Lek i naturen -
Utvecklande för barns balans och motoriska färdigheter.

Johanna Olsson
Ht-2009

15 hp C-nivå

Lärarprogrammet 210 hp
Examinator: Christina Hultgren
Handledare: Lars Hillström
Sammanfattning: Följande arbete handlar om hur barn ska kunna utvecklas inom fin-, grovmotorik och balans med hjälp av naturen. I min litteraturgenomgång får man ta del av konsekvenser av nedsatta förmågor inom berörda områden, i ett samlat material finns förslag på lekar och övningar som ska stimulera barnens utveckling med naturens hjälp. Det här arbetet ska påvisa att naturen har mycket att erbjuda för barnen, både i deras fria lek samt i planerade lekar. I ett samhälle där många leksaker som köps förbrukas väldigt snabbt, ville jag med denna studie påvisa möjligheter som finns utanför de traditionella med köpta leksaker och där man använder färdiga mallar. Studien är uppdelad i två delar, en del består av samlat material där jag själv provat att i viss mån utföra lekar med barnen och den andra delen består av utvalda pedagogers synpunkter på materialet. Resultat från enkäterna visar att materialet skulle hjälpa pedagoger att uppnå mål ur läroplanen, och personalen anser sig vara hjälpta av materialet.

Nyckelord: Balans, finmotorik, grovmotorik, vestibulära sinnet.
1 INLEDNING


Som blivande pedagog inom förskolan finns det många områden att jobba hårt inom för att främja barns utveckling. Syftet med detta arbete var att utveckla ett sådant material I mitt examensarbete vill jag jobba fram ett material som ska vara lättöverskådligt och lättillgängligt för dels mig själv men även för övrig personal som finner att mitt arbete verkar utvecklande för barnen. Jag som pedagog kommer att ha ett stort ansvar för att barnen har en meningfull tid på förskolan och därför ville jag arbeta fram detta samlade material med lekar och övningar.

Jag vill att barnen ska få en meningfull tillvaro på förskolan där man jobbar mot målen att varje enskilt barn ska utvecklas till just den unika människa hon/han var meningen att vara, och den här meningfulla tiden anser jag till stor del kan fördrivas i naturen. Med hjälp av Lpfö 98 när vi dit:

- **Förskolan skall vara trygg, utvecklande och lärorik för alla barn som deltar utifrån vars och ens förutsättningar.** (Lpfö 98, sida 4).
- **Leken är viktig för barns utveckling och lärande.** Ett medvetet bruk av leken för att främja varje barns utveckling och lärande skall prägla verksamheten i förskolan. (Lpfö 98, sida 9).
- **Förskolan skall lägga stor vikt vid att stimulera varje barns språkutveckling och uppmuntra och ta till bara barnets nyfikenhet och intresse för den skriftspråkliga världen.** (Lpfö 98, sida 10).
- **Förskolan skall lägga stor vikt vid miljö- och naturvårdsfrågor. Förskolan skall med verka till att barnen tillägna sig ett varsamt förhållningssätt till natur och miljö och förstärk sin delaktighet i naturens kretslopp.** (Lpfö 98, sida 10).
- **Utomhusvistelsen bör ge möjlighet till lek och andra aktiviteter både i planerad miljö och i naturmiljö.** (Lpfö 98, sida 11).

Förskolan skall sträva efter att varje barn:

- **Utvecklar sin motorik, koordinationsförmåga och kroppssuppfattning samt förståelse för viken av att värna om sin hälsa och sitt välbefinnande.** (Lpfö 98, sida 13).
1.1 Bakgrund
I bakgrunden berörs viktiga aspekter som är av stor vikt för arbetet i dess helhet. Här finns fakta om motorik och balans, rättigheter och skyldigheter när vi vistas i naturen samt om utomhuspedagogik.

1.2 Litteraturgenombång


Ellneby (1994) beskrivs hur barn gärna söker sig till olika moment som stimulerar det vestibulära sinnet. En del barn vill gärna gunga och snurra hela dagarna tills de plötsligt väljer något helt annat, och en tolkning är att det vestibulära sinnet har stimulerats tillräckligt för att barnet ska kunna gå vidare och söka nya utmanande aktiviteter.


För att forma en vardag som erbjuder stimulans till det vestibulära sinnet anser Ellneby (1994) att någon av följande aktiviteter ska vara möjliga att utföra dagligen:

- snurra, snurra på snurrstol, åka karusell, rulla
- gunga, gunga hängmatta, gunga i en filt
- åka rutschkana, gunga gungbräda, repgunga
- gå i skogen, klättra, leka i snö, åka kana
- bada, cykla
- slå kullerbytta, slå volter, hoppa på studsmatta
- åka skidor, åka skridskor
- gå på balansbräda, rullbräda
- rulla i papprör, rulla i matta, rulla i en slänt
- dansa
- rida
- leka knufflekar
- gå på styktor, gå med trampburkar
- rulla, balansera på stora bollar.


Nielsen, Vesterdorf & Skaftved (1988) belyser också hur viktigt det är med utvecklad balans för barnens vidareutveckling, de hävdar att klumpiga barn lätt hamnar utanför och då speciellt i lekar som skulle stimulera deras balans och vara till nytta för dem.

Att känna tillit till sig själv och till sin förmåga är viktigt för att kunna utnyttja omgivningen till lärande och utveckling, och för att kunna göra detta menar Qvarsell (1978) att det krävs en god kommunikation mellan vuxna och barn och mellan barn och barn.

1.2.1 Utomhuspedagogik


**Barnen skall växla mellan olika aktiviteter under dagen. Verksamheten skall ge utrymme för barnens egna planer, fantasi och kreativitet i lek och lärande såväl inomhus som utomhus. Utomhusvistelsen bör ge möjlighet till lek och andra aktiviteter både i planerad miljö och naturmiljö.**

Nackdelar med utomhuspedagogiken kan vara att det kräver stora förberedelser av de vuxna samt att mycket tid går åt till att klä på och av sig ytterkläder samt att ta sig till den aktuella platsen. Utomhuspedagogiken anses användbar inom många ämnen som läses i grundskolan, allt från idrott till matematik. Genom den fysiska stimulansen kan lärandet bli en trevlig upplevelse oavsett ämne, hävdar förespråkarna, Brugge m.fl. (2007).

Tidningen Förskolans redaktion (2005) beskriver utomhuspedagogiken som en viktig del i barns utveckling, inte minst inom den motoriska träningen. Utomhuspedagogiken ska vara en metod att ta till utan att organisera sönder barnens fria lek.

### 1.2.2 Allemansrätten

För att barnen ska uppnå mål ur läroplanen som berör allemansrätten är det av vikt att man kommer ut i naturen för att få förstahands information, enligt Lpfö 98, sida 13: **skall förskolan sträva efter att varje barn utvecklar förståelse för sin egen delaktighet i naturens kretslopp och för enkla naturvetenskapliga fenomen, liksom sitt kunnande om växter och djur.**

Ahlström (1999) skriver om följande stycke om allemansrätten, vilken är skriven i grundlagen sedan 1994 och något som bör beröras för att få en korrekt bild av vad vi är tillåtna att göra med barnen i skog och mark.

Allemansrätten innebär i stora drag en begränsad rätt för var och en att färdas över annans mark och tillfälligt uppehålla sig där. Vi får också plocka bär, blommor, svamp och en del annat som växer i naturen.

Viktigt att tänka på är att all nedskräpning är otillåtlig, det är pga. att det inte bara gör naturen ful det kan också vara farligt för människor och djur som besöker platsen vid senare tillfällen. Viktigt är också att man visar hänsyn i naturen och inte väsnas alltför mycket.

Om man vill elda bör det genomföras med mätta, på räddningsverkets hemsida ([www.srv.se](http://www.srv.se)) kan vi hålla oss uppdaterade om brandrisken i det område som önskas besökas. En regel att ha i åtanke är att under sommaren råder oftast totalt eldförbud.

När någon gör upp en eld finns det några säkerhetsregler att förhålla sig till, de är bl.a., håll elden liten och se till att det finns vatten att släcka med. Lägg stenar runt härden och gräv gärna en grop där man eldar. Grus eller sandig mark är bra som underlag för elden.

Tar det eld i sina kläder eller i någon annans bör personen snabbt ligga ner och rulla eller kväva elden med ett filt eller jacka. När elden ska kvävas börjas släckningen vid ansiktet och fortsätts neråt över kroppen.
1.3 Frågeställningar
Fråga 1:
Har naturen tillräckligt att erbjuda för att utveckla barnen inom de motoriska färdigheterna?

Fråga 2:
Kan naturen hjälpa oss pedagoger till uppsatta mål i läroplanen?

2 METOD
Det här avsnittet berör själva arbets materialet, hur det kom till samt de etiska överväganden som beaktats.

2.1 Urval
När arbetet med examensarbetet skulle påbörjas var det av stor vikt att tänka på vad var det egentligen som arbetet skulle påvisa. Metoderna för att nå resultat blev att aktivt samla material till min bilaga, som är det stora arbetet. För att samla material var jag tvungen att gå igenom för mig redan kända moment (lekar och rörelser), men även se vad övrig litteratur, och andra källor (internet) skrev om de områden jag önskade beröra. Många gånger fanns lekar och övningar redan hos mig men genom att aktivt tänka och prata om olika lekar kunde jag se vad de egentligen hade att erbjuda för barnen i deras utveckling av motorik samt balans.
Att aktivt bearbeta varje lek och se vad den kunde ge barnets utveckling i samspel med årstiderna blev ett viktigt moment.

Lekarna i det samlade arbets materialet fokuserar på barnet i rörelse. Barnet övar sin motorik genom att krypa, hoppa, springa, smyga, sjunga och knyta knutar. Många av lekarna utmanar barnen inom många områden, i detta arbetsmaterial övas även matematik och språket. Arbets materialet innehåller lekar såsom:
- **Balansera sittandes:** sitt på ett träd eller en sten, variera din sittställning, t.ex. som en skräddare eller liggandes på rygg.
- **Daggdroppar:** på hösten när kyla och värme byter av varandra är det ofta fuktigt i marken när man går ut. Placera ut pärlor på ett område, som barnen får plocka. Därefter använder de pärlorna till att göra dekorationer att hänga i träden.
- **Snöänglar:** ligg ner och rör armar och ben jämn med marken, res er försiktigt upp. Måla gärna änglarna med vattenfärg i sprayflaska eller med pensel. Försök att ”sopa” över spåren runt ängeln innan du lämnar platsen.

Arbets materialet kom att bli en enskild pärm med sidor som är inplastade, för att lättare kunna ta med sig enskilda blad ut i verksamheten.

2.2 Datainsamlingsmetoder
2.2.1 Observation av barn vid genomförande av moment.
För att testa materialets användbarhet var en önskan från mig att jag skulle genomföra något av momenten med några barn. Samtidigt som barnen genomförde de moment jag önskade att de skulle utföra, observerade jag barnen och antecknade olika spontana åsikter och reaktioner.
Den övning jag valde att göra med barnen grundar sig på övningen nedan men den följdes inte helt till punkt och pricka.

- **Vad gör småkrypen om natten?** Låt barnen dela en potatis och sedan gröpa ur den med en sked, försök att göra små hål in i potatisen. Därefter sätter man ihop potatisen med ett gummitäck, placera potatisen så att öppningarna kommer i marknivå och lägg över några löv. Nästa dag ser vi efter vilka djur som kommit för att hälsa på! Vi tar med oss potatisen i en burk in i förskolan och målar av de djur som kommit om natten.

2.2.2 Pedagogers utvärdering på arbetsmaterialet.

För att få ytterligare respons på mitt arbete fick 34 pedagoger möjligheten att läsa mitt arbetsmaterial. Därefter fick de via en helt anonymt lämna tankar och reflektioner om mitt material, (bilaga 3). Att be dem lämna anonyma anteckningar ansåg jag skulle ge ärligare svar och åsikter än om det skulle ha varit via en intervju. Pedagogerna som tog del av mitt material var personer som jag inte var bekant med innan studien och deras arbetsplatser kontaktades via telefon, då jag beskrev min önskan om att låta materialet ligga i fikarummet tillsammans med enkäterna samt ett kuvert där de som svarade kunde lägga sina åsikter om materialet. Efter fem dagar på varje förskola hämtade jag enkäterna och sammanställde pedagogernas åsikter. Materialet fanns ute på tre förskolor med olika inriktningar eller med varierad närhet till naturområden. För att pedagogerna lättare skulle ta till sig pärmen och bli intresserade av materialet bifogade jag en kort information om vem jag var och vad arbetet gick ut på (bilaga 2). En förskola valde att arbeta aktivt med materialet, och därför hade de pärmen i nio dagar, vilket blev en fyra dagar längre period jämfört med de andra två förskolorna.

Frågeställningarna jag hade som utgångspunkt i mitt arbete var:

1. Har naturen tillräckligt att erbjuda för att utveckla barnen inom de motoriska färdigheterna?
2. Kan naturen "hjälpa oss" pedagoger till att nå de uppsatta målen i läroplanen?

Med hjälp av dessa punkter fick pedagogerna koppla mitt arbete till sina erfarenheter och förväntningar utifrån det material jag samlat ihop.

2.3 Procedur

**Vårdnadshavares medgivande**

Först hade jag e-post-kontakt med min handledare angående den information som jag ville delge vårdnadshavarna till de berörda barnen. Därefter kontaktade jag förskolan där jag önskade genomföra mina öningar, och när även de godkänt mina planer så informerades vårdnadshavarna om mitt projekt, vilket var att arbeta med en barngrupp och ta del av deras reflektioner. Vårdnadshavarna informerades också att de hade möjlighet att avböja sitt barns medverkan, genom att meddela personal på berörda avdelningar (bilaga 1).

**Etiska förhållanden**

I mitt arbete framkommer det inte var jag valt att genomföra mina undersökningar eller vilka barn och pedagoger som deltagit. Förskolorna jag varit på beskrivs mycket sparsamt
eftersom jag endast ville se om svaren skiljde sig utifrån uttalade inriktningar på förskolorna eller utifrån hur de ligger i förhållande till skog och natur. De pedagoger som lämnat synpunkter på mitt arbetsmaterial förblir även de anonyma.

Då jag även informerat föräldrar om mitt arbete och bett dem avgöra deras barns medverkan i min undersökning om huruvida mitt arbetsmaterial stimulerar barn via lek och glädje och med skogens hjälp till större färdigheter inom balans och motorik anser jag att de fyra huvudkrav som vetenskapsrådet har på sin hemsida www.vr.se har beaktats.

Under rubriken procedur bör det framgå hur man rent praktiskt gått till vengeance för att samla in sitt datamaterial. Om man använt enkät bör man ange hur man administrerat den, hur eventuellt följebrief formulerats. Om man använt intervjuer bör man ange hur den genomförts; eventuellt introduktionsbrev, om det varit individuella intervjuer eller gruppintervjuer, om svaren spelats in på band. Samma gäller för observationer. Hur har man genomfört observationer o s v

2.4 Analysmetoder
Grunder till pedagogers svar

De pedagog som tog del av materialet och som skulle lämna åsikter om det var till stor del för mig okända människor, det kan ha bidragit till ärligare svar. Att personalen och jag var nya för varandra kan också ha bidragit till att så få pedagoger (12 av 34) valde att fylla i enkäterna som följde med det samlade materialet. Det är från undersökaren ett ställningstagande och en chansning man gör vid val av undersökningsmetod.

Att förskolorna hade olika möjligheter och intressen till naturen kan även det ha bidragit till att pedagoger svarar som dem gjort. Detta påpekar även en pedagog från en stadsförskola i en enkät. En annan pedagog (eller samma) påpekade att de på förskolan fått upp ögonen för vad de missar när de ligger så centralt utan natur.

Intressant är att av de som valt att fylla i min enkät är medeltiden hos pedagogerna på förskolan ganska hög, är de mer intresserade av att utvecklas och finner intresse att se möjligheter mer än deras yngre kollegor? Medeltiden som pedagogerna varit verksamma i på de tre förskolorna var 22,6 år.

Förhållanden vid genomförandet med barn


3 RESULTAT

3.1 Pedagogers åsikter om materialet

**Förskola 1**: kommunal förskola med stor närhet till skog och natur. På den här förskolan var det fem pedagoger av totalt elva möjliga som fyllde i enkäten. Pedagogerna på den här förskolan hade varit verksamma i 22, 23, 23, 24 och i 30 år. Här följer några av kommentarerna som de noterat i enkäterna:

- **Positivt:**
  

- **Negativt:**
  

- **Anser du att man kan uppnå mål ur Lpfö 98 med hjälp av materialet?**
  
  Alla deltagande pedagoger ansåg att man kan uppnå mål ur Lpfö 98 med hjälp av materialet.

- **Skulle du vara hjälpt av ett material som du läst i din pedagogiska roll?**
  
  Samtliga pedagoger svarade att de skulle vara hjälpta av materialet.

- **Övriga synpunkter:**
  
  Här hade ingen av pedagogerna något att tillägga.

**Förskola 2**: som var en kommunal förskola med i ur och skur inriktning. På den här förskolan var det totalt fyra pedagoger som fyllde i enkäterna, utav tolv möjliga. Pedagogerna hade varit verksamma i 6, 8, 30 och i 35 år. Här följer några av kommentarerna som de noterat i enkäterna:
• **Positivt:**
Boken kan vara till hjälp för dem som inte jobbar med naturen som vi gör (Pedagog 6). Trevlig bok (Pedagog 7). Stor variation (Pedagog 8). Många tips/förslag (Pedagog 9)

• **Negativt:**
  * Pedagog 6: Boken vänder sig till barn som är lite äldre t.ex. 6 år och uppåt (behöver ej vara negativt)
  * Pedagog 7: Om det gäller ett helt års, är det kanske för lite material…
  * Pedagog 8: Otydliga lekbeskrivningar, ibland
  * Pedagog 9: Svårt att förstå ibland, mer preciserat för äldre

• **Anser du att man kan uppnå mål ur Lpfö 98 med hjälp av materialet?**
  Alla pedagogerna ansåg att man skulle kunna uppnå mål ur läroplanen.

• **Skulle du vara hjälpt av ett material som du läst i din pedagogiska roll?**
  Samtliga pedagoger ansåg att de skulle vara hjälpt av materialet.

• **Övriga synpunkter:**
  * Pedagog 8: Kul att du försöker dig på att göra ett material som kan vara till hjälp om man vill jobba med utomhuspedagogik.
  * Pedagog 9: Dela in materialet efter ålder och ge tips om hur man kan anpassa det efter olika åldrar eller barn med handikapp.

**Förskola 3:** central kommunal förskola, utan närhet till skog och natur:
På den här förskolan var det totalt tre pedagoger som fyllde i enkätorna, utav elva möjliga. Pedagogerna på den här förskolan hade varit verksamma i 13, 24 och i 34 år.
Här följer några av kommentarerna som de noterat i enkätorna:

• **Positivt:**
  * Pedagog 11 & 12: Tanken är god, där man nyttjar naturens material.

• **Negativt:** -

• **Anser du att man kan uppnå mål ur Lpfö 98 med hjälp av materialet?** Alla pedagogerna ansåg att man skulle kunna uppnå mål ur läroplanen.

• **Skulle du vara hjälpt av ett material som du läst i din pedagogiska roll?** Av de som förstod frågan så var svaret ja.

• **Övriga synpunkter:** Pedagog 10: Vi hamnade i ett mellanläge, svårt att göra lekar knutna till hösten för vi åker ej till skogen mer och snön lyser med sin frånvaro.
3.2 Barnens reflektioner


**Dag 1:** När jag var ut i skogen den första gången var vi i storgrupp, totalt 11 barn och en pedagog. Övningen kunde ha lockat till sig många nyfikna ögon som också ville ta del av det som pågick vid sidan om deras lek, därför valde pedagogen och jag att fyra barn skulle stanna med mig medan de andra sju följde pedagogen en bit till. Vi började med att stanna till och fika från våra medhavda matsäckar samtidigt som jag pratade och beskrev det vi skulle göra. Barnen visade glada miner och hade många frågor om hur allt skulle gå till, så barnen var väldigt entusiastiska och engagerade i uppgiften. Alla fyra barnen i min grupp ville gärna gröpa ur potatisar och frukter för att göra små hålor där små djur kunde krypa in under natten. Därefter fick varje barn gömma sin frukt eller potatis, lägga några löv över och göra allt för att minnas var den låg till nästa dag.

**Vid genomförandet:**
Barn 1: *sccchhh.. vi måste vara tysta så att inte djuren hör oss, då kommer dom inte å äter.*
Barn 2: *I mitt äpple kommer det bara komma små maskar.*

**Figur 1:** visar hur barnen gömt en potatis under en sten.

**Figur 2:** visar hur barnen gömt ett äpple.

**Dag 2:** den här dagen gick jag ensam med de fyra barn som jag jobbat med under dag 1 till skogen. Tyvärr så var ett barn ledigt så vi jag hade tre barn med mig. När jag först kom till förskolan på morgonen blev de jätteglada, de hade väntat på mig, alla skyndade sig iväg för att få på sig kläderna. På vägen till skogen var det snabba steg som tog oss till målet, där barnen fick en varsin burk som de försiktigt lade ner sin frukt i. Därefter gick vi till en
parkbänk i ett bostadsområde där vi satt ner för att prata mer om de djur som vi fann, samt att rita av dem på papper som jag tagit med. Under vår diskussion åt vi frukt. I frukterna som barnen arbetat med under dag 1 fann vi sniglar, snäckor och ett djur som såg ut som en mygga men bara hoppade.

**Vid återbesöket:** Barn 2: *jag har flest djur i min frukt.* Barn 3: *men jag hade den minsta potatisen.* Barn 1: *jag ska rita en myra som dricker kaffe.*

Figur 3: visar ett äpple i burk, där finns även små djur.

Figur 4: visar en snäcka ihop med lite potatis i en burk.

Figur 5: visar en spindel i en burk.

Figur 6: visar en myra som dricker kaffe.
4 DISKUSSION
Här ställs en del författare mot varandra, i deras åsikter om barns utveckling inom motorik och balans. Vidare kan man läsa om värdefulla förhållningssätt när vi tillsammans med barnen är ute i skogen.

4.1 Litteraturdiskussion


I denna studie har jag visat att naturen har möjlighet att ge barnen variation av lekar och övningar för att stimulera dem till ökade färdigheter inom motorik och balans. Detta stöds
även av läroplanens mål. Om lekar och sanger kopplas till läroplanen blir det tydligt att språk, kroppsuppfattning och självkännesnodem blir naturligt utvecklade och mål blir uppfyllda.

Resultaten från enkäterna bland pedagogerna stöder i stora drag forskarsamhällets åsikter och det som har publicerats i vetenskapliga tidskrifter och annan litteratur. Enligt pedagogernas åsikter om utomhuspedagogik är det viktigt att ha ett stor, varierande arbetsmaterial att använda sig av när man ska ta med sig barnen ut för att utföra olika aktiviteter som kan vara stimulerande för barns motorik och balans.

4.2 Betydelsen av uteverksamhet för barns hälsa och motorik


4.3 Vad man bör ha i åtanke vid genomförandet av det samlade materialet

I stora drag kan man se att de lekar och rörelser jag valt att ha med i mitt lekmaterial är en kombination av många saker. Den vuxne bör ha ett riktigt sinne och se att de flesta övningarna ger träning inom alla de tre moment jag valt att beröra så vi ska inte stirra oss helt blinda och följa rubrikerna till pricka.


När man vistas ute mycket finns många saker att tänka och planera efter, framförallt säkerheten för gruppen. Att ha rätt kläder på sig gör många utevistelser avsevärt trevligare. För att lyckas bra här är det viktigt att ha ett nära samarbete med föräldrar så de är införstådda i våra mål och intentioner med det vi väljer att göra på förskolan. För att vara säker i naturen går man inte ut med fler barn än nödvändigt per pedagog, och man tar även hänsyn till rådande väderförhållanden. I åtanke bör också ligga att gruppen inte vandrar långt iväg på
okänd mark, att hitta vägen tillbaka är a och o för en lyckad utevistelse. Många frågor om naturen kan komma under utflykterna, förvänta det oväntade! Ha en flora och en fauna med för att lätta och tillsammans finna svar.

Skapa spänningsmoment! Gör utflykterna anpassade efter barnens utveckling och kunskaper.

Åldre barn kan klara av fler moment än de yngre. Tillsammans kan man grilla eller bara tända en mindre brasa, genom diskussion tillsammans kan man prova sig fram om man behöver samla ved eller om man tar det man behöver på plats. Lim, sax och andra hjälpmedel kan med fördel bäras med ut i skogen. Man behöver inte ta materialet till förskolan. Att fånga stunden är viktigt när man jobbar med barn.

Lek i naturen ska vara lustfyllt enligt mig, jag kan inte låta bli att fundera på barn och elever som inte tycker om idrott och gymnastik. Vad grundar det sig i? Skulle ökade motoriska färdigheter göra barnen säkrare i en idrottsmiljö? Det skulle vara intressant att forska vidare om barn med stort rörelsemönster och rörelsefrihet redan från tidig ålder föredrar idrott gentemot elever som inte övat sin motorik på ett från pedagoger medvetet sätt.

4.4 Diskussion över pedagogers respons på arbetsmaterialet

När en undersökning utförs (genom att pedagogerna fick fylla i enkäter) så blir det ett naturligt bortfall, även om jag personligen hade informerat största delen av personalen och även upplevt att de gärna hjälpde till med ifyllandet av enkäten. Det var därför inte oväntat att mer än hälften skulle välja att inte fylla i enkätarna. Man kan undvika vad det blev så, inte mycket av deras tid skulle gå åt samt att de hade möjlighet till att utveckla sig själva med ökade kunskaper och idéer.

Skulle en liknande undersökning göras igen känner jag ändå stor tillförlitlighet till just enkätvar och inte för många med sig ut som ensam pedagog är viktigt och en stor lärdom jag fick. Vid första tillfället vi var två pedagoger från förskolan med mig vilket var skönt då jag kunde koncentrera mig på min grupp. Vid det andra tillfället vi var två barn i skogen där naturen behövdes för ett genomförande.

4.5 Diskussion över barnens deltagande i arbetet

Barnen hade räknat med maskar och myror men tillsammans trodde vi att de blivit rädda när vi kom och smög sig snabbt därför. Barnen hade stor fantasi när de tecknade av djuren, jag känner att det är positivt att det ritar det som de "ser", inte precis som vi vuxna ser det. Barnen hade räknat med maskar och myror men tillsammans trodde vi att de blivit rädda när vi kom och smög sig snabbt därför. Barnen hade stor fantasi när de tecknade av djuren, jag känner att det är positivt att det ritar det som de "ser", inte precis som vi vuxna ser det. Övningen gick bra, barnen hade roligt och de utvecklades inom många områden, såsom balans, finmotorik, språklighet och turtagningskraft. En anledning att att så få djur kommit till fruktena och potatisarna kan ha varit att det var aningen för sent på hösten, övningen skulle nog provas tidigare under säsongen, kanske i september eller början av oktober nästa gång.

4.6 Hur har arbetet gått?

Det är oerhört många aspekter som bör beaktas innan man beger sig ut i skogen med barnen. Viktigt är att gruppens deltagare är anpassade efter övningen. Att inte ha för många med sig ut som ensam pedagog är viktigt och en stor lärdom jag fått. Vid första tillfället vi var två pedagoger från förskolan med mig vilket var skönt då jag kunde koncentrera mig på min grupp. Vid det andra tillfället vi var två barn jag och min arbetsgrupp som gick
tillbaka till samma plats som dagen innan. Jag hade alltså då fyra barn med mig. De var förväntansfulla och glada över att komma ut och se vad som hänt med vårt experiment.

Jag känner mig till viss del tillfreds över det antal pedagoger som valt att fylla i enkäterna till min materialpärm, de har hjälpt mig att hålla tids schemat genom att vara färdiga med det på den tid vi avtalat. Jag är positivt överraskad över att förskolor ställt upp så gladeligen på att hjälpa mig i mitt examensarbete trots att de inte har någon anknytning till mig. Så en stor eloge till förskolorna som ställt upp, med ett extra plus till er som lät så entusiastiska till att få prova materialet aktivt!

Mina frågeställningar anser jag ha blivit väl besvarade då både litteraturen samt pedagoger påvisat vikten av att vistas utomhus, samt att läroplanen tagit upp mycket som är positivt för barn när de vistas utomhus. Så med vilja och en läroplan kan vi hjälpa barn att få ökade färdigheter inom motorik och balans!
REFERENSER


REFERENSER TILL BALANS OCH MOTORIK ARBETET


www.lektipset.se 2009-10-01

www.naturskyddsföreningen.se 2009-10-01

http://www10.goteborg.se/tynnered/valen/naturstig/text15.html 2009-10-08


http://hem.passagen.se/henrikvoss/svampar/index.htm 2009-10-08

Mvh. Johanna Olsson

Undrar ni något annat, fråga personalen som kan skicka frågan vidare till mig. Är er önskan att ert barn inte deltar i momenten delge då detta till personalen innan onsdag v. 43.
Information angående den svarta pärmen:

Jag som lämnar ut min pärm heter Johanna Olsson och skriver mitt examensarbete på högskolan i Gävle. Pärmen som ni läser grundar sig på att lekarna däri ska stimulera barnens motorik och balans med hjälp av naturens olika årstider.

Enkätarna är väldigt öppna i svarsalternativ, detta för att ge er största möjliga chans till egna åsikter.

Åsikterna ni lämnar via enkätorna är och förblir helt anonyma, att ni är utvalda grundar sig på att pärmen ska ”besöka” flera olika förskolor som har antingen olika inriktningar eller hur den ligger benägen till skog och natur.

För att hinna sammanställa åsikter i en resultatdel samt lämna den vidare kommer jag att hämta pärmen och enkätorna efter ..................................................

Tack på förhand!

Johanna Olsson.
Bilaga 3.
Hur många år har du varit verksam inom förskolan? □

Vad anser du om materialsamlingen?

Positivt:__________________________________________________________________________

__________________________________________________________________________________

Negativt:__________________________________________________________________________

__________________________________________________________________________________

Anser du att man kan uppnå mål ur Lpfö 98 med hjälp av materialet?
□ JA □ NEJ

Skulle du vara hjälpt av ett material som det du läst i din pedagogiska roll?
□ JA □ NEJ

Övriga synpunkter:____________________________________________________________________

__________________________________________________________________________________

__________________________________________________________________________________

__________________________________________________________________________________

□

Tack för din medverkan!
Bilaga 4.

**Positivt:**

**Pedagog 1:** Bra med lite tips på olika aktiviteter. Grovmotorik, finmotorik o balans har du delat upp aktiviteterna i, kan vara bra. Lyfter även fram att barnens fantasi är viktig. Bra om man i ett arbetslag har olika intressen och tex du som är naturintresserad har sammanställt en sån här materialsamling. Det är en tillgång i arbetslaget/förskolan.

**Pedagog 2:** Bra åskådliggjort – lätt att ta till sig med uppdelningen av årstiderna.

**Pedagog 3:** Har tyvärr inte hunnit läsa hela pärmen men av det jag sett verkar det mycket positivt. Klara och tydliga instruktioner. Mycket bra att sidorna är laminerade så man kan ta med dem ut i naturen.

**Pedagog 4:** -Bra upplagt med årstider, -vackra bilder som inspirerar, -bra med underrubrikerna, grov, finmotorik och balans. –bra med basfakta på slutet av pärmen.

**Pedagog 5:** Mycket tilltalande. Bra lekar. Snyggt.

**Pedagog 6:** Mycket av övningarna har jag provat själv med barn. Boken kan vara till hjälp för dem som inte jobbar med naturen som vi gör. De kan få mycket idéer från boken.

**Pedagog 7:** Trevlig bok, visa lekar har man provat tidigare och visa var nya.

**Pedagog 8:** Stor variation

**Pedagog 9:** Många tips/förslag

**Pedagog 10:** Få lite nya ”inputs” till aktiviteter ute. Även bra att få ett sammanhang – ute – bra för hälsan – roligt och lätt.

**Pedagog 11 & 12:** Svårt att säga då tiden varit lite väl kort för att hinna sätta sig in i materialet. Tanken är god, att lägga upp ett material som är anpassat efter olika årstider och där man nyttjar naturens material.
Negativt:
Pedagog 2: Kanske komplettera med olika sånger anpassade till varje årstid?
Pedagog 3: -
Pedagog 4: Kanske jag saknar passande sånger och ramsor som passar till övningarna. (Det är det enda jag kan komma på.)
Pedagog 5: -
Pedagog 6: Boken vänder sig till barn som är lite äldre tex 6 år och uppåt. (behöver ej vara negativt).
Pedagog 7: Riktar sig mest till äldre barn (inte negativt för det). Om det gäller ett helt års, är det kanske för lite material…
Pedagog 8: Otydliga lekbeskrivningar, ibland.
Pedagog 9: Svårt att förstå ibland mer precicerat för ålder.
Pedagog 10: Att vi som är en stadsförskola och inte har så lätt och nära till naturen med bra material. Våran gård kan inte erbjuda så mycket. Tiden var även för kort för att hinna prova mera.
Pedagog 11: -
Pedagog 12: -
Anser du att man kan uppnå mål ur Lpfö 98 med hjälp av materialet?
Pedagog 1: Ja
Pedagog 2: Ja
Pedagog 3: Ja
Pedagog 4: Ja
Pedagog 5: Ja
Pedagog 6: Ja
Pedagog 7: Ja
Pedagog 8: Ja
Pedagog 9: Ja
Pedagog 10: Ja
Pedagog 11: Ja
Pedagog 12: Ja
Skulle du vara hjälp av ett material som du läst i din pedagogiska roll?

Pedagog 1: Ja
Pedagog 2: Ja
Pedagog 3: Vet ej, förstår inte frågan!
Pedagog 4: Ja
Pedagog 5: Ja
Pedagog 6: Ja
Pedagog 7: Ja
Pedagog 8: Ja
Pedagog 9: Ja
Pedagog 10: Förstår ej frågan
Pedagog 11: Ja
Pedagog 12: Ja
Övriga synpunkter:

Pedagog 7: till viss del...

Pedagog 8: Kul att du försöker dig på att göra ett material som kan vara till hjälp om man vill jobba med utomhuspedagogik. Jag tycker att det kanske var lite för stor spridning på övningarna om man tänker på vilken ålder de ska passa till. Skriv gärna ut vilken ålder övningen passar. Övningarna som är tagna ur annat material kan påvisas.


Pedagog 10: Vi hamnade i ett mellanläge, svårt att göra lekar som var knutna till hösten för vi åker ej till skogen mer och snön lyser med sin frånvaro för att kunna leka vinterlekar. Fick bli lite improviserat.
I naturen ökar våra färdigheter genom lek.
Ett samlat material av Johanna Olsson

Många av lekarna är en kombination av de olika momenten som jag valt att beröra, så var öppen och prova er fram.
vår

Grovmotorik
Ta sig över stocken: Var på en plats där det finns en stock (träd) på lagom hög höjd, där barnen kan träna att gå framåt, bakåt, krypandes, skuttandes osv. I denna övning tränar man även mycket balans.

Magläge: Ligg på din mage över en sten eller ett omkullfallet träd, balansera så du inte ramlar framåt eller bakåt.

Spindelns nät: Barnen får rita hur de tror att spindelns nät ser ut. Därefter tar de sina skisser, nya papper, penna och sprayflaska med sig i skogen. I skogen letar de efter spindelns nät, sprayar försiktigt vatten därpå och målar av igen, blev resultatet lika?

Finmotorik:

Sång: Imse Vimse spindel... klättrar upp för trån, ner faller regnet spolar spindeln bort. Upp stiger solen och torkar bort allt regn å Imse Vimse spindel klättrar upp igen.
Viktigt här är att man gör rörelserna till sången för att träna finmotoriken.

Kottkastning: kasta kottar mot ett mål, t.ex. en grop eller till varandra, kotten kan man försöka att fånga i sin mössa också.

Kasta macka: Samla platta stenar eller valfria material och låt barnen kasta dem i en sjö, kan man få dem att studsa på vattenytan?

Dofter: barnen söker efter olika bär och naturmaterial vilka de sedan luktar på, hur luktar de? Smakar de lika? Ge uppmaningar såsom att det ska dofta gott eller gammalt.

Balans

På lek - enkelt hopprep: Hoppa hopprep kan man göra på många sätt! Man kan svänga repet framåt, bakåt eller i kors och man kan hålla så det inte nuddar marken. Vill man kan man hoppa hur man vill själv eller följa ett program som detta "på lek":

Med höger ben över först
Med vänster ben över först
Jämfota med mellanhopp
Med armarna i kors
Håll repet med en hand och sväng det runt längs marken och hoppa över det.
Med korsade ben
På ett ben
På det andra benet
Varannan gång med höger och med varannan gång med vänster ben
Spring över repet

Hoppa över vinterns smältvatten i bäckar och pölar: För att göra det krävs träning och barnen som vistas i skog mycket utmanar sig själva och kan snart hoppa långt.

Balansera sittandes: sitt på ett träd eller en sten, variera din sittställning, t.ex. som en skräddare eller liggandes på rygg.

Sommar

Grovmotorik

Följ John: Följ John över stock och sten, endast fantasin sätter gränser för var barnen tar vägen.

Inte nudda mark: Klättra och hoppa mellan olika växter, stenar och stöckar utan att nudda marken.
Balansera en pinne: sitt ner och lägg en pinne över fotterna, lyft upp den med fotterna och snurra dig själv runt 360˚ utan att tappa pinnen.

Rulla: bind fast ett snöre mellan två träd eller lägg en lång smal pinne på marken. Rulla sedan under/på snöret/pinnen utan att rulla av.

Finmotorik
Båtar: Låt barnen samlar material i skogen till att göra egna båtar, låt deras fantasi flöda. Därefter kan man ta materialet till förskolan där man bygger sin båt. När båtarna är klara och torra efter målning och limning går man tillsammans till en bäck, fors eller dyl där barnen får släppa iväg sina båtar och se vad som händer. Här kan man tala om vattnet, varför vissa saker sjunker och varför vissa saker flyter, kanske något barn gjorde en båt av en platt sten?

Tavlor: ett barn eller en vuxen samlar naturmaterial och ”bygger” en tavla med det. Tavlan som nu ligger på marken får iaktas av de övriga barnen och därefter hämtar de material och försöker härma originaltavlan.

Blomsterkransen: plocka blommor tillsammans med barnen. Tillsammans hjälps vi åt att binda kransar som de kan bära på sitt huvud.


Burk i mark: barnen får gräva ner en glasburk i jorden så dess kant är i höjd med övrig mark. Tillsammans med barnen kan de få välja om de vill lägga ner något som lockar till sig djuren, äpple, potatis eller banan? Därefter placeras vi en större sten ovanpå några mindre så burken får ett tak utfall det börjar att regna under natten. Dagen efter gräver vi fram burken och målar av ”fångsten”.

Isbiten: Barnen får en varsin isbit, och får i uppgift att ha så stor bit som möjligt kvar efter 15 minuter. Det är fullt tillåtet att söka material som isolerar isbiten från värmen ute, dock är det intressant och se om barnen själva kommer på idén.
Plocka isär en kotte: se hur den är uppbyggd, klästra “bladen” på ett papper och bilda en tavla över något valfritt, måla med bär på samma eller en annan tavla. Samla pinnar och bind ihop till en ram till sin kott tavla.

Avtryck: Måla av fotspår av djur som vi finner eller andra spår som visar att djur har varit på platsen.

Balans


För att variera leken eller om det är väldigt många barn som är med kan man välja att ha fler antal Vinter och eller Sol.

Hinderbana: Med enkla hjälpmedel såsom rep, rockringar, pinnar och sand kan man konstruera sin egen hinderbana.
Höst

Grovmotorik
Göm dig för trollet: en vuxen klär ut sig till ett troll, gömmer sig. Sedan ska barnen finna 10 gömda föremål i skogen innan de blir upptäckta av trollet. Platsen måst innehålla flera gropar, träd odyl. Som barnen kan gömma sig bakom och under på deras väg genom trollets land. Ytan kan vara cirka 200x200m.


Hare: hoppa som en hare över stock och sten.
Löv: kratta löv och samlar i en stor hög. Sedan är det bara att hoppa och röra sig fritt.

Finmotorik

Gör en höstgirland:
plocka fina saker som tråd. Det kan vara rönnbär eller löv. Det eller att hänga upp!

Myror med fingrarna

Balans

Balanslek på rep!

Lägg en lång pinne, eller flera korta efter varandra. Därefter får alla barn ställa sig på pinnen med båda fotterna. Sedan kan barnen få olika uppgifter tilldelade sig, såsom t.ex. ställ er i längdordning med den som är längst, längst till höger på pinnen. Medan barnen utför uppgiften får de endast släppa en fot från pinnen.

Plocka bär och svamp.

Hoppa efter frukter och kottar. Av det insamlade materialet kan man plocka isär och undersöka kärnor och frön, att smaka på ger en föraning om vad som är gott och om vad som är mindre gott.

Hur många frukter: Plocka tillsammans med barnen exempelvis frukt eller annat naturmaterial. Ett barn får ligga ner medan de andra barnen lägger materialet ute efter det liggande barnet och ser hur många frukter lång hon är. Om man använder blad, blir resultatet varierande beroende på vilken sorts blad man använder till samma barn?
Vinter

Grovmotorik

Hinderbana: tillsammans med barnen bygger vi en hinderbana, vi kan klä stenar, träd med snö som man sedan ska klättra över eller under, kanske några vill bygga en häst som man ska ta sig över. För att göra banan tydlig målar vi snön och figurerna vi gjort. (man blandar färg på tub med vatten och har i sprayflaskor).

Spring i djupsnö: Pulsa fram, gärna i samband med en annan lek, exempelvis kull eller kom alla mina barn.
Hoppa sången: Hoppa, hoppa hoppa hoppa hoppa, jag känner att jag bara måste hoppa. Hoppa hoppa hoppa hoppa hoppa, aldrig aldrig aldrig kan jag stoppa hoppa. Hoppa hoppa hoppa hoppa hoppa hoppa hoppa hoppa hoppa...
Sången avslutas med att ett barn gör stopp tecken. (använder båda händerna och formar dem som ett liggande T).

Sök spår: gå ut när nysnö har fallit, undvik snöväder och blåst, se vilka djur som kan ha passerat inom ett område. Undersök om det varierar av arter på olika platser.

Finmotorik
Julfint: samla material under snön som fästes i snören, målas, dekoreras. De färdiga produktarna dekoreras ni en julgran på förskolan med, den får gärna stå ute och kanske det finns en ljusslinga att hänga i?

- Rita av den och beskriv för de andra hur den ser ut, vad har den för form?

Snöbollar: Forma snöbollar med händerna och bygg något, ett exempel är en snölykta. Eller kasta en snöboll mellan varandra medans man är i rörelse (t.ex. går).

Labyrinten: Tillsammans trampar vi upp en rund cirkel (en stig), därefter går man tvärsöver cirkeln tre gånger så att sex tårtsbitar bildas. Sedan försöker man fånga varandra, viktigt är att man bara får springa på stigarna.
Balans
Att gå på isen: först spark att hålla i, kanske man behöver ha en sedan en kompis, därefter kan man försöka att ta sig fram själv.

Skidåkning, skridskoåkning samt pulka/stjärtlappsåkning. Även att klättra i snöhögar.

Basfakta
Vatten

Nedbrytare

Spindlar
Trädens löv

Svampar
I de svenska skogarna finns många olika svampar, en bra tumregel är att inte plocka för dig en okänd svamp. Då man ska plocka svamp är det viktigt att ha stor kunskap, ät inget du inte är säker på. För att ingen information skulle bli fel i följande stycke om svampar så är allt citat (vilka som är ätbara och vilka som är inte) ifrån: http://hem.passagen.se/henrikvoss/svampar/index.htm

Ätbara svampar:

Kantareller
Kantareller är mer eller mindre trattformiga. De har inga riktiga skivor, utan sporena bildas på hattens undersida, som antingen är slät eller har rynkor eller åsar.

Alla kantareller och trumpetsvampar är ätliga och de flesta är uppskattade matsvampar.

Karljohan
Boletus edulis, har brun hatt och vita rör som så småningom blir gulgröna.

karljohansvampar, som är övervuxna av ett vitt eller gult mycel av soppsnylting.

**Ej ätbare svampar:**

**Spindlingar**

Unga spindlingar har en tunn slöja eller spindelvävsliga trådar mellan hattkanten och foten. När svampen växer spricker slöjan upp och bildar intorkade rester på foten, ofta brunfärgade av sporer.


De giftigaste arterna är brunaktiga och varken smakar eller luktar illa. Giftet försvinner ej vid avkokning!

**Flugsvampar**


Bär

Ätbara bär:

Blåbär, Lingon.

Hjortron, Björnbär

Hallon, Smultron