

Utomhuspedagogik - En aktivitetshandbok för pedagoger inom småbarnspedagogiken

Isabella Järvinen

Linda Schmidt

Examensarbete
Det sociala området
2022

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Det sociala området
Identifikationsnummer:	8679, 8680
Författare:	Isabella Järvinen & Linda Schmidt
Arbetets namn:	Utomhuspedagogik-En aktivitetshandbok för pedagoger inom småbarnspedagogiken
Handledare (Arcada):	Ann-Marie Rosenqvist-Berg
Uppdragsgivare:	Helsingfors Stad
<p>Sammandrag:</p> <p>Detta examensarbete är ett verksamhetsinriktat arbete med produktutveckling som metod. Arbetet behandlar leken som grund för utveckling och lärande med fokus på utomhuspedagogik. Arbetet är ett beställningsarbete av Helsingfors stad och ingår i projektet Hållbar småbarnspedagogik. Syftet med arbetet är att synliggöra betydelsen av lek och fysisk aktivitet inom småbarnspedagogiken med fokus på utomhuspedagogiken. Arbetets teoretiska referensram är det pedagogiska trädet och socialpedagogiskt förhållningssätt med fokus på delaktighet, gemenskap och meningsfullhet. Vid produktutveckling som metod har Salonens konstruktiva modell för produktutveckling använts. Modellen innehåller sju skeden: startskede, planeringsskedet, inledningsskedet, bearbetningsskedet, granskningsskedet, slutskedet samt en färdig produkt. Resultatet är en elektronisk handbok vars syfte är att erbjuda pedagogerna ett arbetsverktyg för att främja rörelse, lärande, delaktighet och gemenskap. Handbokens tyngdpunkt ligger på fysisk aktivitet samt ledda lek- och rörelsestunder för barnen i utomhusmiljön. Handbokens syfte är även att ge variation i utomhusleken och introducera olika gemensamma lekmöjligheter. Innehållet i handboken är skapat med grundtanken att det går att anpassa utifrån intressen, behov och möjligheter i omgivningen.</p>	
Nyckelord:	Småbarnspedagogik, leken, utomhuspedagogik, fysisk aktivitet, delaktighet, gemenskap, meningsfullhet.
Sidantal:	74
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	23.5.2022

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Bachelor of social services
Identification number:	8679, 8680
Author:	Isabella Järvinen & Linda Schmidt
Title:	Utomhuspedagogik - En aktivitetshandbok för pedagoger inom småbarnspedagogiken
Supervisor (Arcada):	Ann-Marie Rosenqvist-Berg
Commissioned by:	City of Helsinki
<p>Abstract:</p> <p>This is a vocationally oriented thesis work with product development used as the method. The work is commissioned by the City of Helsinki and is part of the project sustainable early childhood education. The aim with this thesis is to highlight outdoor pedagogy and the effect of children's play on their development and learning, as well as the importance of outdoor play and physical activity in the early childhood education. Our theoretical frame of reference is the pedagogical tree and social pedagogy approach focused on participation, unity, and meaningfulness. Salonens constructive model for the product development was used. The model includes seven stages: starting stage, planning stage, initiation stage, processing stage, review stage, finalizing stage and the finished product. The result is an electronic manual pedagogues can utilize to emphasize learning through physical activity, participation, and the feeling of unity. The focus of the manual is physical activity through guided play sessions in an outdoor environment. The manual also provides ways to variegate and introduce new shared activities. The content of the manual is designed to be flexible to children's interests, needs and opportunities in the surrounding environment.</p>	
Keywords:	Early childhood education, outdoor pedagogy, play, physical activity, participation, unity, meaningfulness.
Number of pages:	74
Language:	Swedish
Date of acceptance:	23.5.2022

INNEHÅLL

1	Inledning.....	6
2	Syfte.....	7
3	Bakgrund.....	7
3.1	Leken som grund för lärande	8
3.2	Fysisk aktivitet	8
3.3	En bra lekledare	9
4	Tidigare forskning	10
4.1	Vetenskapliga artiklar	10
4.2	Lekens betydelse.....	13
4.3	Utomhuspedagogik.....	13
5	Grunderna för planen för småbarnspedagogik	13
5.1	Lärmiljöer inom småbarnspedagogiken	14
5.2	Pedagogernas roll	15
6	Teoretisk referensram	15
6.1	Det pedagogiska trädet	16
6.2	Socialpedagogiskt förhållningssätt	17
7	Metod.....	18
7.1	Produktutveckling	19
7.2	Arbetsprocess.....	21
7.3	Processdagbok.....	21
7.4	Bearbetning av data	22
8	Etiska aspekter	22
9	Resultat	23
9.1	Beskrivning av produktutvecklingen	24
9.2	Den färdiga produkten	26
10	Diskussion.....	27
10.1	Egen utvärdering	27
10.2	Respons på den färdiga produkten	28
	Källor	30
	Bilagor	33

Figurer

Figur 1. Det pedagogiska trädet (Pihlgren 2016)

1 INLEDNING

Examensarbetet är ett beställningsarbete från Helsingfors stad och ingår i projektet hållbar småbarnspedagogik inom temat leken som grund för utveckling och lärande. Arbetet är ett verksamhetsinriktat examensarbete med produktutveckling som metod.

Vi har valt att skapa en produkt i form av en handbok med fokus på utomhuspedagogiska aktiviteter. Genom tidigare forskning och litteratur vill vi synliggöra betydelsen av utomhuspedagogik, barnens fysiska aktivitet samt betydelsen av miljö och lek som grund för lärande. Vi har valt att fokusera på utomhuspedagogiken och på ledda rörelsestunder för barn inom småbarnspedagogiken som bedrivs i utomhusmiljön. Aktiviteterna i handboken är utvalda med grundtanken att de främjar rörelse, lärande, delaktighet samt gemenskap. Med hjälp av handboken vill vi skapa ett arbetsverktyg för pedagogerna. Vi hoppas att handboken kan fungera som ett stöd vid de gemensamma utomhus lek- och rörelsestunderna inom småbarnspedagogiken. Handbokens syfte är även att ge variation i utomhusleken och introducera olika gemensamma lekmöjligheter för barnen. Handboken går att anpassa utifrån intressen, behov och möjligheter i omgivningen.

Fasten (2019 s. 164) skriver om barns ökande stillasittande, då allt fler barn har en ökad skärmtid inomhus och en lösning som med jämna mellanrum lyfts fram är utevistelsen. Han skriver att utevistelsen är en viktig del vid att öka på barns fysiska aktivitetsnivå. När barnen är ute och leker rör de på sig allt mer. Utevistelsen ökar på den fysiska aktiviteten och mångsidiga utemiljöer ökar rörelsen ytterligare.

Genom att barnen får röra på sig utvecklas de motoriska färdigheterna, minnet förbättras, kreativiteten förstärks, självbilden stöds och det medför glädje. Det är betydelsefullt att inom småbarnspedagogiken skapa känslan av att alla kan och har rätt att röra på sig, eftersom den motoriska rörelseidentiteten bildas redan i 3-års åldern. Inom småbarnspedagogiken rekommenderas det tre timmar rörelse för barn, av vilken en timme bör vara ansträngande samt fartfylld motion. (Folkhälsan 2021)

2 SYFTE

Syftet med handboken är att skapa ett konkret arbetsredskap som främjar utomhuspedagogiken samt fungerar som ett stöd för pedagoger inom småbarnspedagogiken. Målsättningen med examensarbetet är alltså att synliggöra betydelsen av rörelse och fysisk aktivitet inom småbarnspedagogiken samt att skapa ett utomhuspedagogiskt programinnehåll med fokus på delaktighet, gemenskap och rörelse. Innehållet är barncentrerat och önskas motivera barnen att delta, röra på sig och lära sig genom leken. Skribenterna har en lång arbetserfarenhet inom småbarnspedagogiken och anser därför att ett konkret arbetsredskap kunde gynna både barn och personal. Skribenterna önskar att handboken har ett mervärde för verksamheten inom småbarnspedagogiken och hjälper personalen att vidareutveckla utevistelsen i vardagen.

3 BAKGRUND

I detta kapitel har vi valt att lyfta fram barns behov av utevistelse, leken som grund för lärande, betydelsen av fysisk aktivitet och kännetecknen för en bra lekledare. Vi har valt dessa eftersom vi anser att de är betydelsefulla faktorer för vårt arbete och fungerar som grundstenar för handboken.

Barn på daghem har ett stort behov av utevistelsen, både inom den lärande verksamheten och inom den fria leken. Utomhusmiljön förutsätter goda möjligheter för barnet att utveckla de grovmotoriska färdigheterna och att stimulera alla sina sinnen. När barnen ges möjlighet att vara ute i naturen, lär de sig mer om naturen. Det skapas en förståelse kring miljön och biologi. Denna kunskap kan barnen även ta med sig till skolan. Daghemsgården ger även goda förutsättningar för den lärande verksamheten och för leken. Likaså ger en mångsidig miljö förutsättning för rörelse. Gården bör vara mångsidig och anpassas för barnen med till exempel sandlådor, gungor, klätterställningar, gräsmattor och asfaltgångar att springa på. Daghemsgården är också en betydelsefull plats där barnen kan vara i socialt samspel med andra barn och vuxna. (Lärande lek i utemiljö 2011 s. 6 – 8)

3.1 Leken som grund för lärande

Enligt Helsingfors plan för småbarnspedagogik har lekkulturen långa traditioner i Helsingfors och bör skyddas även i framtiden. Leken är en viktig del gällande barnets lärande i småbarnsåldern. Via leken lär sig barnet mångsidiga färdigheter och inskaffar kunskap. Leken medför även glädje och motivation till lärande. Inom småbarnspedagogiken bör pedagogerna observera lekens pedagogiska innebörd för barnets helhetsmässiga välbefinnande, utveckling och lärande. Personalen och barnen bör få känna glädje genom att göra och leka tillsammans, både inom- och utomhus. Alla inom gemenskapen ska inspireras att tillämpa sin uttrycksförmåga, kreativitet, fantasi och uppfinningsrikedom. Det är viktigt att barnet ges tid, lugn och ro för att uppleva, utforska och hitta på lekar. Lekens kvalitet är även betydelsefull. Lekmiljöerna bör utvärderas och utvecklas tillsammans med barnen samt utifrån barnens intressen och behov. (Planen för småbarnspedagogik i Helsingfors 2019 s. 23 – 24)

Genom leken övas även de sociala färdigheterna och det sociala samspelet. Via leken ges barnen möjlighet att lära sig sociala regler och utveckla den egna känslohanteringen. Barnen ges även möjlighet att ta hänsyn till andra samt att öva på turtagning, problem- och konfliktlösning. Ramsor, sånger och ordlekar utvecklar språkfärdigheterna kan kompletteras via leken. Med hjälp av leken stärks den positiva atmosfären och gemenskapen. (Planen för småbarnspedagogik i Helsingfors 2019 s. 23 – 24)

3.2 Fysisk aktivitet

Undervisnings- och kulturministeriet (2021) skriver att för barn i dagisåldern rekommenderas det tre timmar fysisk aktivitet per dag, varav en timme skulle vara rask och ansträngande fysisk aktivitet. Undersökningar har visat att över 90 % av barnen har nått rekommendationerna för mängden fysisk aktivitet, alltså tre timmar om dagen, men endast 46–85 % av barnen nådde rekommendationen gällande en timmes rask och ansträngande aktivitet. Sääkslahti (2018 s. 130) påpekar att med rekommendationen för mängden fysisk aktivitet menas inte en aktivitetsstund som varar minst 3 timmar, utan att den rekommenderade aktivitetsnivån nås under dagen genom flertal kortare aktivitetsstunder.

Sääkslahti (2018 s. 123) skriver att forskarna har redan länge haft en oro kring barns fysiska aktivitetsnivå. Fysisk aktivitet är en förutsättning för barns normala fysiska uppväxt och utveckling. Likaså genom fysisk aktivitet ger det pedagogerna en naturlig möjlighet att främja barns psykiska utveckling. Fysisk aktivitet främjar även de kognitiva förmågorna och de motoriska färdigheterna. Utöver främjande av utvecklingen påverkar fysisk aktivitet även barns hälsa och det vardagliga välmående. Tillräckligt fysisk aktivitet förebygger även övervikt och minskar risken för sjukdomar som diabetes samt hjärt- och kärlsjukdomar. Tillräcklig fysisk aktivitet har alltså en stor betydelse gällande barns utveckling och välbefinnande.

3.3 En bra lekledare

Aulio (2009 s.14) skriver att en bra lekledare kännetecknas bland annat som entusiastisk, rättvis och hänsynsfull. En bra lekledare håller koll på lekreglerna och förutser när det är dags att avsluta leken. Lekledaren påbörjar och avslutar leken.

För att lekledaren ska kunna hantera oväntade händelser och tolkningsfrågor, är det väsentligt att lekledaren är bekant med leken. Innan leken sätter i gång är det betydelsefullt att lekledaren går igenom reglerna klart och tydligt och försäkrar att alla deltagare förstått reglerna. Vid nya lekar eller lekar med flera regler kan det vara bra att ”provleka” och att gå igenom reglerna ett flertal gånger. Det är viktigt att lekledaren själv är ivrig över lekarna eftersom detta kan påverka deltagarnas iver och vilja att delta. Lekledarens ansvar är att försäkra att reglerna följs och att det inte förekommer farosituationer. Ifall det skulle förekomma farosituationer, är det på lekledarens ansvar att avbryta leken. Lekledaren bör vara rättvis och inte favorisera någon. Lekledaren avslutar leken vid rätt tidpunkt som ofta är då leken ännu anses vara rolig. Ifall deltagarna inte visar intresse för en lek eller vill avsluta leken, är det bäst att avbryta leken i stället för att pressa att slutföra leken. Ifall det är frågan om en tävlingsinriktad lek, bör dessa inte avslutas mitt i allt, eftersom detta kan betraktas som orättvist mot dem som inte fått slutföra sin del. (Aulio 2009 s.14)

En lekledare kan uppmuntra en grupp att leka även då gruppen upplevs vara passiv. Då lönar det sig att locka med några ivriga deltagare som de andra kan ta modell av, vilket

ofta kan styra upp leken. Lekar kan modifieras och anpassas enligt deltagarnas intressen och ifall deltagarna tappat intresse för den ursprungliga leken. En bra lekledare hittar sätt att utvidga leken enligt deltagarnas intressen. (Aulio 2009 s.14)

Inom småbarnspedagogiken kan både barn och vuxna fungera som lekledare, men ofta då det är frågan om en ny lek eller att uppehålla intresse hos deltagarna, kan barnen behöva vuxnas hjälp. Likaså kan det behövas vuxet stöd vid att uppfölja lekreglerna.

4 TIDIGARE FORSKNING

Skribenterna har använt sig av en mångsidig litteratur som involverar vetenskapliga artiklar, böcker och elektroniska källor. I denna litteratursökning har skribenterna använt sig av databaser EBSCO och Sage som är tillgängliga för Arcadas studerande. Google Scholar användes även. Som sökord använde skribenterna följande: Utomhuspedagogik inom småbarnspedagogiken, Physical activity outdoor environments, Childrens play AND kindergarten, Physical activity in outdoor environments AND kindergarten, Children playing outside, Increasing physical activity in childcare, Children play and development, play and outdoor environment, physical activity AND preschool AND outdoor, physical activity AND children AND kindergarten, childrens outdoor play, fysisk aktivitet och lasten fyysinen aktiivisuus.

Skribenterna gjorde en avgränsning genom att använda artiklar som var peer reviewed och genom att fokusera på litteratur som behandlar lekar och aktiviteter som bedrivs i utomhusmiljön.

4.1 Vetenskapliga artiklar

Bjørgens (2016 s.1) studie påvisar att det finns vissa kännetecken för den fysiska utomhusmiljön som är viktiga för barnens inspiration och förutsättningar för den fysiskt aktiva leken. I studien beskrivs dessa som de ”sju C:na” som är “*character, context, connectivity, change, chance, clarity och challenge*”.

De sju C:na relaterar till egenskaper (*Character*) för den fysiska omgivningen, egendom, känslor och intryck av sådant som upplevs i omgivningen (som exempelvis ljud,

ljus, färger, mjuka och hårda ytor) som kan ha en påverkan. Kontexten (*Context*) involverar lekplatsens fysiska och visuella samhörighet med omgivningen, lekplatsen samt i relation till olika närmiljöer. Anknytning (*Connectivity*) hänvisar till relationer, både fysiska och visuella. Lekplatsen ger utrymme för mer förståelse för omgivningen och möjligheten för rörelse. Ändringar (*Change*) relaterar till hur lekplatsen tolkas och används genom olika årstider, över årets lopp och i olika åldrar. Möjlighet (*Chance*) refererar till möjligheterna barnen har för att vara kreativa, skapande och lämna avtryck med hjälp av olika element såsom sand, vatten, lera, snö och is. Tydligheten (*Clarity*) av miljön relateras till barnens syn och idéer på användbarheten av miljön. Termen utmaning (*Challenge*) hänvisar till hur lekplatsen ger möjlighet för fysiska och kognitiva utmaningar och risktagande. (Bjørgens 2016 s.1)

Resultatet av studien påvisar även att sociala möjligheter, tillfällen och socialt umgänge har det största inflytande på längden av den fysiskt aktiva leken. Välbefinnande och engagemang i fysisk lek hos barn i 3 - 5 års åldern är skapade genom frihet att agera, sociala relationer och genom utmaningar och möjligheter för variation i utomhusmiljön. Behovet av kunskap kring de sociala och fysiska möjligheterna vid utomhusmiljön samt betydelsen av utevistelsens innehåll bör ges större uppmärksamhet inom småbarnspedagogiken. (Bjørgen 2016 s. 1–2)

Olumni m.fl. (2012 s. 431 - 432) tar fasta på betydelsen att förstå barnens perspektiv kring deras omgivning, eftersom den kan skilja sig från de vuxnas syn på omgivningen. Detta bör beaktas i både forskning och i praktiken. Städerna växer utan att nödvändigtvis beakta barns sociala behov. Barnen spenderar alltmer sin fritid framför Tv:n och allt mindre i icke-fysiska aktiviteter. Barnens sociala förhållanden är bristfälliga. Detta leder till att barn har mindre möjligheter att uppleva omgivningen runt omkring sig.

I studien undersöktes skillnaden mellan barn och vuxna vid användning av utomhusutrymmen samt miljöegenskaper för barnvänliga utomhusutrymmen. Studien påvisade att barnets interaktion med omgivningen har en stor betydelse, eftersom detta påverkar personlighetsbildningen samt barnets mentala och fysiska tillväxt. Eftersom barnen ser världen på ett annorlunda sätt än vuxna, är det betydelsefullt att skapa bekväma, trygga, tillgängliga, lockande och kreativa platser som har tyngdpunkten på barnets psykiska och fysiska tillväxt. En lämplig plats för barn i utomhusmiljöer karaktäriseras av skalan,

bekvämligheten, säkerheten, sällskapligheten, tillgängligheten och variationen. (Olumni m.fl. 2012 s. 438)

Szczepanski (2013 s.3) lyfter i sin forskning fram platsens betydelse för lärande och undervisning utifrån ett utomhuspedagogiskt perspektiv. Likasom Hughes (1990) påvisar även Szczepanski (2013) studie att möjligheterna till en mångsidig miljö med skog och natur är betydelsefullt medan parker, byggda redskap och industriella landskap inte ses som relevanta utifrån ett lärande syfte. Han lyfter även fram att lärandets innehåll bör anpassas enligt platsen, oavsett om det är inom- eller utomhus. I studien påpekades aspekter kring platsens betydelse som bland annat vikten att upptäcka mångsidiga lärmiljöer, att främja växelverkan mellan olika lärmiljöer och att skapa variation i lärmiljöerna.

Jämsen m.fl. (2013) forskade kring den fysiska aktiviteten hos 3–4 åringar. Forskningen redogör för skillnader mellan daghem, årstider och pedagogernas uppmuntring i samband med den fysiska aktiviteten. Studien påvisade att årstiden hade en stor betydelse vid barnens aktivitetsnivå. Studien påvisade även att pedagogerna sällan uppmuntade barnen till fysisk aktivitet, även då barnens aktivitetsnivå var högre vid uppmuntring. Forskningen lyfter fram olika metoder för att öka barnens fysiska aktivitetsnivå inom småbarnspedagogiken. Dessa kunde vara till exempel att öka användningen av skog och natur samt mer effektivt utnyttja årstiderna. Daghemmen kunde även variera på lek miljöerna genom att göra utflykter till närliggande skogar, lekparkar, bollplaner, idrottsplatser och sportplan.

Eftersom barnens aktivitetsnivå är högre utomhus än inomhus, kunde enligt Jämsen m.fl. (2013) en potentiell metod i att öka den fysiska aktiviteten vara att tillägga utevistelse dagligen. Eftersom utevistelsen som sker på daghemsgården ofta är fri lek, kunde den fysiska aktiviteten även ökas genom vuxenledd verksamhet och utelek. Detta kunde aktivera även de barn som självmant söker sig till icke-aktivets främjande lekar så som sandlådan. Jämsen m.fl. (2013) lyfter även fram att motionsstunder kombineras lätt med endast de stunder som sker i en gymnastiksal. Detta synsätt borde utvecklas så att daghemmets alla utrymmen kunde ses som en plats för fysisk aktivitet. Likaså borde material och redskap alltid vara tillgängliga för användning av barnen, för att uppmuntra till fysisk aktivitet.

4.2 Lekens betydelse

Hughes (1990 s. 58) lyfter fram lekens centrala betydelse för barns lärande. Detta inkluderar utvecklingen av de motoriska färdigheterna, kommunikationsfärdigheterna, problemlösning och logiskt tänkande samt utvecklingen av de sociala och emotionella egenskaperna. Han menar att rätten till en mångsidig och högkvalitativ lek är ett grundläggande behov som ofta förbises. Leken är grunden för lärande och påverkar utvecklingen. Hughes (1990 s. 58) beskriver att förutsättningar för en bra lekmiljö inte är en med dyra redskap, utan en lekmiljö där barnen kan vara kreativa och utveckla den egna lekmiljön samt en miljö som kan anpassas utifrån barnens intressen och behov.

4.3 Utomhuspedagogik

Szczepanski (2014 s. 25–26) beskriver utomhuspedagogiken som ett teoretiskt perspektiv och således är det en av dom få exemplen på hur pedagogiken kan beskrivas med ett uttryck som ger platsen för lärandet, nämligen var. Han benämner att behovet att skapa en lokal platskänsla samt utvidgandet av lärande rummet är viktigt. Detta eftersom exempelvis tv och internet medför begränsningar, vilket leder till att barnen inte känner till närmiljön lika väl. Han lyfter fram att platskänslan för närmiljön är viktigt i lärande och härmed kan barns motivation, lärande och hälsa utvidgas. För barnen är det betydelsefullt att skapa förutsättningar för lärande i samspel med rörelse och aktivitet som stödjer lärandet, då skapas också mer rörelseintensiva lek- och lärmiljöer. Platsen för lärandet samt den fysiska utomhusmiljön är centrala aspekter gällande utomhuspedagogiken.

5 GRUNDERNA FÖR PLANEN FÖR SMÅBARNSPEDAGOGIK

Grunderna för planen för småbarnspedagogik är en nationell föreskrift av Utbildningsstyrelsen i enlighet med lagen om småbarnspedagogik. Den är juridiskt bindande för anordnarna av småbarnspedagogik. Föreskriften har som uppgift att stödja och styra ordnandet, genomförandet och utvecklandet av småbarnspedagogiken. Grunderna för planen för småbarnspedagogik ska medverka i att verksamheten genomförs på lika grunder i hela landet och håller en hög kvalitet. Småbarnspedagogiken avser en målin-

riktad och systematisk helhet som består av undervisning, fostran och vård där pedagogiken ligger som tyngdpunkt. (Utbildningsstyrelsen 2018 s. 7–8)

Inom småbarnspedagogiken är det viktigt att inspirera barnen till att röra sig mångsidigt och känna glädje över att röra på sig. Den fysiska fostran inom småbarnspedagogiken ska vara barncentrerad, regelbunden, mångsidig och målinriktad. Barnen ska uppmuntras att vara ute, leka och röra på sig under alla årstider. Tillräcklig fysisk aktivitet främjar en sund uppväxt samt ger förutsättningar för en sund utveckling, lärande och välmående. Fysisk aktivitet inom småbarnspedagogiken innehåller olika rörelseaktiviteter och sätt att röra sig. Det kan handla om att leka inomhus och utomhus, göra utflykter i närmiljön samt att ta del i ledda rörelsestunder. Genom att röra på sig tillsammans utvecklas barnens sociala färdigheter. Inom småbarnspedagogiken är det centralt att utveckla barnens kroppskänedom och kontroll samt att utveckla de grundläggande motoriska färdigheterna, så som balans- och rörelseförmågan. Småbarnspedagogiken bör även erbjuda barnen erfarenhet kring olika rörelselekar, som till exempel gårdslekar. (Utbildningsstyrelsen 2018 s. 50)

5.1 Lärmiljöer inom småbarnspedagogiken

Inom småbarnspedagogiken ska lärmiljöerna främja lärande samt vara trygga och tillgängliga. Lärmiljöer kan vara lokaler, platser, gemenskaper, metoder, redskap och annat som stödjer barnens utveckling, lärande och kommunikation. Likaså utgör naturen, gården och lekparken lärmiljöer för den småbarnspedagogiska verksamheten. Lärmiljön omfattar de fysiska, psykiska och sociala dimensionerna. Lärmiljöerna ska även stödja barnens nyfikenhet och uppmuntra barnen att lära sig. När lärmiljöerna och verksamheten uppmuntrar barnen till lek, bekräftar den lekens betydelse för barnens välmående och lärande. Det är pedagogernas ansvar att utveckla arbetssätt och lärmiljöer som främjar till lek. Pedagogerna bör även vara observanta på faktorer som begränsar leken. Både barn och personal ska få uppleva glädjen i att göra och vara tillsammans. Varje medlem i gemenskapen ska uppmuntras till att använda sin uppfinningsrikedom, uttrycksförmåga, fantasi och kreativitet. Leken ska få plats att synas och höras. (Utbildningsstyrelsen 2018 s. 31, 33 - 34)

Lär miljön inom småbarnspedagogiken bör utformas så att målen för småbarnspedagogiken uppfylls. Lär miljöerna ska väcka intresse och på så sätt locka barnen till fysisk aktivitet, nyfikenhet och lek. Lär miljöerna ska även främja språk, skapande, rörelse och gemenskap. (Barnavårdsföreningen 2019)

5.2 Pedagogernas roll

Som pedagog bör man göra observationer gällande utveckling av barnets motoriska färdigheter, eftersom den ledda fysiska aktiviteten inom småbarnspedagogiken har en stor betydelse för barnets motoriska lärande samt utveckling. Pedagogen bör tillsammans med arbetskollegorna planera dagsstrukturen, verksamhetens innehåll samt utomhus- och inomhusmiljön, så att barnen har möjlighet att njuta av att röra på sig så mångsidigt som möjligt. Till pedagogens ansvar hör det att se till att redskapen är trygga och att de är tillgängliga för barnen så att de har användning av dem i lekar samt olika aktiviteter. (Utbildningsstyrelsen 2018 s. 50 – 51)

Pedagogerna inom småbarnspedagogiken bör ha kännedom kring lekens betydelse för lärande och välbefinnande. Likaså bör pedagogerna möjliggöra att barnet kan uttrycka sig kreativt och spontant. Barnen bör ges tid att utforska och leka aktiva samt fartfyllda rörelselekar. Pedagogen bör ha förmågan att handleda leken utifrån barnens behov och se till att alla barn får vara delaktiga i de gemensamma lekarna. Genom att pedagogen är psykiskt och fysiskt närvarande stöds kommunikationen bland barnen samt förebyggs konfliktsituationer. Barnens lek bör dokumenteras och iakttas. Genom att pedagogen observerar leken får hen kunskap om barnets intressen, upplevelser, känslor och tankar. Pedagogen kan använda sina observationer vid handledning och planering av leken, men också i den övriga verksamheten. Som pedagog är det betydelsefullt att man har yrkeskompetens, är lyhörd samt att man har ett genussensitivt förhållningssätt för att bemöta barnens lek på ett passande sätt. Pedagogen bör samarbeta med vårdnadshavarna och lyfta fram iakttagelser gällande leken. (Utbildningsstyrelsen 2018 s. 41 – 42)

6 TEORETISK REFERENS RAM

Skribenterna har valt att lyfta fram det pedagogiska trädet och socialpedagogiskt förhållningssätt som teoretisk referensram.

6.1 Det pedagogiska trädet

Det pedagogiska trädet ger en klar uppfattning kring de passiva och aktiva pedagogiska synerna samt lyfter fram olika teoretikers syner. Pihlgren (2016) lyfter fram att trädet innefattar tre skilda teorigrupperingar och är uppdelade i två separata träd, eftersom det finns avgörande skillnader då det gäller den pedagogiska inställningen.



Figur 1: Det pedagogiska trädet (Pihlgren 2016)

Delen till vänster, det vill säga den passiva delen beskriver individen som lat, undviker att lära sig och på så sätt vill inte kasta in sig i lärande. Vid den passiva pedagogiken står vuxenrollen starkt i fokus där pedagogen styr varje händelse och här följer barnen de vuxna. Pihlgren (2016) framför att denna pedagogik lärde man sig av förr i tiden och på så sätt kan man påstå att metoden är gammalmodig. Exempelvis handlade Pavlovs syn om att individen är passiv vid det egna lärande och därför behövs belöningar och bestraffningar för att locka individen att lära sig. Supernanny, alltså Jo Frost, befinner sig också i denna del då hennes auktoritet är stark och hon använder sig aktivt av belöningar och bestraffningar. (Pihlgren 2016)

Den aktiva delen består av två delar. I den mittersta aktiva delen befinner sig bland annat teoretiker som Steiner, Montessori och Fröbel. Här blir lärarrollen alltmer passiv eftersom barnet blir i fokus och barnen har en mer aktiv roll. Inom den aktiva pedagogi-

ken anses det också att människan vill lära sig. Inom denna pedagogik ansåg man att pedagogen kan inverka på lärandet genom att utmana lagom mycket. Det blir en alltmer komplex syn på lärandet och härmed måste pedagogen finna barnets mognadsnivå. Man ansåg även att barnet lär sig olika kompetenser då hen är mogen. Problematiken i detta var att ifall barnet inte visade ett intresse för något delområde, lärde sig barnet inte det. (Pihlgren 2016)

I den högra aktiva delen av det pedagogiska trädet befinner sig teoretiker som Reggio Emilia, Piaget och Vygotskij. Här blir lärarrollen alltmer aktiv, men även barnets roll i det egna lärandet är aktiv. Teoretiker anser här att barnet har en mognadsnivå, men också en proximal utvecklingszon, det vill säga en möjlig utvecklingszon. Det kan handla om att man har ledtrådar och att man förstår lite grann, men lyckas inte få ihop det på egen hand. Med hjälp av samspel tillsammans med andra barn och vuxna kan barnen hoppa i utvecklingszonen och uppnå en ny utvecklingsnivå. De vuxna kan påverka utvecklingen genom att beakta barnets individuella mognadsnivå. (Pihlgren 2016)

Examensarbetet grundar sig på en aktiv pedagogik där både vuxna och barn är aktiva. Genom att se barnens individuella färdigheter och utveckla dessa via socialt samspel, kan pedagogerna inom småbarnspedagogik främja och utmana barnens utvecklingsnivå.

6.2 Socialpedagogiskt förhållningssätt

Delaktighet inom småbarnspedagogiken kan för barnet betyda att ha möjlighet att påverka den dagliga verksamheten genom att exempelvis ta eget initiativ till varierande aktiviteter. (Utbildningsstyrelsen 2017 s. 4)

Varje barn har rätt att bli hörd och sedd. Dessutom skall varje barn få uppleva det egna samt andras värde. Verksamheten inom småbarnspedagogiken bör justeras efter barnen och härmed bör personalen ta hänsyn till barnens intressen, erfarenheter och egna åsikter vid planerandet av den dagliga verksamheten. Barnen skall också ges möjlighet till att vara aktivt med vid planerandet av verksamheten. (Utbildningsstyrelsen 2017 s. 5)

Inom småbarnspedagogiken bör verksamheten främja delaktighet. Pedagogerna bör skapa strukturer och arbetssätt som främjar barnens delaktighet och som skapar förstå-

else för ansvar, rättigheter, gemenskap samt konsekvenser av val. Genom att barnet och vårdnadshavarna deltar i genomförandet, utvärderingen och planeringen av verksamheten förstärks också delaktigheten. (Utbildningsstyrelsen 2018 s. 31)

Gemenskap inriktar sig på människans individuella upplevelse att vara delaktig i olika gemenskaper och härmed få känslan av att man tillhör dessa. Gemenskaperna kan bestå av exempelvis bekanta, vänner, släkt, föreningar eller genom att få känslan av att sammanföras med andra i gemensamma intressen. (Cederlund & Berglund 2017 s. 13 – 14)

Inom småbarnspedagogiken uppstår gemenskap, där både vuxna och barn lär sig från och med varandra. Inom en lärande gemenskap bör det finnas plats för olika känslor samt tankar. Pedagogerna och barnen skall spurras att öppet pröva nya tillvägagångssätt samt dela med sig av tankar. Inom gemenskapen bör man uppmuntras till att försöka, anstränga sig samt experimentera men det bör också vara acceptabelt att göra misstag. Delaktighet samt allt man gör tillsammans är faktorer som förstärker gemenskapen inom småbarnspedagogiken. (Utbildningsstyrelsen 2018 s. 30 – 31)

Med meningsfullhet menas den individuellas värdering av att inleda en förändring gällande sin egna livssituation. Med andra ord kan det beskrivas som en förutsättning för motivation. (Cederlund & Berglund 2017 s. 14) Verksamheten inom småbarnspedagogiken ska utforma en helhet som är meningsfull för barnen och som ger barnen möjlighet till framsteg i det egna lärandet. (Utbildningsstyrelsen 2018 s. 39)

7 METOD

Detta examensarbete är ett verksamhetsinriktat arbete och metoden är en produktutveckling. I arbete har skribenterna valt som produkt att göra en handbok för pedagoger inom småbarnspedagogiken. Examensarbetet är en skriftlig presentation av projektet vars resultat är en produkt. Det verksamhetsinriktade arbetet ska vara mer än endast en produkt, arbetet ska även vara en övergripande beskrivning där utvecklingsverksamheten, yrkesbunden professionalitet, yrkeshögskolans innovation och skribenternas egna lärdom förstås. För att produkten i ett verksamhetsinriktat arbete ska vara läsvänlig, bör skribenterna satsa på utseendet, läsbarheten och åskådligheten. (Salonen 2013 s. 25)

7.1 Produktutveckling

I detta kapitel kommer vi att beskriva produktutveckling. Salonen (2013 s. 25) skriver att genom produktutveckling utformas ett resultat som innehåller inte enbart information, utan en tjänst, en produkt, en handbok, en modell, ett arbetssätt eller någon annan innovation, som är en förbättrad version eller något helt nytt. Vilka & Airaksinen (2003b s. 9 - 10) instämmer med detta och skriver att ett verksamhetsinriktat arbete kan innebära en form av anvisningsmaterial eller ett evenemang som till exempel en utställning. Arbetet eller produkten kan även innebära något konkret som en broschyr eller handbok, som stödjer yrkespersoner i praxis. Syftet är att skribenterna blir experter på det valda ämnesområdet och att arbetet är professionellt samt praktiskt användbart. Det valda ämnet bör även vara aktuellt och relaterat till det egna yrkesområdet.

I arbetet har skribenterna använt sig av Salonen (2013) konstruktiva modell. Modellen innehåller sju skeden: startskedet, planeringsskedet, inledningsskedet, bearbetningsskedet, granskningsskedet, slutskedet och en färdig produkt. (Salonen 2013 s. 17 – 19)

Startskedet

I startskedet kommer idén av produkten fram. Det är den “drivande kraften” för hela verksamhetsinriktade arbetet. Detta skede innehåller en preliminär utvecklingsuppgift, ett uttryckt utvecklingsbehov samt verksamhetsmiljön och tanken om de inblandade aktörerna samt deras engagemang i arbetet. I inledningsskedet är det viktigt att diskutera tillsammans kring de aspekterna som har betydelse i att lyckas med arbetet. (Salonen 2013 s. 17)

Planeringsskedet

I planeringsskedet görs en utvecklingsplan för projektet var bör framkomma målsättningar, datainsamling, material samt dokumentationsmetoder. Även då arbetet planerats noga, blir dessa faktorer alltmer precisa under arbetsprocessen. (Salonen 2013 s. 17)

Inledningsskedet

Efter utvecklingen av produkten i planeringsskedet förflyttas examensarbetets producenter till “fältet”, det vill säga till den omgivning där det verkliga arbetet förverkligas. I praktiken kan detta skede vara tidsmässigt kort och handla om att organisera arbetsprocessen. (Salonen 2013 s. 17)

Bearbetningsskedet

Bearbetningsskedet är det näst viktigaste skedet efter planeringsskedet. I detta skede arbetar aktörerna i praktiken dagligen mot ett gemensamt överenskommet resultat. Bearbetningsskedet anses vara det mest krävande och tidskrävande skedet. Här realiseras alla bidragande faktorerna av utvecklingsprojektet, såsom exempelvis materialet (vilken information som behövs för att stödja utvecklingen) samt dokumentationssätten (hur de producerade materialen beskrivs). För de personer som är ansvariga över arbetet är detta skede det viktigaste med tanke på det yrkesmässiga lärandet. Vid bearbetning aktiveras flera yrkesmässiga kvalifikationer bland annat ansvarsfullhet, planmässighet, växelverkan, självständighet samt uthålligheten. (Salonen 2013 s. 18)

Granskningskedet

Granskningskedet kan anses ingå i alla skeden. I detta skede bedömer skribenterna produkten och antingen återför den till bearbetningsskedet eller går vidare till slutskedet. (Salonen 2013 s. 18)

Slutskedet

Slutskedet kan ta förvånansvärt lång tid, därför bör man reservera god tid till detta skede. Detta skede anses också vara krävande, vilket kan komma som en överraskning för många. Skedet upptar skribenterna eftersom man bör slutföra både produkten och arbetet. Dessa aspekter bildar tillsammans det verksamhetsinriktade examensarbetet. (Salonen 2013 s. 18)

Färdig produkt

Som en följd av utvecklingsprojektet skapas oftast en konkret produkt, till exempel en bok, broschyr eller modell. Här skiljer sig ett verksamhetsinriktat examensarbete från ett forskningsexamensarbete, vars målsättning är att skapa enligt forskningsreglerna information till arbetsgemenskapen, beställaren eller till skaparen själv. (Salonen 2013 s. 19)

7.2 Arbetsprocess

I ett verksamhetsinriktat arbete bör skribenterna svara på frågorna vad, varför och hur, redogöra för arbetsprocessen samt för eventuella slutsatser som tagits. Det är även betydelsefullt att skribenterna beskriver den egna utvecklingen under arbetsprocessen. (Airaksinen & Vilkka 2003b s. 65–67)

När skribenterna skriver på arbetet görs detta med hjälp av ett välfungerande samarbete. Skribenterna håller regelbundet kontakt och skriver både tillsammans samt delar upp ansvarsområden. Skribenterna bär eget ansvar för att följa överenskommelserna. Under arbetsprocessen har skribenterna aktivt bollat med tankar och idéer. Båda skribenterna har tagit ansvar vid hämtning av tidigare forskning och litteratur. Skribenterna har sedan tagit del av det material båda hittat. Skribenterna har läst, reflekterat och kritiskt granskat materialet och tillsammans fattat beslut kring användbara och relevanta källor. Skribenterna har skapat produkten tillsammans. Skribenterna har tillsammans fattat beslut gällande val av handbokens innehåll och layout. Skribenterna hittade ett nätbaserat gratis program, canva.com, där man kan skapa olika broschyrer och informationsblad. Sedan ansågs vara lämplig eftersom skribenterna anser att det är viktigt att handboken är visuellt lockande och att innehållet är relevant och lättläst.

7.3 Processdagbok

Under hela arbetets gång skriver skribenterna en processdagbok som fungerar som stöd samt ger en bra grund för arbetet. En processdagbok är ett personligt dokument för det verksamhetsinriktade examensarbetet som innehåller bland annat idéer, funderingar och målsättningar. (Vilkka & Airaksinen 2003a s. 41) För studerande rekommenderas det att man skriver hela processen på en gång och först därefter finslipar strukturellt samt språkligt den skriftliga delen. Denna rekommendation beror på att utifrån erfarenhet kan man inte endast från enstaka sidor dra slutsatser kring arbetets helhet och inte heller nå arbetets "röda tråd" från studerandes synvinkel. (Vilkka & Airaksinen 2003a s. 11)

Processdagboken är personlig och kan vara antingen i text- eller bildformat eller både och. Dagboken ska beskriva arbetsprocessens gång och fungerar som skribenternas

minne. Skribenterna ska välja en form av processdagbok som lämpar sig för dem. (Vilka & Airkasinen 2003b s. 19 - 20)

Processdagboken har varit ett gemensamt dokument och har under arbetsprocessen bestått av idéer, tankar och to do-listor. Dagboken har hjälpt skribenterna hålla koll på olika funderingar och på spontana idéförslag. Eftersom skribenterna skapar en produkt så medför det en hel del med brainstorming och förslag på produktens innehåll. Processen och tankeknölna är konstant i gång och det är lätt att tappa bort sig i idédjungeln. Processdagboken har verkligen fungerat som ett minne och det har varit enkelt att tillägga och vidareutveckla olika idéer samt att checka av arbetets delområden som slutförts.

7.4 Bearbetning av data

Skribenterna har studerat mångsidig litteratur samt granskat tidigare forskning kring ämnet. Ifall vi hittade litteratur som är äldre än 10 år, har innehållet kritiskt granskats och avgjorts ifall informationen fortfarande är pålitlig och relevant. Skribenterna har tillsammans samlat material på ett dokument och läst enskilt igenom materialet för att få en helhetsbild. Från det material som är på finska eller engelska har skribenterna tillsammans valt ut det centrala innehållet. Skribenterna har förhållit sig kritiska till materialet och tillsammans övervägt vad som används.

8 ETISKA ASPEKTER

Vid skrivande av examensarbetet har skribenterna följt Arcadas god vetenskaplig praxis som grundar sig på etiska riktlinjer utformade av forskningsetiska delegationen i Finland. Detta innebär att när examensarbetet skrivits har skribenterna iakttagit ärlighet samt varit noggranna och omsorgsfulla genom hela arbetet. Skribenterna har respekterat andra forskares och medstudenters arbeten samt resultat. Källorna har kritiskt granskats. Skribenterna har strävat till att göra en korrekt källhänvisning. (Forskningsetiska delegationen 2012 s.18)

Genom att följa en god vetenskaplig praxis är forskningen etiskt godtagbar, tillförlitlig och trovärdig. Det är även viktigt att förvara all data och information på ett säkert ställe.

Det är ytterst viktigt att skribenterna inte plagierar, fabricerar eller förfalskar. (Forskningsetiska delegationen 2012 s.18 - 21). Plagiering betyder att man stjälar någons annans skrivna text. Vid forskning innebär plagiering även att man använder någon annans tankar, uttryck eller resultat som ens eget. Bristfälliga hänvisningar, bortlämnande källor, påhittade exempel eller resultat betraktas även som former av plagiat. Dessa påverkar arbetets kvalitet och trovärdighet samt kan missleda andra forskaren. (Vilkka & Airaksinen 2003b s.78)

Jacobsen (2012) tar fasta på tre element som är centrala gällande etiska aspekter. Dessa aspekter är skydd av privatliv, informerat samtycke samt korrekt presentation av data. I detta arbete har det beaktats korrekt presentation av data, eftersom detta är ett verksamhetsinriktat arbete var det inte framkommer intervjuer eller samarbete med utomstående privatpersoner. Den teoretiska bakgrunden samt det data som samlats från tidigare forskningar bör framföras på ett korrekt sätt. (Jacobsen 2012 s. 34 - 35)

Vilkka & Airaksinen (2003b s. 72–73) skriver att då det finns flera forskningar och synvinklar kring ett ämne, finns det även flertal källor, metoder och resultat. Därför är det viktigt att skribenterna besitter kunskap att kritiskt granska och värdera källorna man väljer att använda. De skriver att en känd expertis aktuell källa ofta är ett säkert val. En nyare publikation är ofta mer pålitlig än en äldre version. Ifall en forskares namn dyker upp i olika publikationer, har hen med stor sannolikhet auktoritet och är en pålitlig forskare vars material och publikationer lönar sig att studera.

9 RESULTAT

Examensarbetet är ett beställningsarbete av Helsingfors stad och ingår i projektet hållbar småbarnspedagogik. Då idén för arbetet presenterades, fick vi som svar att det lät mycket bra eftersom utomhuspedagogiken alltid är aktuell och eftersom det finns behov av material för att stödja detta. Idén till en aktivitetshandbok som produkt kom utifrån eget intresse. Båda skribenterna har en lång arbetserfarenhet inom småbarnspedagogiken och känner igen att pedagogerna ofta lider av tidsbrist för att skapa material. Likaså har båda ett intresse för utomhuspedagogik och en vilja att lyfta fram betydelsen av de gemensamma lek- och rörelsestunderna som sker utomhus. Därför var skribenterna eniga om att skapa något kreativt och konkret som pedagogerna inom småbarnspedago-

giken kan använda som inspiration för att utvidga uteleken och som eventuellt kan hjälpa till att satsa ännu mer på de gemensamma lekstunderna under utevistelsen.

9.1 Beskrivning av produktutvecklingen

I detta verksamhetsinriktade examensarbete har skribenterna haft som metod produktutveckling och använt Salonens konstruktiva modell för produktutveckling. Modellen innehåller sju skeden: startskedet, planeringsskedet, inledningsskedet, bearbetningsskedet, granskningsskedet, slutskedet samt en färdig produkt.

Startskedet av processen startade våren 2021, genom att vi anmälde oss till projektet hållbar småbarnspedagogik i samarbete med Helsingfors stad. Vi hade genast från början klart att projektet skulle vara inom småbarnspedagogiken, eftersom båda önskade få behörighet som lärare inom småbarnspedagogiken.

Vid inledningsskedet bollade vi med förslag på arbetets temaområde. Efter olika förslag var vi eniga om att vi vill skapa en produkt och utföra ett verksamhetsinriktat examensarbete. Detta var något relativt obekant för oss då vi var osäkra vad som ska tas i beaktande och vad ett verksamhetsinriktat arbete bör innehålla, men tillika kände vi oss inspirerade att få skapa och vara kreativa. Vi läste in oss på verksamhetsinriktade examensarbete som metod och fick en hel del hjälp under handledningstillfällena. Hela arbetsprocessen startade i gång hösten 2021 och då presenterades idén till beställaren. Under idéfasen funderade vi kring den gemensamma idén, bland annat vad vi vill åstadkomma samt vilka aspekter bör beaktas för att lyckas med arbetet.

Vid planeringsskedet och under hela arbetsprocessen har skribenterna använt som stöd en processdagbok. I processdagboken har vi bollar tankar och skrivit ner spontana idéer, målsättningar samt funderingar kring produkten och dess innehåll. Skribenterna har dagligen varit i kontakt och även haft en hel del möten tillsammans, både fysiskt samt på distans via telefon och teams. Samarbetet mellan skribenterna har fungerat bra. Vi har gjort och följt tydliga arbetsfördelningar, tidtabeller och deadlines. Vid planeringsskedet funderade skribenterna kring tema och rubrik för examensarbetet.

Bearbetningsskedet har varit i gång hela tiden och båda skribenterna har burit sitt egna ansvar för att hålla fast vid överenskommelser. Vi har också under hela bearbetningsskedet arbetat mot ett gemensamt mål och resultat. Under bearbetningsskedet letade skribenterna efter litteratur. Det var till en början både utmanande och tidskrävande att hitta lämpliga vetenskapliga artiklar för arbetet, innan vi hittade rätt sökord, databaser och gjorde en avgränsning. Vi har använt oss av mångsidig litteratur, såsom vetenskapliga artiklar samt elektroniska källor och böcker för att få en referensram och ett perspektiv för arbetet. Vid arbetandet kring litteraturen har det skett en hel del ändringar samt korrigeringar gällande textdelen. Bearbetningsskedet var krävande på grund av att det var svårt att bestämma sig för vad man vill ha med samt vad som känns relevant för arbetet.

För vår del har granskningsskedet varit i gång under hela arbetsprocessen, eftersom vi har granskat, redigerat och gjort ändringar under hela arbetsprocessen. Vi har noterat att det varit betydelsefullt att "ta en paus" från granskningen av texten, eftersom då har vi kunnat gå tillbaka och granska texten med färska ögon.

Under slutskedet gjordes finslipning av produkten. Vi skickade ut handboken via e-post till pedagoger inom småbarnspedagogiken. Detta för att få en första respons på handboken. Med hjälp av responsen kunde vi göra några sista ändringar och förtydliganden gällande layouten.

I det sista skedet, nämligen den färdiga produkten har vi skapat en aktivitetshandbok för pedagoger inom småbarnspedagogiken med titeln: "Platserna, färdiga -lek". Handboken innehåller utvald teori samt en form av materialbank med lekar och aktiviteter. Aktiviteterna i handboken är utvalda med grundtanken att de främjar lärande, rörelse, gemenskap samt delaktighet. Syftet med handboken är att delge information kring betydelsen av leken och den fysiska fostran, samt att skapa ett arbetsverktyg för pedagogerna inom småbarnspedagogiken. Handbokens syfte är även att ge möjlighet till variation i utomhusleken och introducera olika gemensamma lekmöjligheter för barnen. Vi hoppas att handboken kan användas som en inspirationskälla och som ett stöd vid de gemensamma lek- och rörelsestunderna utomhus.

9.2 Den färdiga produkten

Resultatet av produktutvecklingen är handboken *Platserna, färdiga - lek! – En aktivitetshandbok för pedagoger inom småbarnspedagogiken*. Handboken blev totalt 42 sidor. Handboken innehåller beskrivning av syfte, innehållsförteckning, förord, teori, lek-och aktivitets material, bilagor och källor. Vi strävade efter att skapa en handbok som både innehåller relevant lättläst information och som är användbar, både för personal som arbetat länge inom branschen samt för ny personal.

I handboken lyfter vi fram de centrala begreppen delaktighet, gemenskap och meningsfullhet, som vi även lyft fram som en del av vår teoretiska referensram. De centrala begreppen fungerar som grundstenar inom småbarnspedagogiken då gemensamma lekstunder planeras och utförs. Likaså grundar sig handbokens innehåll på att främja den aktiva pedagogiken, som vi beskriver i kapitlet 6.1 *Det pedagogiska trädet*, där både lärarrollen och barnens roll är aktiv.

Handboken består även av information kring lärmiljöer inom småbarnspedagogik, lekens betydelse för lärande och vikten av fysisk aktivitet i småbarnsåldern. Vi lyfter även fram kännetecknen för en bra lekledare. Texten i handboken har förkortats för att försäkra att handboken är lättläst. Den utvalda teorin skapar en grund för lekarna och aktiviteterna.

I handboken hittas en materialbank där vi samlat lekar och aktiviteter indelade i sju kategorier: *traditionella gårdslekar, bollekar, minneslekar, matematiklekar, tafattlekar, skogslekar och rörelsesånglekar*. Lekarna till handboken är slumpmässigt utvalda, vissa är valda och modifierade utifrån minnen från den egna barndomen och andra utifrån den egna erfarenheten inom branschen. För att kunna göra en avgränsning har lekarna och aktiviteterna valts med hjälp av kategoriseringen. Syftet med materialbankens innehåll är att det kan anpassas och utvecklas utifrån barnens ålder, intressen och möjligheter i omgivningen. Eftersom vi valt att göra en materialbank lämplig för barn inom småbarnspedagogiken, oberoende barnens ålder, gjorde vi ett medvetet beslut att lämna bort åldersrekommendationer för lekarna. Genom detta hoppas vi att barngruppens ålder inte begränsar användningen av materialet. I stället har vi skrivit ut tips på hur leken kan förenklas eller försvåras beroende på barngruppens ålder. Vi har även tipsat om andra sätt att utveckla och genomföra leken.

Vi hoppas att de introducerade lekarna och aktiviteterna fungerar som en inspirationskälla för att utveckla lekarna utifrån barngruppen. Lekarna och aktiviteterna är beskrivna i lekrutor, vars syfte är att personalen kan klippa ut lekarna och laga en form av utelekspåse eller låda där de kan förvara korten. Detta för att göra materialet lätt tillgängligt.

Syftet med produkten är att delge information kring betydelsen av leken, den fysiska fostran och pedagogernas roll vid leken som grund för lärande samt att erbjuda ett användbart material för pedagogerna inom småbarnspedagogiken. Genom handboken vill vi även ge förslag på variation i utomhusleken och introducera olika gemensamma utelekar.

Handboken har skapats på online programmet Canva.com. Layouten på handboken har vi själva skapat med grundtanken att handboken är visuellt lockande, tydlig och lättläst.

10 DISKUSSION

I detta kapitel kommer vi att utvärdera produktutvecklingen och den färdiga produkten samt att skriva ut handbokens första respons som vi fått av pedagoger inom småbarnspedagogiken.

10.1 Egen utvärdering

Till en början upplevde vi en utmaning att få en klar vision på handboken. Under hela arbetsprocessen har vi haft ett gemensamt dokument där vi samlat förslag på lekar och aktiviteter, vilket var till en stor hjälp då vi gjorde de slutgiltiga besluten kring innehållet. Likaså bekantade vi oss med online programmet canva.com genom att prova och skapa olika pilotmodeller på handbokens layout. När vi väl börjat med handbokens layout märkte vi snabbt att programmet är lätt att använda. Likaså erbjuder canva även en hel del möjligheter gällande layout och illustrationer. Detta är både en fördel och en nackdel, eftersom det är lätt att skapa en produkt i egen stil men eftersom programmet inspirerar att prova på olika alternativ, är det även tidskrävande. Fördelar med Canva var definitivt även att det är ett gratis program och att vi kunde skapa varsitt konto och arbeta med projektet samtidigt, vilket underlättade samarbetet.

Vi är nöjda med den färdiga produkten. Vi anser att handboken tilltalar och är både relevant och lättläst. Handboken blev längre än vi tänkt oss, även fast vi gjorde en avgränsning på informationsinnehållet och lekförslagen. Trots detta anser vi att det slutgiltiga innehållet är relevant och lyfter fram viktiga aspekter. Likaså anser vi att lek och aktivitetsförslagen är tillräckligt många för att introducera olika lekmöjligheter och för att väcka inspiration att vidareutveckla och anpassa lekarna. Handbokens layout är tydlig och färgglad. Vi anser att vi skapat ett användbart material som går att anpassa på olika sätt samt som gynnar och bidrar till inspiration för de flesta inom småbarnspedagogiken. Likaså är vi nöjda över den egna kreativiteten och påhittigheten gällande lekarna, de olika tipsen och materialet som kan användas för att utveckla dessa. Vi anser att handboken bildar en tydlig helhet som följer en röd tråd. Processen har stundvis varit utmanande men ändå lärorik.

Med tanke på vidareutveckling av produkten anser vi att handboken är något som ”lever” och att pedagogerna kunde bra tillägga egna lekar och aktiviteter utifrån barngruppens intressen och önskemål. Bilder på baksidan av lekkorten kunde även göra att barnen lär sig känna igen lekarna och kan lättare vara delaktiga vid val av lek. Vi anser att det vore givande att kunna följa med ifall handboken kommit i användning på olika enheter och hoppas att ifall grupperna dokumenterar på sociala medier, skulle de använda #platsernafärdigalek. Det vore även spännande att forska kring hur den gemensamma uteleken ser ut på olika enheter och hur pedagogerna stöder den gemensamma uteleken.

10.2 Respons på den färdiga produkten

För att få en första respons på den färdiga produkten, skickade vi ut handboken via e-post till pedagoger inom småbarnspedagogiken. Sammanlagt fick vi respons från sex pedagoger. Vi blev positivt överraskade över det fina mottagandet handboken fick.

Pedagogerna som svarade skrev bland annat att handboken är inspirerande och användbar. Handboken ansågs vara användbar både för ny och gammal personal samt i olika miljöer, för olika åldrar och under alla årstider. Pedagogerna ansåg att det var bra att vi även beaktat de yngre barnen och gett tips på hur lekarna kan anpassas beroende på barngruppens ålder. Pedagogerna ansåg att innehållet väcker inspiration och att de gärna skulle använda handboken vid det egna arbetet och för att få idéer på lekar. Lekarna an-

sågs vara välbeskrivna och lyfter tydligt fram vad som behövs för att utföra lekarna. Att klippa ut och ta med lekkorten med ut ansågs även vara en bra idé. Syftet kring handboken ansågs framkomma tydligt och den utvalda teorin lyfte fram viktiga aspekter och var tillräckligt tydligt och koncist skrivet.

Att lekförslagen tangerar och inspirerar till rörelse, men tillika uppmärksammar barnens delaktighet och känslan av gemenskap ansågs även vara en bra och viktig aspekt som vi beaktat. Likaså ansågs bilderna och tilläggs materialet till aktiviteterna vara ett bra stöd som uppskattades och gärna kommer att användas.

Handbokens layout fick respons att pärmen är medryckande och inspirerar att fortsätta läsa. Layouten ansågs vara tydlig och lättläst och handboken betraktades ha en tydlig uppläggning. Handboken ansågs ha mångsidigt men passligt med färger och illustrationerna gjorde handboken mer lockande att läsa.

Vi fick även konstruktiv respons där det bland annat lyftes fram att sidan ”Handbokens innehåll” ansågs vara svår att läsa eftersom sidans färg var ljus. Detta har vi ändrat på och valde en mörkare nyans på rutorna för att göra sidan mer lättläst. Likaså ändrade vi rubrikerna till en tydligare font, eftersom vissa rubriker var till en början otydliga och ansågs försvinna in i texten. Sidan ”Fysisk aktivitet” ansågs även vara mer officiell än de övriga sidorna, så vi valde att ändra och tillägga illustrationer som vi ansåg gjorde helheten mer sammanhängande. Likaså ansåg en pedagog att sidmängden kan vara skrämmande vid en första titt, men då man tittar igenom handboken märker läsaren snabbt att största delen av innehållet endast är material för lekarna och aktiviteterna.

Vi vill tacka alla som svarat för den fina responsen och för att pedagogerna tagit tid att läsa igenom och skriva ut de första tankarna handboken väckt. Det gläder oss att handboken betraktas vara användbar och vi hoppas att handboken bidrar till många roliga gemensamma lekstunder.

Avslutningsvis vill vi citera en respons:

När jag tänker på helheten och ämnet ni har valt är det en fin idé. Ni har klarat av att bygga upp handboken som en pyramid när man börjar med en teori som tar upp den stora betydelsen som leken har för barnens uppväxt. Därefter följer varje våning en tydlig stig som stöder det ni redan tidigare tagit upp. Det jag menar med våning är alla de teoretiska delarna i kompendiet. Alla de olika teoretiska delarna är satta i en logisk ordning. Högst uppe på pyramidens topp finns självaste lekarna. Ni tog det hela till nästa nivå med

er handbok genom att kategorisera de olika lekarna för att göra det lätt för oss som ska använda dem i praktiken. Lekarna är mångsidiga och själva instruktionerna är lätt lästa och förståeliga. Det att ni tänkte på att själva korten med lekarna skulle vara lätta att ha tillgängligt gjorde ni fint med att man kan klippa dem och laminera. Med att ni gett av era egna tips för en del lekar öppnar också ens egna ögon för hur man kan modifiera lekarna för att passa tex. en viss ålder eller tema.

KÄLLOR

Aulio, O., 2009 *Suuri leikkikirja*
Gummerus kustannus Oy Helsinki.

Barnvårdsföreningen, 2019 *Lockande lärmiljö*. Tillgänglig: [LockandeLärmiljöIde-bok_mindre.pdf \(itslearning.com\)](#) Hämtad: 23.10.2021.

Bjørgen, K., 2016, *Physical activity in light of affordances in outdoor environments: qualitative observation studies of 3-5 years olds in kindergarten*, SpringerPlus

Cederlund, C. & Berglund S-A., 2017, *Socialpedagogik – pedagogiskt socialt arbete*, 2 uppl., Liber AB, Stockholm.

Fasten, O., 2019 *Utomhuspedagogik- Lärmiljö, närmiljö och det utvidgade klassrummet*
Lund: Studentlitteratur AB.

Folkhälsan, 2021. Tillgänglig: <https://www.folkhalsan.fi/unga/unga/rorelse-for-barn-och-unga/> Hämtad: 23.10.2021.

Forskningsetiska delegationen, 2012. *God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland*, Undervisnings- och kulturministeriet, Finland.

Hughes, B., 1990 *Childrens play- a forgotten right*
Environment and urbanization vol.2

Jacobsen, D., 2012, *Förståelse, beskrivning och förklaring: introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete*, 2 uppl., Studentlitteratur AB, Lund.

Jämsén, A., Villberg, J., Mehtälä, A., Soini, A., Sääkslahti, A. & Poskiparta, M., 2013, *3-4-vuotiaiden lasten fyysinen aktiivisuus päiväkodissa eri vuodenaikoina sekä varhaiskasvattajan kannustuksen yhteys lasten fyysiseen aktiivisuuteen*
Journal of Early Childhood Education

Lärande lek i utemiljö, 2011. Tillgänglig:
<http://www4.nok.se/smak/index.asp?isbn=9789127421387> Hämtad: 2.2.2022.

Olumni, S., Mahdavinejad, M., Namvarrad, A., 2012, *Evaluation of Outdoor Environment from the Viewpoint of Children* vol. 35

Pihlgren, A.S, 2016 *Det pedagogiska trädet [youtube]*. Tillgänglig: [Pedagogiska trädet med Ann S. Pihlgren - YouTube](#) Hämtad: 20.1.2022.

Planen för småbarnspedagogik i Helsingfors, 2019. Tillgänglig:
<https://www.hel.fi/static/liitteet-2019/KasKo/sves/Planen-for-smabarnspedagogik-i-Helsingfors-UTKAST.pdf> Hämtad: 3.1.2021.

Salonen, K., 2013 *Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön*.
Tillgänglig: <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf> Hämtad: 7.1.2022.

Szczepanski, A., 2013 *Platsens betydelse för lärande och undervisning- ett utomhuspedagogiskt perspektiv* Nordic Studies in Science Education.

Szczepanski, A., 2014 *Utomhusbaserat lärande och undervisning*. Tillgänglig:
<https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:729629/FULLTEXT01.pdf> Hämtad: 24.10.2021.

Sääkslahti, A., 2018 *Liikunta varhaiskasvatuksessa 2uppl.*
Ps-kustannus, Jyväskylä.

Undervisnings- och kulturministeriet, 2021. Tillgänglig: [Ny information om fysisk aktivitet hos småbarn: Mer rask och fartfylld motion behövs \(valtioneuvosto.fi\)](#) Hämtad: 28.11.2021.

Utbildningsstyrelsen, 2018 *Grunderna för planen för småbarnspedagogik*. Tillgänglig
[grunderna-for-planen-for-smabarnspedagogik-2018_0.pdf \(oph.fi\)](#) Hämtad: 23.10.2021.

Utbildningsstyrelsen, 2017 *Småbarnspedagogiken är till för barnet*. Tillgänglig:
https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/188546_smabarnspedagogiken_ar_till_for_barnet.pdf Hämtad: 30.12.2021.

Vilka, H. & Airaksinen, T., 2003a, *Toiminnallinen opinnäytetyö - ohjaajan opas*, Kustannusosakeyhtiö Tammi, Helsinki.

Vilka, H & Airaksinen T., 2003b, *Toiminnallinen opinnäytetyö*
Kustannusosakeyhtiö Tammi, Helsinki.

BILAGOR

Bilaga 1. Handboken

Bilaga 1/1(42)



PLATSERNA, FÄRDIGA- LEK!

En aktivitetshandbok för pedagoger inom
småbarnspedagogiken

SYFTE

Handboken har skapats som en del av lärdomsprovet *Utomhuspedagogik- en aktivitetshandbok för pedagoger inom småbarnspedagogiken*.

Syftet med handboken är att delge information kring betydelsen av leken och den fysiska fostran samt att erbjuda en materialbank för pedagogerna inom småbarnspedagogiken.

Handbokens syfte är även att ge möjlighet till variation i utomhusleken och introducera olika gemensamma lekmöjligheter.

Aktiviteterna i handboken är utvalda med grundtanken att de främjar rörelse, lärande, delaktighet och gemenskap.

Vi hoppas att handboken kan användas som en inspirationskälla och som ett stöd vid de gemensamma lek- och rörelsestunderna utomhus.



Skapad av:
Isabella Järvinen & Linda Schmidt
Helsingfors 2022

HANDBOKENS INNEHÅLL

FÖRORD

CENTRALA BEGREPP

LÄRMILJÖER INOM SMÅBARNSPEDAGOGIKEN

LEKEN

FYSISK AKTIVITET

LEKLEDARE

INLEDNING TILL MATERIALBANKEN

MATERIALBANKEN: LEKARNA OCH AKTIVITETERNA

MATERIALBANKEN: BILAGOR

KÄLLOR

FÖRORD

Inom småbarnspedagogiken är det betydelsefullt att inspirera barnen till att röra sig mångsidigt och känna glädje över att röra på sig. Den fysiska fostran inom småbarnspedagogiken ska vara barncentrerad, regelbunden, mångsidig och målinriktad. Barnen ska uppmuntras att vara ute, leka och röra på sig under alla årstider. Tillräcklig fysisk aktivitet främjar uppväxten och ger förutsättningar för en sund utveckling, lärande och välmående. Den fysiska aktiviteten inom småbarnspedagogiken består av olika rörelseaktiviteter och sätt att röra sig.

Fysisk aktivitet kan innefatta lek, utflykter i närmiljön och ledda rörelsestunder. Genom att röra på sig tillsammans utvecklas även de sociala färdigheterna.

Inom småbarnspedagogiken är det centralt att utveckla barnens kroppskännetend och att utveckla de grundläggande motoriska färdigheterna, så som balans- och rörelseförmågan. Småbarnspedagogiken bör även introducera olika rörelselekar, som till exempel traditionella gårdslekar.

Utevistelsen som sker på daghemsgården är ofta fri lek, därför kunde den fysiska aktiviteten ökas genom vuxenledd verksamhet och utelek. Detta kunde även aktivera de barn som självmant söker sig till stillasittande lekar till mera fysiska aktivitetsfrämjande lekar.



(Källa: Jämsen m.fl. 2013 : Utbildningsstyrelsen 2018 s. 50)

CENTRALA BEGREPP

Delaktighet

- Barnen ska ges möjlighet att påverka och delta.
- Alla barn har rätt att bli hörda och sedda.
- Verksamheten bör planeras utifrån barnen.

Gemenskap

- Känslan av tillhörighet och att vara delaktig i gemenskapen.
- Alla är lika värda, inte likadana.
- Gruppen lär av och med varandra.
- Inom en lärande gemenskap ska det finnas utrymme för olika känslor, åsikter och tankar.
- Gemenskapen uppmuntrar att prova nya tillvägagångssätt och dela med sig sina tankar.

Meningsfullhet

- Verksamheten inom småbarnspedagogiken ska utgöra en helhet som är meningsfull för barnet och ger barnet möjlighet till framsteg i sitt lärande.
- Meningsfullhet är en förutsättning för motivation.



(Källa: Cederlund & Berglund 2017 ; Utbildningsstyrelsen 2018)



LÄRMILJÖER INOM SMÅBARNSPEDAGOGIKEN



Pedagogerna ansvarar för att utveckla arbetssätt och lärmiljöer som främjar lek och samtidigt vara observant för eventuella faktorer som begränsar leken. Barn och personal ska få uppleva glädjen i att göra och vara tillsammans. Lärmiljöerna byggs upp tillsammans med barnen samt utifrån barnens behov, intressen och önskemål.



Lärmiljöerna utformas av

- Lokaler
- Platser
- Gemenskaper
- Metoder
- Redskap
- Naturen
- Gården
- Lekparker

Lärmiljöerna ska

- Främja utvecklingen
- Uppmuntra lärande
- Vara trygga och tillgängliga
- Stödja barnets nyfikenhet
- Skapa glädje och främja välmående
- Uppmuntra till uppfinningsrikedom, fantasi och kreativitet
- Stödja de olika uttrycksförmågorna

LEKEN

Leken är betydelsefull för lärande. Via leken ges barnet möjlighet att utveckla mångsidiga färdigheter och inskaffa nya kunskaper. Leken medför även glädje och motivation att lära sig. Barnen ska ges tid, lugn och ro för lek och möjlighet att uppleva och utforska via leken. Lekmiljöerna ska utvärderas och utvecklas tillsammans med barnen för att utvidga leken.

Ramsor, sånger och ordlekar utvecklar språkfärdigheterna och kan kompletteras via leken. Som bäst stärker leken den positiva atmosfären och gemenskapen.



Genom leken

- Övas de sociala färdigheterna som turtagning, konflikt- och problemlösning.
- Övas det sociala samspelet.
- Utvecklas språkfärdigheterna.
- Lär sig barnen sociala regler.
- Utvecklas de emotionella färdigheterna.
- Lär sig barnen att ta hänsyn till andra.

FYSISK AKTIVITET



- Är en förutsättning för barns normala fysiska uppväxt och utveckling.
- Har en påverkan på barns hälsa och välmående.
- Förebygger övervikt.
- Främjar de motoriska färdigheterna.
- Ger pedagogerna en naturlig möjlighet att främja barns psykiska utveckling.

För barn i dagisåldern rekommenderas det minst 3 timmar fysisk aktivitet per dag. Den rekommenderade aktivitetsnivån ska nås genom kortare aktivitetsstunder under dagen.



FARTFYLLD FYSISK AKTIVITET

Barnen springer, hoppar, klättrar och uppnår en ansträngande aktivitetsnivå.

AKTIV UTEVISTELSE

Att cykla, dansa till snabb musik, göra raska promenader eller skogsutfärder.

LÄTT AKTIVITET

Promenad i lugn takt, stillsamma rörelselekar, kasta boll, gunga eller balansera.

LUGNA VARDAGLIGA SYSSLOR

Leka med bilar, bygga med klossar, leka med dockor, utforska och klä på sig.

Undvik långa stillasittande stunder.

- Minska på stillasittande program.
- Lek tillsammans och lär barnen aktiva regellekar.
- Öka på de gemensamma aktiva rörelsestunderna i vardagen.
- Undvik onödiga begränsningar på den fysiska aktiviteten.

Sist men inte minst, glöm inte:

RÖRELSEGLÄDJE, UPPMUNTRAN OCH STÖD

TIPS

(Källa: Sääkslahti 2018 s. s. 123, 130: Undervisnings- och kulturministeriet 2016)

LEKLEDARE

Lekledaren går igenom och håller koll på lekreglerna samt påbörjar och avslutar leken. Vid nya lekar eller lekar med flera regler, kan det vara bra att "provleka" och att upprepa reglerna. Det är viktigt att lekledaren själv är ivrig över lekarna eftersom detta kan påverka deltagarens iver och vilja att delta. Lekledarens ansvar är att försäkra att reglerna följs och att det inte förekommer farosituationer. Ifall deltagarna inte visar intresse för leken eller vill avsluta leken, är det bäst att avbryta leken i stället för att pressa att slutföra leken. En lekledare kan uppmuntra en grupp att leka även då gruppen upplevs som passiv. Då lönar det sig att locka med några ivriga deltagare som de andra kan ta modell av, vilket ofta kan hjälpa styra upp leken.

En bra lekledare är

ENTUSIASTISK
RÄTTVIS
HÄNSYNSFULL



Lekledaren ska:

- Vara bekant med leken.
- Påbörja och avsluta leken.
- Gå igenom och hålla koll på lekreglerna.
- Förutse när det är dags att avsluta leken.
- Vara ivrig över leken.
- Uppmuntra.
- Anpassa och utvidga leken utifrån barnens intressen.



(Källa: Aulio 2009 s.14)

INLEDNING TILL MATERIALBANKEN

Här ger vi några förslag på lekar och aktiviteter som ni kan leka tillsammans med barnen i utomhusmiljön. Materialet kan anpassas och utvecklas utifrån barnens ålder, intressen och möjligheter i omgivningen. Vi hoppas att materialet ger er inspiration att vidareutveckla de gemensamma lek- och rörelsestunderna utomhus.

Lekarna och aktiviteterna är indelade i sju kategorier:

Traditionella gårdslekar

Bollekar

Minneslekar

Matematiklekar

Tafattlekar

Skogslekar

Rörelsesånglekar

Som förslag kan ni klippa ut, limma på kartong, laminera och skapa en utelekpåse eller låda (t.ex. genom att använda ett örngott eller en skolåda). På detta sätt blir materialet lätt tillgängligt.

Hoppas att materialet kommer i användning och vi önskar er, både barn och personal, glädje- och lärorika lekstunder tillsammans!

Ifall ni dokumenterar stunderna på instagram, använd gärna
#platsernafärdigalek



TRADITIONELLA GÅRDSLEKAR

Kurragömma

1. En blundar och räknar.
2. Alla andra springer och gömmer sig under tiden.
3. Den som räknar ska sedan söka allihopa.

Bakvänd kurragömma

1. Deltagarna, förutom en, börjar räkna exempelvis till 50. Den ena som inte räknar ska hitta ett bra gömställe.
2. När de övriga har räknat klart, ska de nu leta efter den som gömt sig.
3. Då man hittat hen som gömt sig, ska man inte ropa detta högt, utan stanna kvar på samma gömställe.
4. Leken slutar med att alla gömmer sig på samma ställe.

#platsernafärdigalek

Spegel

- Markera en start- och slutlinje.

1. En deltagare utses som "spegel" och ställer sig på slutlinjen med ryggen mot de andra.
2. Resten av deltagarna försöker smyga framåt mot spegeln.
3. När spegeln vänder sig ska alla försöka stå så stilla som möjligt.
4. Ifall spegeln märker att man rör sig, måste man gå tillbaka till startlinjen.
5. Spegeln byts när en av deltagarna kommer fram till spegeln.

TIPS:

- Med yngre barn kan spegeln ropa "stopp" med samma som hen svänger sig.
- Ni kan även komma överens att när en av deltagarna kommer fram till spegeln, skall hen röra vid spegeln och springa mot startlinjen medan spegeln försöker ta fast.

#platsernafärdigalek

TRADITIONELLA GÅRDSLEKAR

Tio pinnar på plankan

Rekvisita:

- 10 pinnar
- En plankan
- En stor sten eller dylikt som plankan kan ligga över.

1. Börja med att samla en stor sten, en platt plankan (ni kan även använda t.ex. en trasig lång spade) och tio pinnar.
2. Lägg plankan över stenen och pinnarna på den sidan av plankan som rör marken.
3. Välj ut vem som är tagaren.
4. En av deltagarna, inte tagaren, trampar hårt på plankan så att pinnarna flyger upp i luften.
5. Tagaren ska nu samla ihop de tio pinnarna medan de övriga springer och gömmer sig. Då tagaren hittat alla pinnarna ropar hen "Tio pinnar på plankan" och börjar leta efter de som gömt sig.
6. När tagaren hittar någon ska hen springa till plankan och ropa *namn* är hittad. Då måste den hittade komma fram till plankans närhet och är ute ur leken tills tagaren hittat alla eller någon räddar.
7. Man kan rädda de hittade genom att springa fram till plankan före tagaren och trampa på den så att pinnarna flyger upp i luften igen. Då kan alla som blivit hittade springa och gömma sig igen medan tagaren samlar ihop pinnarna.

TIPS:

- Det lönar sig för tagaren att hålla ett öga mot plankan medan hen letar efter dem som gömt sig, eftersom vem som helst kan springa fram till plankan och rädda dem som blivit hittade.
- Med yngre barn kan det vara bra att en vuxen är tagaren tillsammans med barnet.

#platsernafärdigalek

TRADITIONELLA GÅRDSLEKAR

Färgleken

- Markera en start- och slutlinje.
 - 1.En av deltagarna ställer sig på slutlinjen med ryggen mot de andra som står på startlinjen.
 - 2.Hen ropar ut en färg, hur många och hurdana steg man får ta om man har färgen på sina kläder (t.ex. den som har rött på sig får ta två myrsteg framåt).
 - 3.Deltagarna försöker vara den första som kommer fram till slutlinjen.

TIPS:

- Ni kan använda er av myrsteg, bamssteg, vanliga steg, harhopp..

#platsernafärdigalek

Kom hem alla mina barn

- Märk ut tydliga linjer mitt emot varandra t.ex. genom att dra ett streck i sanden eller använda rep, koner eller sandleksaker.
 - 1.Välj ut en "ropare" , barn eller vuxen.
 - 2.Roparen står i mitten medan de övriga barnen står bakom strecket.
 - 3.Roparen ropar ut " Kom hem alla mina barn" , då svarar deltagarna " På vilket sätt".
 - 4.Då säger roparen t.ex. som björnen.
 - 5.Då ska deltagarna förflytta sig till andra sidan genom björngång.

TIPS:

- Det kan vara bra att tillsammans komma överens om ett tema, t.ex. skogens djur, fordon, sagofigurer..
- Med yngre barn kan det vara bra att använda bildkort som hjälp.
- Med äldre barn kan ni istället för att roparen säger ut på vilket sätt de andra ska förflytta sig, får hen beskriva och de andra ska gissa t.ex. " Som ett stort djur som bor i skogen och är under vintern i ide.."

#platsernafärdigalek

TRADITIONELLA GÅRDSLEKAR

Tjärobytta

Rekvisita:

- Rita en stor cirkel exempelvis med krita på asfalten eller med ett streck i sanden.
- En pinne.

1. En av deltagarna utses som tjärobyttan.
2. Deltagarna ställer sig utanför cirkeln och ritar upp små bon till sig själva.
3. Tjärobyttan rör sig bakom deltagarna med en pinne i handen. Deltagarna får titta bakåt först då tjärobyttan gått förbi.
4. Pinnen placeras i en av deltagarnas bo och då försöker tjärobyttan så fort som möjligt hinna runt cirkeln.
5. Deltagaren som har pinnen i sitt bo tar upp pinnen och springer i motsatt riktning och försöker hinna tillbaka till sitt egna bo.
6. Den som hinner först till boet får stå kvar och den andra blir tjärobytta och fortsätter i sin tur att gå runt cirkeln.
7. Om någon av deltagarna inte märker pinnen bakom ryggen eller tjärobyttan hinner gå ett helt varv runt cirkeln så blir deltagaren tjärobytta.

#platsernafärdigalek

Följa John

1. En deltagare utses som "följa John".
2. Alla andra ställer sig bakom i en kö.
3. Den som är "följa John" rör sig omkring genom att göra olika rörelser. De andra följer efter och gör likadant.
4. Efter en viss tid byter man så nästa i kön får vara följa John.

TIPS:

- Ni kan också leka följa *Barnets namn* eller *Sagofigur*.

#platsernafärdigalek

TRADITIONELLA GÅRDSLEKAR

Fruktsallad

Rekvisita:

- En ring med plattor, koner eller gör en ring och märk platserna med olika ute leksaker.
- Dela upp barnen så att minst två av deltagarna är samma frukt. Dela upp i t.ex. äpplen, päron, bananer, apelsiner.
- Välj ut en lekledare, barn eller vuxen.

1. Deltagarna ställer sig på sin plats. Lekledaren står i mitten.
2. Lekledaren ropar " Alla äpplen ska byta plats" då ska alla äpplen springa och byta plats medan lekledaren försöker hinna till en plats före äpplen.
3. Om lekledaren ropar " fruktsallad" ska alla byta plats.
4. Om lekledaren hinner till en tom plats blir den som blev utan plats nästa lekledare som står i mitten.

TIPS:

- Ni kan också välja att använda er av färger, siffror eller figurer.
- Med yngre barn kan det vara bra att använda bilder och ge varje deltagare en bild på deras frukt/siffra/färg/figur.

#platsernafärdigalek

Vem är rädd för bläckfisken

Rekvisita:

- Fyra koner

1. Avgränsa området med konerna eller genom att rita i marken.
2. Välj ut en tagare som är bläckfisken.
3. Bläckfisken ställer sig i mitten av området medan de övriga står på ena kanten av det avgränsade området.
4. Bläckfisken ropar " Vem är rädd för Bläckfisken?" . Då svarar de övriga "Inte jag" och springer till andra sidan.
5. Bläckfisken försöker ta fast de andra genom att endast röra sig sidlänges.
6. När man blir tagen stannar man på den platsen och försöker hjälpa bläckfisken att ta fast de andra barnen.
7. Leken tar slut när alla blivit tagna.

#platsernafärdigalek

BOLLEKAR

Bollring-leken

1. Stå i en ring.
2. Barnen får säga en deltagares namn och sedan sparka bollen till det barnet.
3. Kom tillsammans överens om ni ska sparka, kasta med en hand, kasta över huvudet, kasta mellan benen, studsas eller rulla bollen. Gör olika rundor på olika sätt.
4. Då ni provat olika sätt kan ni ta en runda där varje deltagare själv får välja sin teknik.

#platsernafärdigalek

Brännboll

Rekvisita:

- En mjuk boll.

1. Rita en stor ring exempelvis med krita på asfalten eller med ett streck i sanden.
2. Deltagarna ställer sig innanför ringen.
3. Utse en av deltagarna som "kastare" som har som uppgift att försöka bränna de andra.
4. Man får inte kasta bollen i ansikte eller huvudet. Blir man träffad i huvudet med bollen så blir man inte bränd.
5. När man blir bränd så hamnar man utanför ringen och hjälper till att bränna dem som är kvar i ringen.

#platsernafärdigalek

BOLLEKAR

Köboll

Rekvisita:

- Två lika stora bollar.

1. Dela in barnen i två olika lag.
2. Båda lagen bildar en kö.
3. Barnet som står först i kö lyfter upp händerna och ger bollen över huvudet till det barnet som står bakom.
4. Bollen ges vidare i kön, ända tills den kommit fram till det barn som står sist i kön.
5. Den som är sist i kön springer först i kön med bollen och fortsätter ge bollen över huvudet.
6. Köbollen avslutas när barnet som var från första början först i kön kommer tillbaka först.
7. Laget som är snabbast vinner.

#platsernafärdigalek

Bollstafett

Rekvisita:

- Två likadana bollar.
- Två koner.

1. Dela upp barnen i två lag som står i varsin kö.
2. Ställ konerna på ett passligt avstånd mitt emot köerna.
3. Det barnet som är först i kön börjar stafetten med att springa runt konen med bollen i handen och härefter ger bollen till nästa i kön.
4. När barnen i kön sprungit runt konen och barnet som var ursprungligen först i kön kommit tillbaka, tar stafetten slut.
5. Laget som är snabbast vinner.

#platsernafärdigalek

MINNESLEKAR

Vilken är borta?

Rekvisita:

- Olika föremål (t.ex. leksaker, saker ni hittar i er omgivning eller föremål enligt ett tema utifrån barnens intresse).
- En duk.

1. Börja med att gå igenom föremålen och benämna dem tillsammans.
2. Låt barnen titta på föremålen.
3. Täck sedan över föremålen med en duk och låt barnen blunda under tiden som lekledaren tar bort ett föremål.
4. Lyft sedan duken och ställ frågan " Vilken är borta?". Låt barnen fundera och benämna vilket föremål som är borta.

#platsernafärdigalek

Pomperipossa

Rekvisita:

- En filt.
- Musikspelare eller ett instrument.

1. Ett av barnen utses som pomperipossa och spelar musiken.
2. Resten av deltagarna får dansa omkring på ett utsatt område.
3. När musiken stannar upp, förvandlas alla förutom Pomperipossa till stenar med händerna för ögonen.
4. Pomperipossa gömmer en deltagare under filten och säger " Pomperipossa", då stiger de övriga barnen upp och ska gissa vem som är under filten.

TIPS:

- Ifall leken är ny för barnen kan den vuxna fungera som pomperipossa då ni introducerar leken.
- Ifall ni inte har tillgång till musikspelare, kan ni även använda ett instrument (t.ex. maracas, trumma, tamburin).

#platsernafärdigalek

MINNESLEKAR

Ett skepp kommer lastat

1. Alla står i ring.
2. Varje barn lastar skeppet genom att säga "ett skepp kommer lastat med" och visar en rörelse.
3. Skeppet lastas genom att göra de tidigare nämnda rörelserna och en egen rörelse.

TIPS:

- Till en början kan det vara bra att ge förslag på olika rörelser t.ex. genom att inleda leken med en genomgång av olika rörelser eller ha bilder på rörelser i mitten av ringen.
- För att göra leken svårare kan ni komma överens att man inte kan lasta skeppet med en rörelse som någon redan valt.

#platsernafärdigalek

Färgstafett

Rekvisita:

- Föremål i valda färger. Lika många som deltagare.
(Om ni har två lag och 18 deltagare, behöver ni 9 föremål / färg)
- Föremål i andra färger.

1. Välj färger för lagen.

(Om ni har två lag= två olika färger, fyra lag=fyra olika färger etc.)

1. Samla föremål som är i de utvalda färgerna.
2. Dela upp barnen i lag. (Två eller flera lag)
3. Varje lag bildar en kö bakom den markerade startlinjen.
4. Sprid ut föremålen på ett lämpligt avstånd mitt emot lagen.
5. Lekledaren ger en färg åt varje lag. Det gäller att komma ihåg sin färg.
6. Den första i vardera lag springer fram till föremålen, plockar upp en sak i lagets färg, för den till sitt lag och skickar i väg nästa deltagare o.s.v
7. När man hämtat ett föremål sätter man sig ner. Det laget vinner som först samlat ihop föremålen i lagets färg.

TIPS:

- Ni kan även välja ett annat tema (djur, fordon, sandleksaker, kläder, frukter) och sprida ut leksaksföremålen med föremål som inte hör till temat.
- Ni kan använda bokstäver för att stava ett ord som lekledaren visar/ropar ut eller siffrorna 1-10 för att skapa talraden.

#platsernafärdigalek

MATEMATIKLEKAR

Rörelselek med tärning

(Bilaga 3)

Rekvisita:

- Tärning.
- Bilaga 3

1. Ställ er i en ring.
2. Kasta tärningen. Gör rörelserna som motsvarar siffran.

TIPS:

- Ta en till tärning, kasta dem båda, räkna ihop antalet och gör rörelser som motsvarar summan.
- Använd Bilaga 4 och hitta tillsammans med barnen på olika rörelser. Alternativt kan ni tillägga bilder på platser på gården t.ex. bild på gungan, klätterställningen, rutschkanan eller en dörr och förflytta er dit genom olika rörelser.
- Pyssla tillsammans tärningar av t.ex. mjölkpaket. #platsernafärdigalek

Ring, rad eller kö

Rekvisita:

- Musikspelare eller instrument

1. Vuxen fungerar som lekledare.
2. Ta en genomgång hur man står i ring, rad och kö.
3. Barnen rör sig fritt till musiken.
4. När musiken stannar, ropar lekledaren ring, rad eller kö och ett antal.
T.ex. Ring- fyra!
5. Då ska barnen så fort som möjligt bilda ringar som består av fyra deltagare genom att ta varandra i händerna.
6. Leken fortsätter tills lekledaren ropar ut en position (ring, rad eller kö) och hela gruppen. T.ex. Rad- Alla.

TIPS:

- Försäkra att det inte blir ojämnt. Lekledaren måste alltså ropa ut ett antal som kan fördelas jämnt bland deltagarna där ingen blir utanför.
- Med yngre barn kan ni markera 3-4 bon (t.ex. med rockringar eller rita på marken) och när musiken stannar ska barnen snabbt söka sig till ett bo. Då räknar ni tillsammans bo antalet och säger positionen de ska göra.

#platsernafärdigalek

MATEMATIKLEKAR

Hitta rätt bo (Bilaga 6)

Rekvisita:

- Rockringar
- Siffror (Bilaga 6)
- Musikspelare eller instrument

1. Sprid ut rockringarna eller rita en cirkel i sanden, som fungerar som bon.
2. Lägg vid varje bo en bild på en siffra från 1-10.
3. Deltagarna får dansa och röra på sig tills musiken slutar och lekledaren säger en siffra.
4. När siffran sägs skall deltagarna springa till boet med samma siffra.

TIPS:

- Ni kan även dela in barnen i smågrupper och visa olika siffror till grupperna. Då kan ni antingen dela in barnen i olika färger och lekledaren visar först gruppens färg och säger sedan en siffra, eller så utser ni en lekledare för varje grupp som ansvarar för att säga gruppens siffra.
- Med yngre barn kan ni börja med siffrorna 1-5 och visa bild på siffran.
- Med äldre barn kan ni även visa två siffror samtidigt och räkna ihop siffrorna för att hitta rätt bo.

#platsernafärdigalek

TAFATT LEKAR

Is och Sol

1. Välj en som är tagaren.
2. De som blir fast fryser till is.
3. För att bli räddad bör två andra deltagare "sola", alltså bilda en sol genom att ställa sig runt den som blivit till is och ta varandra i händerna.
4. När man räddar kan man inte bli tagen och den som blivit is tinar upp och får fortsätta leken.

#platsernafärdigalek

Kramtafatt

1. Välj en som är tagaren och som ska ta fast de andra.
2. För att rädda någon som blivit fast ska man springa fram till den och ge en kram.
3. Om tagaren fångar någon som inte kramas just då, fortsätter den nu som tagare.

#platsernafärdigalek

Banantafatt

1. Välj en som är tagaren och som ska ta fast de andra.
2. De som blir fast sätter handflatorna ihop ovanför huvudet.
3. För att bli räddad bör man "skala bananen", alltså dra ner händerna.

#platsernafärdigalek

TAFATT LEKAR

X-tafatt

1. Välj en som är tagaren och som ska ta de andra.
2. De som blir fast ställer sig som ett X.
3. För att bli räddad bör en annan deltagare springa fram och sedan göra tre X hopp tillsammans.

#platsernafärdigalek

Kedjan

1. Välj ut en tagare.
2. När man blir tagen tar tagarna hand i hand och fortsätter ta fast de andra för att bilda en lång kedja.
3. Kedjan måste hållas hel och endast första och sista delen av kedjan får ta fast de andra.
4. Leken fortsätter tills alla blivit tagna.

#platsernafärdigalek

Babblarnatafatt

1. Välj ut en tagare. De andra springer omkring.
2. För att undvika att bli fasttagen, ska deltagarna snabbt huka sig ned och ropa ut namn på en figur från Babblarna.
3. Om man inte hinner sätta sig ner på huk i tid, blir man tagaren.

TIPS:

- För att göra leken svårare kan ni bestämma att man inte får upprepa ett karaktärsnamn som redan sagts.
- Ni kan även välja något annat tema som fordon, länder, maträtter eller t.ex. andra karaktärer (Kalle anka, Bamse, Hundpatrullen, Mumin), utifrån barnens intresse.

#platsernafärdigalek

Fisksoppa

Rekvisita:

- Fyra rockringar eller om det blir ont om utrymme så rita/avgränsa fyra tydliga områden i varsitt hörn som fungerar som bon.
1. Utse en haj som också behöver ett eget bo i mitten.
 2. Dela in de övriga deltagarna i olika bon.
 3. Varje bo får en egen fisksort som exempelvis gäddorna, abborrarna, gösarna och mörtarna.
 4. Hajen eller den vuxna ropar antingen en "fisksort" i gången eller "fisksoppa".
 5. Den fisksorten som ropas skall ut ur boet och springa runt hajen.
 6. Ifall det ropas "fisksoppa" så skall alla ut ur boet och springa runt hajen.
 7. När hajen eller den vuxna ropar "hajen kommer" så skall alla fiskarna försöka hinna till sitt bo utan att man blir tagen.
 8. Blir man tagen blir man en haj.
 9. Leken tar slut när alla blivit tagna.

#platsernafärdigalek

Draken och Hoppetossor

1. Utse en drake, resten är hoppetossor.
2. Draken ska röra sig genom långa kliv och utsträckta armar. Hoppetossorna får endast röra sig genom att hoppa jämnfota.
3. Draken ska försöka ta fast hoppetossorna. Blir man tagen förvandlas man till en drake som ska hjälpa att ta fast hoppetossorna.

#platsernafärdigalek

SKOGSLEKAR

Färgjakt (Bilaga 1)

Rekvisita:

- Utklippta färger (Bilaga 1).

1. Leken kan lekas t.ex. på gården eller i skogen.
2. Lekledaren visar en färg.
3. Alla försöker hitta och springa till den visade färgen.

TIPS:

- Sätt färgkorten i en tygpåse, låt barnen turvis ta en färg och benämna den.
- Ni kan också leka "Hitta dina färgkompisar" då alla med den visade färgen på sina utkläder tar varandra i händerna och bildar en ring. De som inte har den färgen på sina kläder bildar en egen ring.
- Om ni är på gården kan ni även utnyttja eventuella uteleksaker ni har och leta saker i olika färger.

#platsernafärdigalek

Djurcharader

1. Utse en som börjar med att härma ett djur. De övriga står framför eller runt omkring.
2. Den som ska härma väljer tyst för sig själv ett djur.
3. Genom läten och rörelser börjar hen härma det valda djuret.
4. De andra skall försöka gissa djuret.
5. Fundera tillsammans var djuret bor: hemma, på bondgården, på savannen, i djungeln eller i skogen?

TIPS:

- Kom överens om en typ av djur ni ska härma (husdjur, bondgårdsdjur, skogsdjur, djungeldjur..)

#platsernafärdigalek

SKOGSLEKAR

Skattletarna

- Dela upp deltagarna i smågrupper.
- Deltagarna är skattletaren och ska hitta t.ex.:

Ett löv som är större än din handflata
En pinne som är längre än din fot
Två olika sorters kottar
En liten och en stor sten
Något rött
Något brunt
Något grönt

TIPS:

- Bilder kan göra instruktionerna mer konkreta. Ni kan använda bilderna som ni hittar i bilaga 7.

#platsernafärdigalek

Naturskattjakt

(Bilaga 5)

Rekvisita:

- Tärningar.
- Bilaga 5.

1. Dela upp deltagarna i smågrupper. Ge varje grupp en tärning och en kopia av bilaga 5.

TIPS:

- Då ni samlat materialet kan ni tillsammans skapa en skogstavla.

#platsernafärdigalek

SKOGSLEKAR

Alla ekorrar byter bo

- Välj ut ett avgränsat område där det finns flera träd med lämpligt avstånd.

1. Välj ut en tagare som är räven.
2. Deltagarna ställer sig vid tre eller flera träd. Den som är tagaren har inte ett träd.
3. När räven ropar "Alla ekorrar byter bo", skall alla springa till ett nytt bo.
4. Räven försöker nu ta fast så många ekorrar som möjligt.
5. Den sista ekorren kvar blir räven i nästa runda.

#platsernafärdigalek

Naturbingo (Bilaga 2)

Rekvisita:

- Pennor
- Bilaga 2

1. Dela upp barnen i smågrupper.
2. Använd bilaga 2.

TIPS

- Kom överens om en tid barnen har på sig att leta. Använd t.ex. telefonens väckarklocka eller annan ton som signalerar att tiden tagit slut.
- Låt grupperna turvis berätta vad de hittat och vad de inte hittat.

#platsernafärdigalek

RÖRELSESÅNGLEKAR

Honky tonky

- Sjung och gör rörelserna tillsammans till låten:

Höger fot!

Vi sätter höger fot fram, vi sätter höger fot bak
Vi sätter höger fot fram och vi skakar lite grann
Vi gör en honky tonk och vi svänger oss om
Det var allt för denna gång, tjohej! *(Hoppa upp)*

Vänster fot!

Vi sätter vänster fot fram, vi sätter vänster fot bak
Vi sätter vänster fot fram och vi skakar lite grann
Vi gör en honky tonk och vi svänger oss om
Det var allt för denna gång, tjohej! *(Hoppa upp)*

Höger hand!

Vi sätter höger hand fram, vi sätter höger hand bak
Vi sätter höger hand fram och vi skakar lite grann
Vi gör en honky tonk och vi svänger oss om
Det var allt för denna gång, tjohej! *(Hoppa upp)*

Vänster hand!

Vi sätter vänster hand fram, vi sätter vänster hand bak
Vi sätter vänster hand fram och vi skakar lite grann
Vi gör en honky tonk och vi svänger oss om
Det var allt för denna gång, tjohej!*(Hoppa upp)*

Vi sätter magen....

Vi sätter rumpan....

Vi sätter huvudet....

Vi sätter tungan....

RÖRELSESÅNGLEKAR

Elefantmarsch

- Sjung och marschera tillsammans till låten:

En elefant balanserade
På en liten, liten spindeltråd
Det tyckte han var så intressant,
Så han gick och hämtade en annan elefant.

Two elefanter balanserade
På en liten, liten spindeltråd
Det tyckte dom var så intressant,
Så dom gick och hämtade en annan elefant.

Tre elefanter balanserade
På en liten, liten spindeltråd
Det tyckte dom var så intressant,
Så dom gick och hämtade en annan elefant.

Fyra elefanter balanserade
På en liten, liten spindeltråd
Det tyckte dom var så intressant,
Så dom gick och hämtade en annan elefant.

Fem elefanter balanserade
På en liten, liten spindeltråd
Det tyckte dom var så intressant,
Så dom gick och hämtade en annan elefant.

RÖRELSESÅNGLEKAR

Huvud,axlar knä och tå

- Sjung och gör rörelser tillsammans till låten:

Huvud, axlar, knä och tå; knä och tå.

Huvud, axlar, knä och tå; knä och tå.

Ögon, öron, kinden klappen får.

Huvud, axlar, knä och tå; knä och tå.

Björnen sover

1. Välj ut en björn
2. Björnen går knäliggande i mitten av ringen och håller händerna för ögonen
3. De andra ställer sig runt ringen, håller varandra i händerna, går runt ringen och sjunger:

Björnen sover,
björnen sover
i sitt lugna bo.

Han är inte farlig,
bara man är varlig,
men man kan dock,
men man kan dock
honom aldrig tro.

- När sången tar slut vaknar björnen och ska försöka ta fast någon. Den som blir tagen är björnen i nästa runda.

RÖRELSEÅNGLEKAR

Lilla snigel

- Alla sitter i en ring med fötterna sträckta inåt
- Utse en som sitter i mitten
- Alla sjunger sedan tillsammans sången "Lilla snigel" :

Lilla snigel, akta dej,
akta dej, akta dej,
Lilla snigel, akta dej,
Annars tar jag dej.

- När sången är slut drar alla i ringen snabbt in sina fötter.
- Den som sitter i mitten ska försöka ta tag i en av deltagarnas fötter .
- Den som blir tagen får sitta i mitten.

TIPS:

Ni kan också leka tafatt till sången, då är alla förutom en sniglar som rör sig omkring tagaren i mitten. När sången tar slut börjar alla springa och den i mitten försöker ta fast de andra. Den som blir tagen blir tagaren i nästa runda.

RÖRELSESÅNGLEKAR

Nu ska vi ut på Tigerjakt

- *Detta är en sånglek inspirerad av Mora Träsk- Tigerjakten.*
- *Leken kan lekas i olika miljöer(daghemsgården, skogen..) Rör er aktivt medan ni sjunger sången!*
- *Sätt ut en klar start- linje. (t.ex. ett sträck eller välj ett träd)*

Nu ska vi gå på tigerjakt (Nu ska vi gå på tigerjakt)
Vi kommer till nåt gräs (Vi kommer till nåt gräs)
Vi kan inte gå runt det (Vi kan inte gå runt det)
Vi kan inte gå under det (Vi kan inte gå under det)
Vi måste gå igenom det (Vi måste gå igenom det)

schuschuschuschu- Gå framåt och för handflatorna mot varandra.

Vi kommer till en flod (Vi kommer till en flod)
Vi kan inte gå runt den (Vi kan inte gå runt den)
Vi kan inte gå under den (Vi kan inte gå under den)
Vi måste simma över den (Vi måste simma över den)

simsimsimsimsim- Simma framåt med stora armrörelser

Vi kommer till ett träd (Vi kommer till ett träd)
Vi kan inte gå runt det (Vi kan inte gå runt det)
Vi måste klättra upp i det (Vi måste klättra upp i det)

huhuhuhuhu- Gör stora kliv och grepprörelser med händerna

Vi tittar oss omkring (Vi tittar oss omkring)
Vi kan inte se nånting (Vi kan inte se nånting)
Vi måste klättra ner igen (Vi Måste klättra ner igen)

huhuhuhuhu- Gör stora kliv bakåt och grepprörelser med händerna

shhh

Vi kommer till en grotta(Vi kommer till en grotta)

Det är alldeles mörkt

Vi känner oss omkring

Vi känner något mjukt

En t-t-t-tiiiiigeeeeer- iik

Spring tillbaka till start-platsen

RÖRELSESÅNGLEKAR

Klappa händerna

- Sjung och gör rörelser till låten:

Klappa händerna när du är riktigt glad
Klappa händerna när du är riktigt glad
Du kan också glädja andra
Som på denna jorden vandra
Klappa händerna när du är riktigt glad

Knäpp med fingrarna när du är riktigt glad
Knäpp med fingrarna när du är riktigt glad
Du kan också glädja andra
Som på denna jorden vandra
Knäpp med fingrarna när du är riktigt glad

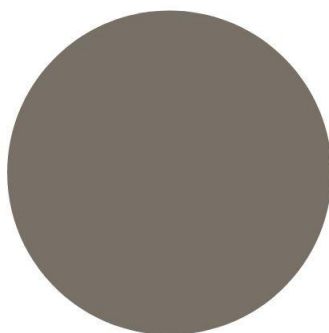
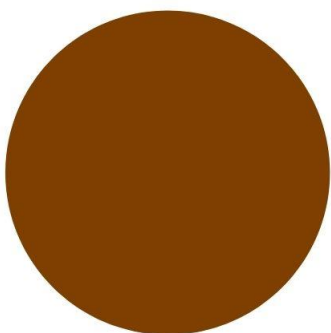
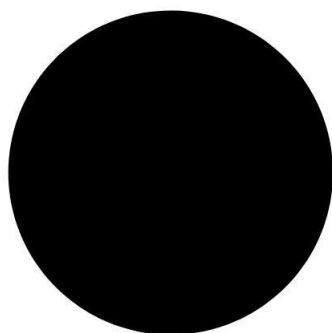
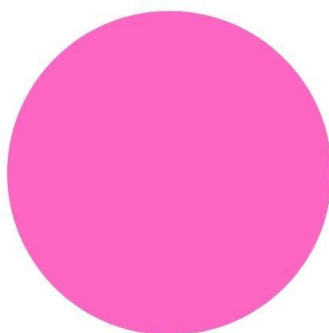
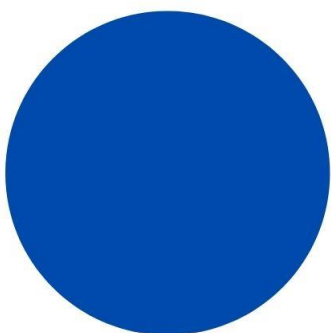
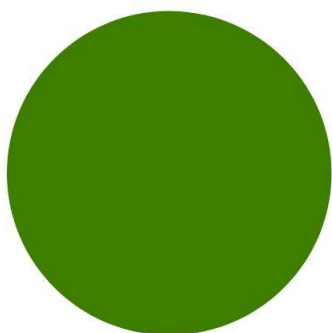
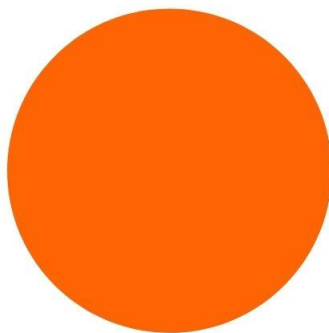
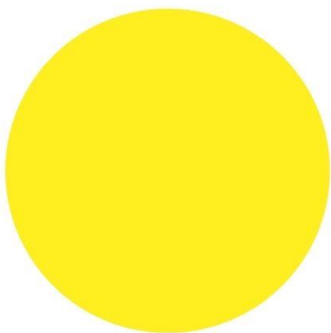
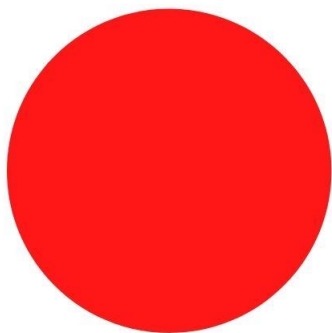
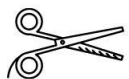
Stampa fötterna när du är riktigt glad
Stampa fötterna när du är riktigt glad
Du kan också glädja andra
Som på denna jorden vandra
Stampa fötterna när du är riktigt glad

Slå på dina knän när du är riktigt glad
Slå på dina knän när du är riktigt glad
Du kan också glädja andra
Som på denna jorden vandra
Slå på dina knän när du är riktigt glad

Säg: "Hej! Hej" till vännen din som sitter där
Säg: "Hej! Hej" till vännen din som sitter där
Du kan också glädja andra
Som på denna jorden vandra
Säg: "Hej! Hej" till vännen din som sitter där

Gör nu alltihop om du är riktigt glad
Gör nu alltihop om du är riktigt glad
Du kan också glädja andra
Som på denna jorden vandra
Gör nu alltihop om du är riktigt glad

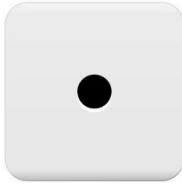
Bilaga I.



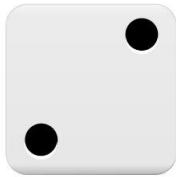
Bilaga 2.



Bilaga 3.



1. Hoppa på stället på ett ben



2. Hitta ett par, håll varandra i händerna och hoppa jämnfota upp och ner.



3. Gör tre höga grodhopp upp och ner. Sträck ordentligt på fingrarna och tårna.



4. Gör fyra X-hopp

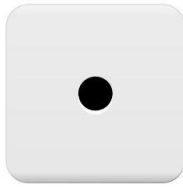


5. Gör fem skidhopp

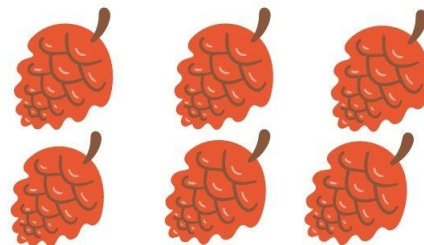
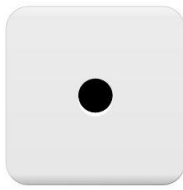


6. Gör sex valfria rörelser

Bilaga 4.



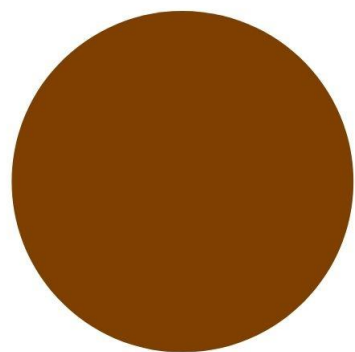
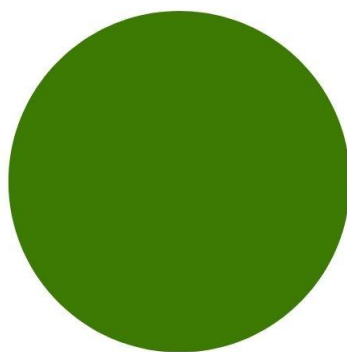
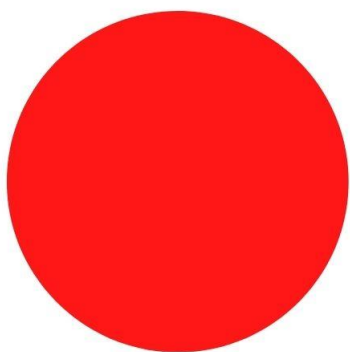
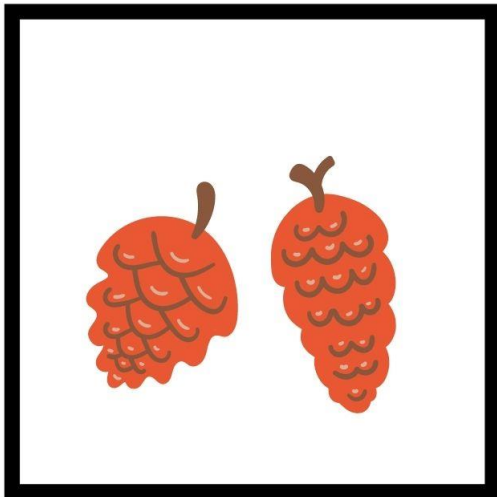
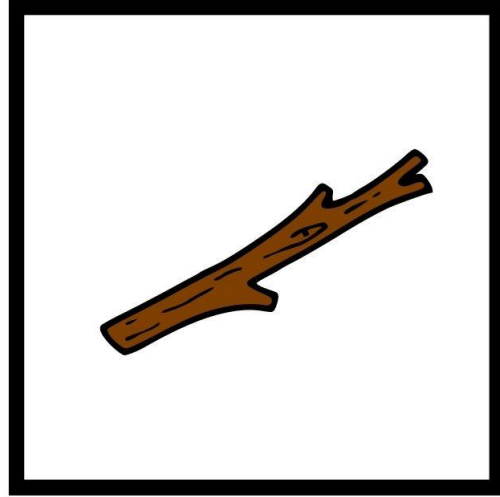
Bilaga 5.



Bilaga 6.



Bilaga 7.



Klipp ut tummarna ,
laminera och
utvärdera
aktiviteterna efteråt.

TIPS



KÄLLOR

Aulio, O., 2009, *Suuri leikkikirja*,
Gummerus kustannus Oy, Helsinki.

Cederlund, C. & Berglund S-A., 2017, *Socialpedagogik – pedagogiskt socialt arbete*, 2
uppl., Liber AB, Stockholm.

Jämsén,A., Villberg, J., Mehtälä,A., Soini,A., Sääkslahti,A., Poskiparta,M., 2013, *3-4-
vuotiaiden lasten fyysinen aktiivisuus päiväkodissa eri vuodenaikoina sekä
varhaiskasvattajan kannustuksen yhteys lasten fyysiseen aktiivisuuteen*
Journal of Early Childhood Education

Planen för småbarnspedagogik i Helsingfors, 2019. Tillgänglig:
[https://www.hel.fi/static/liitteet-2019/KasKo/sves/Planen-for-smabarnspedagogik-i-
Helsingfors-UTKAST.pdf](https://www.hel.fi/static/liitteet-2019/KasKo/sves/Planen-for-smabarnspedagogik-i-Helsingfors-UTKAST.pdf) Hämtad: 3.3.2021.

Sääkslahti., A., 2018, *Liikunta varhaiskasvatuksessa*, 2 uppl., Ps-kustannus, Jyväskylä.

Undervisnings- och kulturministeriet, 2016. Tillgänglig:
[https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75628/okm24.pdf?
sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75628/okm24.pdf?sequence=1&isAllowed=y) Hämtad: 5.3.2022.

Utbildningsstyrelsen, 2018. Tillgänglig:
[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/grunderna-for-planen-for-
smabarnspedagogik-2018_0.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/grunderna-for-planen-for-smabarnspedagogik-2018_0.pdf) Hämtad: 8.3.2022.