar även, enligt författarna, barnens uthållighet och uppmärksamhet. Vi kan känna igen oss i det respondenterna ger uttryck för då vi menar att det kan vara en idé att fysisk aktivitet är inplanerat i samlingen. Detta för att barnen dels får möjlighet att använda sin kropp, genom fysisk aktivitet, vilket kan, enligt Grindberg och Langlo Jagtøien, främja koncentrationsförmågan. Dels kan vi också se den aspekt som respondenterna ger uttryck för, att barnen kan behöva få utlopp för den energi som finns i kroppen. Vi menar att det ibland inte spelar någon roll vad förskolläraren planerat eller hur intressant barnen egentligen tycker att det är, för det finns som Sofia säger, inte längre något som kan fånga barnens intressen om de inte fått ge utlopp för den energi som finns i kroppen. Vi menar dock att barn kan koncentrera sig samtidigt som de är fysiskt aktiva, vilket några av respondenterna tar upp, Sofia genom att hon menar att fysisk aktivitet ska vara en naturlig del av samlingen och Ida nämner att barnen inte behöver sitta stilla för att vara koncentrerade. Marie menar även hon att barnen lättare kan koncentrera sig genom att röra på kroppen.

I studien har det framkommit att några respondenter använder fysisk aktivitet för att försöka gynna barns koncentrationsförmåga. Säljö (2000) menar att i en artefakt samlar människan erfarenheter och kunskaper som omger oss i vår vardag. Kroksmark (2011) förklarar Säljös begrepp artefakter som han menar är ett fysiskt eller psykiskt redskap. I detta fall använder förskollärarna fysisk aktivitet som en artefakt då de medvetet använder den som ett redskap för att främja barns koncentrationsförmåga. På detta sätt anser vi att förskollärarna ger barnen en möjlighet att förbättra sin koncentration genom att röra på kroppen. Dock inser vi att detta sätt kanske inte främjar alla barns koncentration. Då barn är olika och har olika förutsättningar. Vissa barn vill heller inte vara fysiskt aktiva och vill därför inte delta, andra barn kan inte delta i fysisk aktivitet på grund av rörelsehinder eller dylikt. Om detta är fallet menar vi att förskollärare bör använda sig av andra sätt för att försöka främja barns koncentration. Detta tar även några respondenter i studien upp. Därför menar Karin att olika krav bör ställas på olika barn, dessutom menar hon att barnet bör utmanas utefter sin egen förmåga.

Van Zandvoort m.fl. (2010) framhåller i sin studie att uppmuntrande personal är av stor vikt för fysisk aktivitet hos barn. Pedagogerna i vår studie menar att deras egen roll är väsentlig, då de med sitt engagemang, entusiasm och eget deltagande i aktiviteterna på förskolan försöker uppmuntra barnen till fysisk aktivitet. Respondenternas syn överensstämmer med Säljös (2000) syn, då han menar att det är i ett samspel vi lär oss. Författaren menar vidare att den sociala och kommunikativa inramningen av en aktivitet är av betydelse för hur människor förhåller sig till den. I detta kan vi se att om förskollärarna är uppmuntrande, engagerade och entusiastiska ökar möjligheten att barnen också blir det. Pate m.fl. (2008) menar att vilken förskola barnen går på är den faktor som mest påverkar barns fysiska aktivitet. Det framkom i deras studie att en måttlig till hög nivå av fysisk aktivitet förekom bland barnen mindre än 3 % av tiden i observationerna som genomfördes. Barnen var i studien stillasittande under 80 % av tiden. Det framkom även att pojkar i treårs åldern var de som var mest aktiva samt att pojkar överlag var mer aktiva än flickor. Detta är något vi tycker är anmärkningsvärt och skrämmande. Vi tycker att det är av vikt att barn rör på sig för att de ska utvecklas både

fysiskt och psykiskt. Men vi ställer oss frågande till om ett liknande resultat framkommit i Sverige, då Säljö (2000) menar att allt människan förstår, förstås genom den kultur som omger henne. Den kultur där Pate m.fl. (2008) genomfört studien är olika den kultur vi lever i och har undersökt. Det skulle trots detta vara intressant med en studie i svenska förskolor med samma syfte.

I vår studie framkom det att förskollärarna såg sig själva som en viktig faktor i barns koncentrationsförmåga och barns fysiska aktivitet, precis som pedagogerna i Van Zandvoort m.fl. (2010) studie gjorde med barns fysiska aktivitet. Vissa förskollärare i vår studie menade att förskollärarens agerande, som exempelvis att locka barnen och fånga deras intresse, kan inverka på barns koncentrationsförmåga medan andra menade att det var hur förskollärarna ordnande miljön som var av stor vikt. En förskollärare nämner att det kan vara viktigt att själv vara deltagande i barns fysiska aktivitet för att på så vis locka dem till att delta. Vi menar att förskollärarens roll i den fysiska aktiviteten och koncentrationsförmågan hos barn är grundläggande då en förskollärare kan inspirera och engagera barnen i en samling, vilket kan göra aktiviteten intressant och rolig för barnen. Grindberg och Langlo Jagtøien (2000) menar att fysisk aktivitet är, inte att förglömma, en källa till glädje. Detta är en aspekt av fysisk aktivitet som vi kan se, att barnen ofta har roligt när de rör på sig. Detta gäller dock inte alla barn, alla barn tycker inte om att röra på sig och då behöver förskolläraren hitta andra vägar för att försöka främja dessa barns koncentration.

6.2.4 Slutsats

I inledningen av studien började vi med en samling vi fått ta del av:

Förskolläraren har gjort i ordning ett bord där det är tänkt att fem barn (4-5 år) ska tillverka hus av mjölkpaket, detta ska sedan bli en del av den vinterstad som är ett projekt avdelningen arbetar med för tillfället. Barnen kommer in i rummet och sätter sig till rätta vid bordet. Förskolläraren introducerar barnen i samlingens innehåll och sedan är hustillverkningen igång. Barnen upptäcker problem med husbygget som exempelvis hur de ska få fast taket, när de gör detta frågar de förskolläraren om hjälp. Istället för att berätta för barnen hur de ska gå tillväga, resonerar hon med barnen och de kommer gemensamt fram till lösningar. Under samlingen, som är en stillasittande aktivitet, använder förskolläraren fysisk aktivitet genom att hon ger barnen uppdrag som att till exempel själva hämta det material de behöver, eller undersöka andra redan färdiga hus som finns i en annan del av rummet. Under samlingens gång, som var ungefär 20 minuter lång, är alla barn uppmärksamma på den aktivitet som samlingen innehöll, att bygga ett hus.

Denna samling kan nu ses i ljuset av studiens resultat. Då alla förskollärare i studien menar att det finns ett samband mellan fysisk aktivitet och barns koncentrationsförmåga skulle svaret på frågan vi ställde oss; om det var den fysiska aktiviteten i samlingen som gjorde att barnen kunde koncentrera sig under hela samlingen, bli ja. Vi kan dock se att det kan vara andra aspekter som påverkar situationen. En av dessa kan vara kulturen. Säljö (2000) menar att allt vi lär är kulturellt betingat, vi uppträder som vi tror att omgivningen förväntar sig av oss. I situationen skulle det innebära att barnen vet hur de förväntas agera, då de vet vilka normer som gäller. Detta gör att vi inte kan säkerställa något svar på frågan i den exemplifierade samlingen. Men då förskollärarna i studien menar att det finns ett samband mellan barns fysiska aktivitet och koncentrationsförmåga, menar vi att den fysiska aktiviteten kan ha gynnat barnens koncentrationsförmåga i den exemplifierade samlingen.

Nästan alla respondenter lyfter sin egen roll som viktig i sammanhanget, vilket även viss forskning som används i studien gör. Vi menar att förskolläraren har en viktig roll då alla barns behov ska tillgodoses. För att barn ska kunna vara fysiskt aktiva vid samlingen behöver

också förutsättningar till det finnas, samt att förskolläraren tillåter att barnen rör på sig under aktiviteten.

Vi anser att denna studie är relevant för vår yrkesprofession då den visar att förskollärare anser att fysisk aktivitet kan gynna barns koncentrationsförmåga. Det är därför viktigt att förskollärare har detta i åtanke vid samling för att öka barnens möjlighet till koncentration.

6.2.5 Vidare forskning

Studien har visat att förskollärare ser ett samband mellan barns fysiska aktivitet och koncentrationsförmåga, vilket Ericsson (2003) i sin studie hade svårt att påvisa. Dock menade lärarna i hennes avhandling att barnen fick en förbättrad koncentrationsförmåga vid ökad fysisk aktivitet. Detta resultat stämmer överens med det resultat vi fått. Men vi anser att det krävs mer forskning i ämnet för att kunna säkerställa något generellt resultat då det i både denna studie och Ericsson (2003) endast är förskollärarnas/lärarnas åsikter och upplevelser och inte faktiska resultat som visar på positiva effekter.

Vi anser att vår studie bidrar till en ökad förståelse kring hur förskollärare ser på den fysiska aktivitetens betydelse för barns koncentrationsförmåga. Studien är dock i för liten skala för att kunna säkerställa något generellt resultat, studien visar endast dessa sex förskollärares syn på ämnet. Därför anser vi att det krävs mer forskning kring detta, för att öka kunskapen kring sambandet mellan barns fysiska aktivitet och deras koncentrationsförmåga.

Vi skulle vilja se om samma forskning som Pate m.fl. (2008) genomfört i USA visar samma resultat på svenska förskolor, att barn endast utför en måttlig till hög nivå av fysisk aktivitet mindre än en timme i veckan på förskolan. Om så vore fallet, anser vi, att något radikalt behöver göras med verksamheten då fysisk aktivitet kan gynna koncentrationsförmågan enligt respondenterna i denna studie. Därför eftersöker vi samma forskning på svenska förskolor.

Referenser

- Björkdahl Ordell (2009). Etik. I Dimenäs, J. (red.). *Lära till lärare*. Stockholm: Liber.
- Dysthe, O. (1995). *Det flerstämmiga klassrummet*. Lund: Studentlitteratur.
- Ericsson, I. (2003). *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer. En interventionsstudie i skolår 1 – 3*. Diss. Malmö: Lärarytbildningen, Malmö Högskola.
- Ericsson, I. (2005). *Rör dig – lär dig. Motorik och inläring*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- Grindberg, & Langlo Jagtøien, G. (2000). *Barn i rörelse*. Lund: Studentlitteratur.
- Langlo Jagtøien, G. Hansen, K. & Annerstedt, C. (2002). *Motorik, lek och lärande*. Göteborg: ZetterQvist Tryckeri AB.
- Lindahl, M. (1998). *Lärande småbarn*. Lund: Studentlitteratur.
- Hannaford, C.(1997). *Lär med hela kroppen – inläring sker inte bara i huvudet*. Falun: Scandbook.
- Kadesjö, B. (2001). *Barn med koncentrationssvårigheter*. Stockholm: Liber.
- Kihlström, S. (2009). Intervju som redskap. I Dimenäs, J. (red.). *Lära till lärare*. Stockholm: Liber.
- Krokmark, T.(red.) (2011). *Den tidlösa pedagogiken*. Lund: Studentlitteratur.
- Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Markström, A-M. (2005). *Förskolan som normaliseringspraktik – en etnografisk studie*. Linköping Studies in Pedagogic Practices Nr. 1. Linköping: Linköpings Universitet, Department of Educational Sciences. Digital resurs [Hämtad 2013-01-13].
http://www.google.se/#hl=sv&tbo=d&output=search&scient=psy-ab&q=markstr%C3%B6m%2C+a-m+f%C3%B6rskolan+som+normaliseringspraktik-en+etnografisk&oq=markstr%C3%B6m%2C+a-m+f%C3%B6rskolan+som+normaliseringspraktik-en+etnografisk&gs_l=hp.12...10457.10457.1.12656.1.1.0.0.0.139.139.0j1.1.0...0.0...1c.MZRoDBJRd4s&psj=1&bav=on.2.or.r_gc.r_pw.r_qf.&bvm=bv.1357700187,d.bGE&fp=9bfb588ed0ed2b7&biw=1311&bih=571
- Olsson, B-I. & Olsson, K. (2007). *Att se möjligheter i svårigheter*. Malmö: Studentlitteratur.
- Pate, RR., McIver, K., Dowda, M., Brown, WH. & Addy, C. (2008). Directly Observed Physical Activity Levels in Preschool Children. *Journal of School Health*, v. 78. nr. 8 s. 438-444. Digital resurs [hämtad 2012-11-22].
<http://web.ebscohost.com.libraryproxy.his.se/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=9611acf4-c087-4892-9c5b-74c53703e494%40sessionmgr14&vid=34&hid=19>
- Patel, R. & Davidson, B. (1991). *Forskningsmetodikens grunder. Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur.

Pramling Samuelsson, I. & Mårdsjö Olsson, A-C. (2007) *Grundläggande färdigheter. – och färdigheters grundläggande*. Polen: Studentlitteratur.

Pramling Samuelsson, I. & Sheridan, S. (2006). *Lärandets grogrund*. Danmark: Studentlitteratur.

Simeonsdotter Svensson, A. (2009). *Den pedagogiska samlingen i förskoleklassen. Barns olika sätt att erfara och hantera svårigheter*. Göteborg: Göteborgs Universitet.

Skolutvecklingsenheten (2006). *Livsviktigt – om arbetet med kost och rörelse i skolan och samhället*. Rapport 4. Göteborg: Stadskansliet.

Stukát, S. (2005). *Att skriva examensarbete inom utbildningsvetenskap*. Lund: Studentlitteratur.

Säljö, R. (2000). *Lärande i praktiken. Ett sociokulturellt perspektiv*. Stockholm: Norstedts Akademiska Förlag.

Säljö, R. (2005). *Lärande & kulturella redskap. Om lärprocesser och det kollektiva minnet*. Falun: Norstedts Akademiska Förlag.

Utbildningsdepartementet. (1998 rev. 2010) *Läroplan för förskolan Lpfö 98. Reviderad 2010*. Stockholm: Fritzes.

Van Zandvoort, M., Tucker, P., Irvin, J. D. & Burke, S.M. (2010). Physical Activity at Daycare: Issues, Challenges and Perspectives. *Early Years: An International Journal of research and Development*. Vol. 30, nr. 2. s.175 – 188. Jul. Digital resurs [Hämtad 2012-09-27].

<http://web.ebscohost.com/ehost/detail?sid=7e7bd238-4a60-42ae-9b3f-f4cdf4addabf%40sessionmgr114&vid=7&hid=125>

Wikland, M. (2007). Små barns fysiska aktivitet (1 – 5 år). Stockholm: Centrum för folkhälsa. Digital resurs [hämtad 2012-09-05].

<http://www.folkhalsoguiden.se/upload/Fysisk%20aktivitet/Sm%c3%a5%20barns%20fysiska%20aktivitet.pdf>

Bilaga 1

Intervjufrågor

1. Vad innebär barns fysiska aktivitet enligt dig?

F: Kan du precisera dig ytterligare?

F: Hur gör ni här?

2. Kan du berätta hur du ser på barns koncentrationsförmåga?

F: Kan du berätta mer?

F: Har du upplevt detta i din verksamhet?

3. Finns det enligt dig en koppling mellan fysisk aktivitet och koncentrationsförmåga?

Om JA:

F: Kan du beskriva en situation där du sett den kopplingen?

F: Hur kan du se att det ena påverkar det andra?

Om NEJ:

F: Varför anser du att det inte finns någon koppling?

4. På vilket sätt anser du att du kan använda dig av fysisk aktivitet för att gynna barns koncentrationsförmåga vid styrda lärandetillfällen? /Skulle du kunna tänka dig att använda dig av fysisk aktivitet för att gynna barns koncentrationsförmåga vid styrda lärandetillfällen?

F: Kan du ge exempel på vad du skulle kunna göra/gör?

5. Har du något att tillägga?