

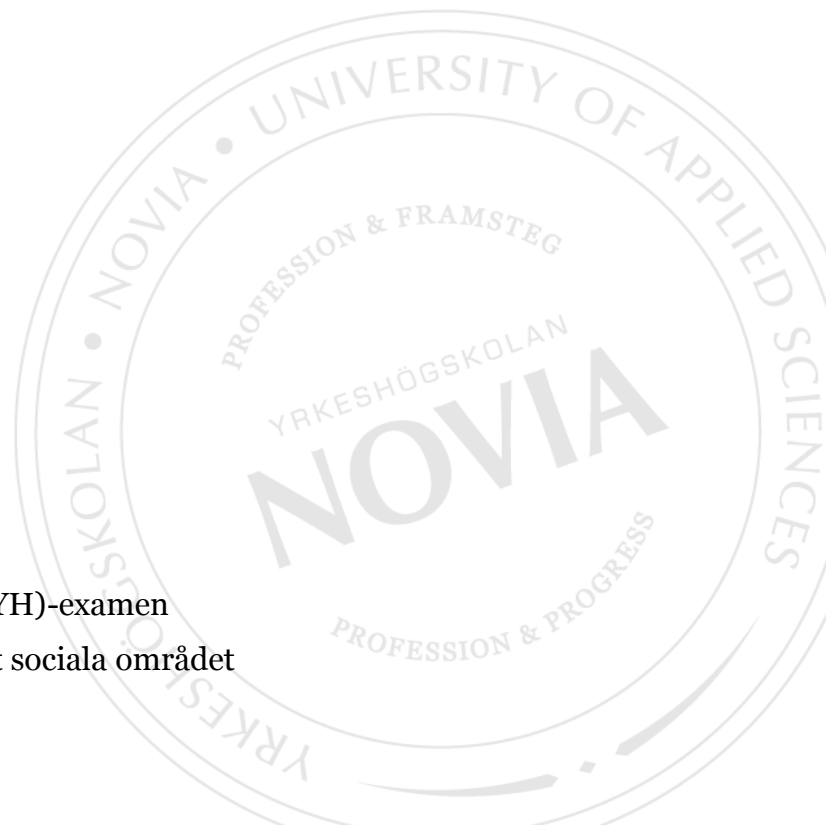
# **Motorisk utveckling hos barn**

## **En kvalitativ undersökning om hur barns motoriska utveckling stöds i daghemmen**

Malin Björnes

Joanna Hermans

Examensarbete för socionom (YH)-examen  
Utbildningsprogrammet för det sociala området  
Vasa 2016



## **EXAMENSARBETE**

Författare: Malin Björnes och Joanna Hermans

Utbildningsprogram och ort: Det sociala området, Vasa

Inriktning/alternativ/Fördjupning: Förskolepedagogik och metodik

Handledare: Carita Blomström och Ralf Lillbacka

Titel: Motorisk utveckling hos barn- En kvalitativ undersökning om hur motoriska utvecklingen stöds i daghemmen

---

Datum 18.4.2016

Sidantal 44

Bilagor 1

---

### **Abstrakt**

Syftet med detta lärdomsprov är att undersöka den motoriska utvecklingen hos barn och samtidigt ta reda på hur den motoriska utvecklingen stöds i daghemmen. De centrala frågeställningarna i vårt lärdomsprov är: Hur stöds den motoriska utvecklingen på daghemmen? Hur planerar pedagogerna en aktivitet med motoriskt innehåll för barnen? Finns det samband mellan motorisk utveckling och övrig utveckling? Vad avses med motoriska avvikelser och hur stöder man barn med sådana avvikelser?

Vår teoretiska del behandlar om vad motorik är, motoriska utvecklingen i olika åldrar och avvikelser i motoriska utvecklingen. Vi behandlar även lekens betydelse för motoriska utvecklingen och vad pedagogens roll i leken är. Vi kommer också att gå in på motionens betydelse för barns motoriska utveckling.

Undersökningen gjordes genom kvalitativ enkät med öppna frågor. Våra fem respondenter arbetade alla inom dagvården och har alla utbildning inom området. Undersökningen visade att personalen inom småbarnsfostran anser att motoriska utvecklingen är betydelsefull för barnens utveckling och är en stor del av vardagen på ett daghem.

---

Språk: Svenska

Nyckelord: Motorik, dagvård

---

# **BACHELOR'S THESIS**

Author: Malin Björse and Joanna Hermans

Degree Programme: Social Welfare, Vasa

Specialization: Pre-school pedagogy and methodology

Supervisors: Carita Blomström and Ralf Lillbacka

Title: Motoric development in children - A qualitative study of how motor development is supported in day care centers

---

Date 18.4.2016

Pages 44

Appendices 1

---

## **Summary**

The main purpose in this thesis is rendering how day care centers deem the importance of motorical development and how this is supported in praxis. Key discussions include following: How do pedagogues support the motorical development? How do pedagogues prepare for the activities with respect for development of motorical skills? Is there a link between motorical development and other areas of development? How are activities planned and how are considerations for motorfuncitonal development issues or abnormalities taken into regard?

In the theoretical section we emphasize what motorical development consists of, different development stages and deviations in motorical progress. With the help of this survey we try to clarify the role play has in motor development and what part the educator plays in in the process of evolvment. In this thesis we will also further look into how exercise take part in childrens motorical evolvment. The study was conducted through a qualitative survey with an open questionnaire. The five respondents all work in day care and were all qualified.

The results of this survey revealed that all participants deemed development in motorical skills as important for the overall development and big part of routines for everyday planning in day care centers.

---

Language: Swedish

Keywords: Motor skills, day care

---

## Innehållsförteckning

1	Inledning.....	1
2	Syfte och frågeställningar.....	1
3	Definition av motorik .....	2
3.1	Motorik och lärande.....	3
3.1.1	Reflexer och mognadsbestämda rörelser .....	4
3.2	Kategorisering av motorik .....	5
3.2.1	Grovmotorik .....	6
3.2.2	Finmotorik .....	6
3.3	Utveckling i olika åldrar .....	7
3.3.1	Barnet 0-7 månader .....	7
3.3.2	Barnet 8-18 månader .....	8
3.3.3	Barnet 2-4 år.....	8
3.3.4	Barnet 5-6 år.....	9
3.4	Avvikelse i motoriska utvecklingen.....	9
3.4.1	Arv och miljö.....	9
3.5	Samband mellan motorisk utveckling och övrig utveckling .....	11
4	Vad är lek?.....	12
4.1	Lekens betydelse och uppbyggnad .....	14
4.2	Historiskt perspektiv på leken.....	15
4.3	Olika typer av lekar.....	17
4.4	Begränsningar i leken.....	18
4.5	Lekmiljön .....	19
4.6	De vuxnas roll .....	21
5	Motion och rörelse för barn.....	24
5.1	Valo, Finlands Idrott rf.....	25
6	Sammanfattning av teoridelen.....	26
7	Undersökningens genomförande.....	28
7.1	Metodval .....	28
7.2	Datainsamling och sekretess.....	29
7.3	Analysmetod .....	29
8	Resultatredovisning.....	30
8.1	Inkludering och planering av motorisk verksamhet.....	30

8.2	Praktiska exempel på utveckling av motorik.....	32
8.3	Främja grov- och finmotorisk utvecklingen .....	33
8.4	Samband med övrig utveckling .....	34
8.5	Inkludering av barn med avvikelser .....	36
8.6	Sammanfattning av resultatet.....	37
9	Avslutande diskussion .....	39
	Källförteckning .....	43
	Bilaga 1 .....	45

## **1 Inledning**

Vi har valt att skriva vårt lärdomsprov om motoriska utvecklingen hos barn och samtidigt undersöka hur den stöds på daghemmen. Med motorik menas rörelsemönster eller rörelseförmåga. Den motoriska utvecklingen handlar om att lära sig styra över musklerna. Att bl.a. lära sig att springa, hoppa och gå har med motoriska utvecklingen att göra. Den motoriska utvecklingen lägger grund för all övrig utveckling och samspelar med de övriga sinnen och nervsystemets utveckling. Motoriska utvecklingen är speciellt viktig att stöda under de sex första levnadsåren, eftersom den då utvecklas som mest. Vi har därför valt att undersöka barn motoriska utveckling i det här åldrarna; hur och i vilken utsträckning den stöds i daghemmen.

Vi har båda erfarenhet av arbete inom småbarnspedagogik på daghem och har en inblick i arbetet med barn. Motorisk utveckling, med hälsa och fysisk aktivitet i fokus, är ständigt ett aktivt ämne. Barn rör sig allt mindre och barns vardag blir allt mer influerad av teknikens värld. Redan från ung ålder blir barn allt mer stillasittande. Det är viktigt att barn tidigt lägger en god grund och får en bra relation till fysisk aktivitet. Är barn fysisk aktiva så utvecklar de samtidigt motoriska färdigheter.

Vi valde att undersöka detta ämne närmare eftersom det är en mycket viktig grundpelare i barns utveckling samtidigt som vi vill ta reda på hur pedagogerna får in motorisk träning i vardagen på daghemmen. Vi vill även undersöka vilka aktiviteter pedagogerna använder sig av för att främja barns motoriska utvecklingen.

## **2 Syfte och frågeställningar**

Syftet med vårt lärdomsprov är att undersöka den motoriska utvecklingen och hur denna stöds på daghemmen. Vi vill reda ut hur daghemspersonalen arbetar för att främja barns motoriska utveckling. Genom vår undersökning vill vi även få en uppfattning om vad daghemspersonalen anser om motoriska träningens betydelse för barn.

I vårt lärdomsprov vill vi även ta reda på hur daghemspersonalen stöder barn med motoriska avvikelser. Undersökningen kommer att basera sig på enkäter med öppna frågor som sänts ut till daghem i Österbotten.

I lärdomsprov kommer vi närmare att begrunda frågeställningar som: Hur stöds den motoriska utvecklingen på daghemmen? Hur planerar pedagogerna en aktivitet med motoriskt innehåll för barnen? Finns det samband mellan motorisk utveckling och övrig utveckling? Vad avses med motoriska avvikelser och hur stöder man barn med sådana avvikelser?

Teoridelen kommer att innehålla definition av motorik, motoriska utvecklingsstadier, avvikelser i motoriska utvecklingen och lekens betydelse för den motoriska utvecklingen. Motionsrekommendationer för barn inom dagvården kommer vi även att behandla. Vi kommer inte att beröra eventuella skillnader könen emellan, eftersom vi anser att barn i denna ålder ännu inte har så stora motoriska utvecklingskillnader.

### **3 Definition av motorik**

Barn har ofta stort behov av att röra på sig och detta behov hjälper barn att utveckla sina motoriska färdigheter. Begreppet motorik omfattar allt som har med kroppens rörelseförmåga och -mönster att göra. Man kan även säga att motorik är samspel mellan kroppens olika delar. Begreppet motorik inkluderar också hur rörelser utvecklas och lärs in. (Ericsson, 2005, s. 19)

Motorik innefattar all rörelse människan utför med kroppen. Det är därför ordet motorik också är väldigt svårt att definiera. Man har börja använda ordet rörelse för att beskriva motorik eftersom ordet rörelse innefattar all slags motorik. Man kan också tala om motoriskt beteende som förknippas med ordet motorik, våra rörelser. Att hoppa, springa, gå och kasta hör till våra motoriska beteenden. Andra underkategorier till motoriskt beteende är motorisk utveckling, motorisk kontroll och motoriskt lärande. Motorisk utveckling kan definieras som den förändring som sker i det motoriska beteendet under en längre tid. Motorisk kontroll definieras som de rörelser och underliggande mekanismer

som sker i barnets kropp vid inläringen av nya rörelser. Motoriskt lärande i sin tur förklaras som den grupp av processer som är knutna till de rörelser och övningar barnet gör för att ta sig vidare på utvecklingsskalan, alltså hur barnet utvecklas. (Sigmundson & Pedersen, 2004, s.15-20)

### **3.1 Motorik och lärande**

Barnet kommer under de sex första åren att utvecklas mycket. Barnet går från spädbarn med reflexbeteende till ett barn som klarar många fysiska aktiviteter och som socialt kan samspela med sin omgivning. (Altmann, 2006, s. 9) Barnet utvecklas motoriskt under hela uppväxten. Vi födseln har barnet vissa medfödda reflexer som behövs för att överleva. Men barnet börjar snabbt utveckla andra motoriska rörelser. Man kan med ett annat ord benämna motorisk utveckling med begreppet motoriskt lärande. Med motoriskt lärande menas hur barnet införskaffar sig olika färdigheter såsom att krypa, stå och gå. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 61)

Alla kroppens funktioner styrs av vårt nervsystem. Nervsystemet är som ett kommunikationsnät i vår kropp som tar upp signaler, skickar information från kroppens olika organ och våra sinnen och skickas vidare hjärnan där den bearbetas. Därifrån skickas signaler vidare till muskler så att de kan utföra en planerad rörelse. Våra sinnen spelar en stor roll i hur vi uppfattar världen. Till de mest centrala sinnena som vi använder oss av vid motorisk utveckling är de kinestetiska sinnet (muskelsinnet), taktila sinnet (beröringssinnet) och det visuella sinnet (synen). Intryck från omvärlden registreras med hjälp av de olika sinnena. Det är hjärnan och nervsystemet tar emot signaler från olika sinnena och från övriga delar av kroppen och utifrån denna information styrs kroppens funktioner. Varje rörelse måste få en impuls från nervsystemet för att kunna läras in. (Ericsson, 2005, s. 20-24)

Vårt nervsystem lagrar information om de rörelser och rörelsemönster vi lär oss. Detta gör att vi uppnår en förbättring ju mera man upprepar en rörelse, t.ex. rörelsen man gör när man kastar. Rörelserna styrs från nervsystemet och det behövs många upprepningar av samma rörelse för att den ska läras in. När nervsystemet lärt sig en rörelse är det lättare att skapa nya nervbanor från de nervbanor som skapats av den inlärd rörelsen. Desto mera en



rörelse utförs och ju bättre och mera automatiserad den blir så ger det en bättre utgångspunkt för nästa rörelse på utvecklingsskalan. (Sigmundson & Pedersen, 2004, s.47-51; Ericsson, 2005, s. 20-24)

Varje gång man utför en rörelse registreras den i vårt nervsystem som något positivt eller negativt. En positiv rörelse är en rörelse där kroppens muskler stärks på ett bra och hälsosamt sätt, vi lär oss alltså av denna rörelse och den hjälper till att stöda våra motoriska grunder. Depositiva rörelser är exempel på positiva rörelser. De stärker människan och gör människan vigare. De negativt inlärd rörelserna däremot sliter på vår kropp. (Sigmundson & Pedersen, 2004, s.47)

Till nervsystemet hör även det motoriska nervsystemet. Det motoriska nervsystemet kan ytterligare indelas i somatiska nervsystemet (viljestyrd) och autonoma nervsystemet (icke viljestyrd). Det somatiska nervsystemet kan påverkas med viljan och styra kroppens skelettmuskulatur och sinnen, medan det autonoma nervsystemet styr kroppens inre. Till autonoma nervsystemet hör exempelvis hjärta och andra inre organ. Dess funktion kan man inte styra med vilja. (Aroseus, 2014)

### **3.1.1 Reflexer och mognadsbestämda rörelser**

Alla föds med vissa rörelsemönster och reflexer som är utgångspunkt för att det nyfödda barnet ska kunna orientera sig i omgivningen, skydda sig och få i sig näring. Exempelvis när man berör ett spädbarns ansikte utlöser detta sökande efter mat, när underlaget sviktar så börjar barnet spreta med armar och ben och öron, näsa och mun stängs om barnet hamnar under vatten. Om man berör barnet i handen eller under fotsulan så utlöser det en gripreflex. För att kunna påbörja utvecklingen av nervsystemet krävs dessa medfödda reflexer. Hos barnet är reflexerna starkast de fyra första månaderna. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 83; Håkansson & Löfdahl 2008, s.7)

När barnet växer och hjärnan utvecklas så försvinner reflexerna allt mer. Reflexerna ersätts med sammansatta rörelsemönster och reflexerna blir mindre framträdande. Men alla reflexer ersätts inte av sammansatta rörelsemönster utan kombineras till olika reflexsystem. Till dessa permanenta reflexer hör tånjningsreflexer, hållningsreflexer och toniska halsreflexer. Dessa är till för att kroppshållning, rörelser och balansen. Hållningsreflexen är

t.ex. till för att kroppen omedvetet ska arbeta mot tyngdkraften för att hållas upprätt. Centrala nervsystemet bearbetar konstant stimuli från kroppens alla sinnen för att skapa balans i kroppen. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 83)

De första månaderna utvecklar barnet rörelser som är ”kodade” i våra gener och utvecklas vart efter barnet växer, både fysiskt och psykiskt. Till dessa rörelser räknas bl.a. att lyfta huvudet, krypa och rulla runt. Mognadsbestämda rörelserna utvecklas i bestämd tur och ordning, främst styrd av arv och mognad. Men även stimulering via fysiska aktiviteter kan ha betydelse för hur snabbt barnet behärskar vissa färdigheter och när barnet är redo att gå vidare i utvecklingen. Men mognaden barn emellan kan skilja avsevärt. Vissa barn går redan innan de är ett år medan andra barn först går när de närmar sig ett och ett halvt år. (Ibid, 2002, s. 84-85)

Man kan inte enbart med hjälp av åldern avgöra hur långt ett barn kommit i den motoriska och biologiska utvecklingen, utan det krävs en viss mognad för att barnet ska lära sig vissa rörelser. Därför pratar man om att rörelser såsom krypa, åla och gå är mognadsbestämda. Mognadsbestämda rörelser är tillsammans med reflexerna element i människornas genetiska arv. Dessa har under en lång period utvecklats för att anpassas till de villkor miljön sätter på människan. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 84-85)

### **3.2 Kategorisering av motorik**

Begreppet motorik är väldigt brett och kan delas upp på flera olika sätt. Ett sätt att dela upp människans motoriska rörelser är proximala eller distala. Proximala färdigheter involverar de muskelgrupper som ligger nära kroppens centrum, medan de distala färdigheterna involverar muskelgrupperna som ligger långt från kroppens centrum, exempelvis händer och fötter. Många rörelser är dock både proximala och distala, d.v.s. man använder både proximala och distala färdigheter för att utföra en rörelse. (Sigmundson & Pedersen, 2004, s.21-22)

Andra sätt att klassificera människans rörelser är t.ex. diskreta och cykliska. Gemensamt för dessa klassificeringssystem är att de inte är klart avgränsade utan har flytande gränser. Med diskreta rörelser menas rörelser som har ett klart början och ett klart slut. Exempel på

sådana rörelser är bollkast. Till cykliska rörelser räknas upprepande rörelser såsom längdhopp och simning. (Ibid, 2004, s.22-23)

Ett av de vanligaste sätten att dela in motorik i är grov- och finmotorik. Gränsen mellan dessa är väldigt fin. Barnets grovmotoriska utveckling utgör grunden för den finmotoriska utvecklingen. I grova drag kan man säga att de finmotoriska rörelserna görs med exempelvis ansiktet och händerna medan de grovmotoriska görs med t.ex. armar och ben. De små musklerna, som vi kan kalla de finmotoriska, stöder upp och preciserar de stora musklerna som utför de grovmotoriska rörelserna och vice versa. Den fin- och grovmotoriska utvecklingen går alltså hand i hand. (Grindberg & Jagtøien, 2000, s. 32-33; Sigmundson & Pedersen, 2004, s.21-23)

### **3.2.1 Grovmotorik**

Grovmotorik utvecklas genom fysisk aktivitet. Med begreppet grovmotorik menas de rörelser som involverar de stora muskelgrupper. Några exempel på rörelser som infattar grovmotorisk verksamhet är t.ex. att krypa, hoppa, gå och springa. När barnet lär sig behärska rörelser bättre går de från att vara grovt koordinerade till att bli mer och mer automatiserade. Det behövs en viss mognad för att lära sig grovmotoriska rörelser. Till mognaden hör fysiska och psykiska aspekter. Den fysiska mognaden är beroende av den fysiska och psykiska och vice versa. (Grindberg & Langlo Jagtøien, 2000, s. 31-33; Sigmundson & Pedersen, 2004, s.21-23)

### **3.2.2 Finmotorik**

Finmotorik är det begrepp som används om de små rörelser utförs med kroppen. Dessa rörelser är de "finare" och mera preciserade rörelserna som krävs när man t.ex. ska sy och skriva. De rörelserna vi använder med de små musklerna i ansiktet när vi ler eller rör på ögonen räknas också till finmotoriska rörelser. Även de muskler som styr stämbanden är finmotoriska rörelser. Finmotoriska rörelser går, som de grovmotoriska, från att vara klumpiga rörelser som kräver mycket tankeverksamhet för att utföra till att bli mer och mer

kontrollerade och automatiserade rörelser. (Grindberg & Jagtøien, 2000, s. 31-33)

### 3.3 Utveckling i olika åldrar

Den motoriska utvecklingen är individuell och unikt för alla barn. Utvecklingen kan delas upp i olika faser och åldrar. Övergången mellan dessa faser i utveckling är ofta diffusa och därför är det svårt att kategorisera dem. (Ericsson, 2005, s. 31)

Precis som med alla annan utveckling är det svårt att avgöra vad som är normalt och onormalt. Alla barn utvecklas i olika takt, men det finns ändå vissa riktlinjer för hur ett barn borde utvecklas och hur utvecklingen generellt har sett ut hos barn genom tiderna. Under de sex första åren utvecklas barn väldigt mycket motoriskt. (Altmann, 2006, s. 9; Holle, 1982, bilaga 1)

Birgitta Holle har i sin bok *Normala och utvecklingshämmande- Barns motoriska utveckling* sammanställt de mest typiska utvecklingen som sker inom vissa åldrar. Utvecklingen hos barn från noll till sex är följer nedan.

#### 3.3.1 Barnet 0-7 månader

Under tidiga stadiet av spädbarnsåldern är rörelserna okontrollerade och reflexmässiga, exempelvis sug- och gripreflexen är viktig för barnet överlevnad. Småningom lär sig barnet att lyfta på huvudet och både hålla huvudet rakt och i vridläge. Barnet börjar också inom denna utvecklingsfas vända sig från mage till rygg och vice versa. När barnet ställs att stå på fötterna kan de i denna fas stöda litet på benen mer och mer, benen blir alltså inte helt slappa. Under denna ålder börjar barnet allt mer undersöka omgivningen, först och främst genom att stoppa saker i munnen. Praktiska saker som barnet kan börja utföra vid denna ålder är t.ex. dricka ur mugg med hjälp av en vuxen.

### 3.3.2 Barnet 8-18 månader

När barnet är ungefär åtta till tio månader börjar barnet att ta sig fram mera på egen hand. Barnet kan sitta med rak rygg, stå med stöd t.ex. upp mot någon möbel och börjar senare också att krypa. Barnet tar sig också upp från liggande till sittande under denna ålder. Lekar som att ge och ta ett föremål och att föra ett föremål fram och tillbaka är populära. Barnet kan också börja hantera sin finmotorik bättre och kan börja använda pincettgrepp och plocka upp små föremål t.ex. vid matsituationen.

När barnet lär sig gå, vanligt vid ett års ålder, räknas det som en av de största milstolparna i barnets motoriska utveckling. Barnet kan alltså börja ta sig fram för egen maskin. Vid ett års ålder börjar barnet sträcka ut sina kroppsdelar vid påklädning, alltså själv hjälpa till att klä på sig. Barnet börjar känna igen namnet på olika kroppsdelar och kan peka ut dessa och nämna några av dessa med ord. Barnet har börjat äta med sked själv och senare, vid ett och ett halvt år, äta med liten gaffel. Barnet springer ofta, kan gå baklänges, sidledes och sparkar gärna boll. Detta är en händelserik period i utvecklingen.

### 3.3.3 Barnet 2-4 år

Barnet kan börja gå i trappor med hjälp av att göra dubbelsteg och av att ta stöd av ledstången. Barnet hoppar med hela fotsulan, stannar plötsligt för att sedan sätta av i full fart igen. Att cykla på trehjuling är något barnet börjar behärska vid denna ålder. Finmotoriken utvecklas allt mer. Barnet kan hantera en penna och kan rita både lodräta och vågräta sträck och även cirklar. Barnet klarar också av att kasta något åt ett bestämt håll, alltså barnet kan sikta på något och kasta ditåt.

Vid en ålder av tre till fyra år börjar barnet gå med svängande armrörelser, springer fritt, går fritt i trappa utan stöd och utan dubbelsteg. Barnet klarar även av att fånga stora föremål om de kastas i lek. Barnet känner nu också igen kända föremål genom att endast känna på dessa. Barnet kan också hantera t.ex. pensel.

### **3.3.4 Barnet 5-6 år**

När barnet kommer upp i fyra till fem års ålder börjar det ofta klara av mer avancerade precisionsrörelser i sin grovmotorik som att t.ex. stå på ett ben. Hoppa hage är något som passar denna åldersgrupp eftersom de lär sig att byta från att stå på ett ben till att igen stå på två. Barnet kan ofta också fånga små föremål med båda händerna. Finmotoriken i händerna är ofta pass utvecklad så att barnet kan rita olika figurer och motiv klart och tydligt.

Barnet går inte mera på tårna, vilket kan förkomma i de lägre åldrarna. Hoppa hopprep är något som är populärt i denna ålder. Barnet tycker om att dansa och röra sig kontrollerat till musik. Barnet använder händerna på ett vuxet sätt; äter, ritar och färglägger bilder bra. Att kastar och fångar föremål klarar barnet väl. Barnet kan klä på sig själva och vissa kan också redan i denna ålder t.ex. knyta en rosett. Viktigt att poängtera är att utvecklingen är individuell och alla barn utvecklas i egen takt.

## **3.4 Avvikelse i motoriska utvecklingen**

Med avvikelser i motoriska utvecklingen menas det tillstånd som innefattar en antingen fullständig eller delvis frånvaro av vissa rörelser. Om rörelserna är helt frånvarande kallas detta för paralis. Till olika typer av motoriska problem hör även klumpiga eller ineffektiva rörelser. (Sigmundson & Pedersen, 2004, s.20)

### **3.4.1 Arv och miljö**

Det finns många teorier om vad som kan orsaka motoriska problem, men ingen enskild orsak kan påvisas, utan man menar att orsakerna kan ha att göra med många olika faktorer. Två av dessa faktorer är arv och miljö. (Sigmundson & Pedersen, 2004, s.75-76)

När det kommer till olika ärvda faktorer, som kan tala för eller emot människans optimala motoriska utveckling, talas det om anlag. Anlag definieras som en nedärvd, tämligen bestående och stabilt karaktärsdrag som ligger som grund och antingen stöder eller försvårar människans förmåga att lära sig motoriska färdigheter. I folkmun refereras frekvent till uttryck såsom "hon har goda anlag för basket". Med detta menas att flickan ser ut att ha goda förutsättningar både fysiskt och psykiskt att bli en god basketspelare. Anlagen är nedärvda och kan inte förändras genom träning. Det är användandet av dem eller vikten av dem som kan förbättras eller försämrats via träning och stimulans. (Schmidt & Wrisberg, 2001, s. 32-33, 47)

ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder), DAMP (Deficiency of Attention, Motor control and Perception) är två av dessa diagnoser som anses ha med arvet att göra. Gemensamt för dessa är att de inte enbart innefattar dålig motorik. Vissa menar att sådana diagnoser kan uppkomma både före, under eller efter födseln. Motoriska problem kan även ha med miljön att göra. Hit kan man exempelvis räkna bristande stimuli eller låg aktivitetsnivå som orsaker. (Sigmundson & Pedersen, 2004, s. 76-77)

Vissa problem kan uppstå i frågan om hur människan lär sig och vad som är väsentligt för dem att behärska. Detta kan inte reduceras till en fråga om vad vi som biologiska individer har för förmåga. Man måste också ta i beaktande vår omgivning, vilka resurser och vilka krav som ställs. (Säljö, 2000, s. 17)

En dåligt utvecklad motorik kan dock i många fall tränas upp och utvecklas till det bättre. Detta sker via systematisk stimulering/ träning. Många barn får från födseln den vardagliga stimulansen i hemmet som behövs för att utveckla motoriken. Den vardagliga stimulansen kan fås när barnet exempelvis är med sin mamma när hon utför vardagssysslor. Ett barn med motoriska avvikelser, t.ex. en lätt förlamning, kan ha svårt att delta i vissa vardagliga situationer. (Holle, 1982, s.111)

När man väljer vilken form av träning som skulle vara bäst för just barnets specifika problem måste man ha gjort en noga dokumentation av de problem som finns i barnets

motoriska utveckling. Man bör välja en träningsmetod åt barnet som är bäst anpassad för barnets problematik. Valet av metod blir mycket lättare om man gjort en noggrann dokumentation innan. När barnen under en period fått ta del av träning för att utveckla sin motorik kan man utvärdera denna genom att man t.ex. speglar dessa framsteg gentemot en grupp med andra barn som inte fått denna träning. Detta skall såklart göras av någon professionell som har utbildning inom området, såsom en fysioterapeut. (Sigmundson & Pedersen, 2004, s.78)

Barn med fin- och grovmotoriska avvikelser kan endera ha förseningar i utvecklingen eller att vissa rörelser helt uteblir. Kännetecknen för avvikelser i finmotoriken är att barnet har svårt att använda sig av pincettgrepp (klippa med sax, skriva) medan kännetecknen på rörelser som kan vara svåra för barn med grovmotoriska svårigheter är att t.ex. hoppa och springa. Ofta ser man dock samband mellan både de fin- och grovmotoriska svårigheterna och ett barn kan ha problem med dem båda. Ett barn som inte är lika långt motoriskt utvecklad som sina lekkamrater kan lättare börja dra sig undan de andra och känna sig socialt utstött fastän barnet kanske har goda sociala kunskaper. När barnet drar sig undan lek med andra barn är det början på en ond cirkel. Eftersom leken stöder den motoriska utvecklingen är det viktigt att barnet deltar. När barnet då drar sig undan leken hämmas både motorisk utveckling och social kompetens. (Nielsen, Vesterdorf & Saftved, 1991, s.9-10)

### **3.5 Samband mellan motorisk utveckling och övrig utveckling**

Den motoriska utvecklingen inverkar även på annat än den fysiska utvecklingen. Övning av motoriken har även påvisats ha effekter på bl.a. självförtroendet, språkutvecklingen, social kompetens, jaguppfattningen och förmåga att uttrycka sig i tal och skrift. Behärskar barnet den motoriska delen av utvecklingen bra så kanske barnet har en bättre självuppfattning än om det fanns problem på det motoriska planet. Att öva på motoriken stimulerar barns erfarenhet och tänkande, vilken också har en inverkan på språket. (Nordlund, Rolander & Larsson, 1997, s.17, 26)



Kroppsuppfattning, kroppsspråket och personlighetsutvecklingen anses även ha ett samband med motoriska utvecklingen. När barnet rör sig ökar det kroppsmedvetenhet. Barnet lär sig känna kroppen, får en uppfattning hur den funderar och ser ut. Till medvetenheten om kroppen räknas även kroppsspråket, d.v.s. hur man uttrycker sig med kroppen och visar känslor. (Nordlund, Rolander & Larsson, 1997, s. 26; Folkhälsoinstitutet, 1997, s.16)

När barn rör på sig utvecklas muskulaturen, benstommen stärks, koordinationsförmågan förbättras och uthålligheten ökar. En aktivitet som tidigare nämnts som motoriskt främjande är leken. Leken har betydelse för barns utveckling och inläring. I leken utvecklas barnet som individ, självuppfattningen och uppfattningen om andra. Barnet lär sig samarbeta med andra och anpassa sig till regler. Även språket utvecklas i leken. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 146; Nordlund, Rolander & Larsson, 1997, s. 22)

#### **4 Vad är lek?**

För barn är lek ett behov, ett sätt att lära sig, ett sätt att ta in omvärlden. Men leken är även en rättighet. FN:s konvention om barns rättigheter definieras:

*”Varje barn har rätt till lek, vila och fritid.”*

De länder som anslutit sig till FN är tvungna att anpassa lagstiftning så att det följer konventionen. Om något land vägrar se att barn far illa eller blundar för barns behov, bryter det mot konventionen. (Rädda barnen, 2012)

Under hela uppväxten präglas barnets vardag av lek. Det mest betydelsefulla för barnets utveckling och lärande är leken. Vartefter barnet utvecklas, utvecklas även lekarna från att

vara ganska enkla till att bli mer och mer avancerade. Alla barn är olika och leker på olika sätt på olika platser, men gemensamt för dem är lusten att leka. Där det finns barn finns det lek. Oavsett varifrån barnet kommer, vilken kultur barnet tillhör eller ekonomiska förutsättningar finns det lek. Lek uppkommer på alla ställen vid alla tillfällen. Även om det inte finns färdiga lekar och leksaker så tillverkar barnen egna. Genom leken utforskar och upptäcker barnet omgivningen, får nya erfarenheter och förmågor, lär sig att kommunicera och fungera tillsammans med andra och lär sig motoriska färdigheter. (Granberg, 2004, s. 8, 10)

Om man har en vidgad syn på leken är det lättare att förstå barns, men även vuxnas, beteende. När barnet slutar på daghemmet och börjar skolan så upphör inte lekandet och lärandet tar över, utan man fortsätter även i skolan att lära sig genom att leka. Många människor leker livet ut. Men oftast kallar vi inte vuxnas lek för lek. Vuxna spelar datorspel, sällskapsspel, dansar, satsar pengar på lotteri och spelar fotboll. Dessa typer av "lekar" kallar vi inte för lek även om det är. (Ibid, 2004, s. 8-9)

Leken är mycket svår att på ett enkelt sätt beskriva. Men leken innehåller ändå några karakteristiska drag. Leken är en frivillig aktivitet som ger barnet möjlighet att bearbeta världen omkring sig. Barnet styrs av inre motivation till lek. I leken bestämmer barnet själv regler och sätter den verkliga världen ur spel. Även om leken innehåller regler är det ändå spontaniteten som styr. I leken används det som man redan kan eller har. Leken utmanar barnet på intellektuell, fysisk/motorisk, språklig och social nivå. (Grindberg & Langlo Jagtøien, 2000, s.81-82)

Leken kvarblir aldrig utan fortskrider hela tiden och utvecklas. Barnet leker för att leka och har ingen tanke på att de ska utvecklas i leken, även om de gör det på många olika nivåer. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 146-147)

## 4.1 Lekens betydelse och uppbyggnad

Leken är viktig för barnet och dess utveckling. I leken finns det vissa regler barnet måste följa, kunskaper som barnet måste skaffa sig och vissa handlingar som ska utföras. Med andra ord kan man säga att man kan se leken som ett minisamhälle. Genom leken socialiseras barnen med de normer och värderingar som råder. (Åhs, 1986, s.85)

Leken är betydande för barnets motoriska utveckling. Leken kan vara avgörande för hur barnet utvecklas som individ, uppfattar sig själv och uppfattar andra och omvärlden. Barnet kan genom leken få utlopp för känslor och ges möjlighet till olika upplevelser. Leken medför glädje, avkoppling, spänning och känsla av att kunna bemästra något. Leken kan ej ersättas och bytas ut mot något annat. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 146-147) När barnet leker och rör på sig utvecklas muskulaturen, balansen förbättras, uthålligheten ökar, benstommen stärks, koordinationsförmågan förbättras, barnen lär sig samarbeta och anpassa sig till regler. Även språket utvecklas i leken. Barnen lär sig även mycket om sig själva och världen omkring. (Nordlund, Rolander & Larsson, 1997, s. 22)

Det är bra om barnen leker mycket så de lär sig leka i både grupp och enskilt eftersom detta har visat sig ha stor inverkan på hur de kan planera saker och ting längre fram i livet. Ett barn som lär sig leka självständigt och leka tillsammans med andra har lättare att kunna anpassa sig till lekar och regler och även kunna planera lekarna bättre. Detta gör att barn som klarar av detta i ung ålder kan i skolålder eller i arbetsliv klara av att exempelvis planera sina arbetsuppgifter lättare. (Ericsson, 2005, s.41-46)

Även om barnet lär sig mycket genom leken så leker inte barnet just av den orsaken, barnet leker för att de vill och viktigaste med leken för dem är att få delta. Barnet leker för att det är roligt och leken i sig är målet. Barnet planerar inte heller hur leken ska sluta, utan leken fortgår hela tiden. Det är viktigt att barnet inte känner sig tvingad till att leka utan att barnet har en inre motivation till att delta i leken. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 147-148).

Barn behöver utrymme, tid och tillåtelse att leka vilda och fartfyllda lekar med hela kroppen. De vilda lekar tar plats och hörs mycket och kan därför upplevas som ett slags kaos av åskådare. Men efter kaos kommer ordning, och ingen ordning utan kaos. Matematikcentrum, som är beläget nära rörelsecentrum i hjärnan, kan stimuleras av stora kropps rörelser, som man använder när man leker vilda lekar. (Ericsson, 2005, s.132)

Men många faktorer kan spela in på hur leken tar form och vad den innehåller. Det är stor skillnad på vilken ålder och utvecklingsstadie barnet befinner sig i. Miljön som leken utspelar sig på formar leken. Antalet barn i leken och fördelning mellan pojkar och flickor ger även leken sin karaktär. (Grindberg & Langlo Jagtøien, 2000, s.132)

Det är även viktigt att barnet kan låtsas i leken, det vill säga att barnet kan fantisera. Barn som har rikligt med upplevelser har lättare att leka ”låtsas-om-lekar”. Dessa barn har lättare att skapa fantasivärldar och vara kreativa. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 148-152)

## **4.2 Historiskt perspektiv på leken**

Hur man sett på leken genom tiderna har kopplats till hur teoretikerna sett på barn och barns utveckling. För några hundra år sedan trodde man att barn inte hade några kompetenser och saknade förstånd. Tidvis har man även trott att barn föds som onda och man behöver driva ut det onda genom att tukta och härda barnen. Under 1900-talet har synen på barnen och barns utveckling ändrats markant. (Granberg, 2004, s. 29)

Leken är något som följt med barn genom årtusenden, som en inbyggd drift. Men uppfattningarna om vad leken är och vad dess uppgift är har varierat genom tidens gång. Redan i antikens Grekland talade dåtidens stora filosofer om leken och dess betydelse. Filosofen Aristoteles (384-322 f.Kr.) menade att leken och lusten var av stor vikt för all inläring. Han menade att barn ska röra på sig, lek och härma för att lära sig och att barn

senare har nytta av detta i livet. Filosofen Platon (427-347 f.Kr.) hade samma tankar som Aristoteles berörande lekens roll och han menade även att barn lär sig bättre om det är under tilltalande och lekfulla former. (Stensmo, 2007, s.99)

Den tysk- amerikanske psykoanalytikern Erik Homburger Erikson beaktade leken mera som en utvecklingsform snarare än en beteendeform. Freuds lärjunge, Erikson, utvecklade psykoanalysens lekteori. Han riktade uppmärksamheten på lekens betydelse för barnets psykiska utveckling. (Åm, 1986, s. 12) Erikson menade att barnet genom leken lär sig behärska sina känslor både för sig själv och i förhållande till andra. Han ansåg att barnet genom leken bearbetar det som är svårt. Auto-sfär, mikro-sfär och makro-sfär är de tre utvecklingsstadierna som Erikson delar in leken i. Auto-sfären rör det lilla barnet, som endast leker kring den egna kroppen. I följande utvecklingsstadie, mikro-sfären, börjar barnet använda sig av leksaker och småningom börjar integrera med andra. I den sistnämnda sfären, mikrosfären, samspekar barnet med andra och lär sig hur man leker tillsammans med andra. (Grindberg & Langlo Jagtøien, 2000, s. 87)

Jean Piaget, känd som schweizisk psykolog, filosof och pedagog, delade in leken i tre kategorier. Den första av dessa är den sensomotoriska leken eller även kallad övningslek. Aktiviteten i sig är ett mål i övningsleken. Denna typ av lekform används genom hela barndomen när man ska lära sig något nytt. Symbolisk lek eller rollek används främst av två till sju åringar. Här är fantasin det viktigaste redskapet; barnet fantiserar och gör om saker till något annat. Genom rollekarna lär sig barn att se verkligheten ur ett annat perspektiv än deras eget. Men Piaget koncentrerade sig mycket på barnets individuella utveckling. Vad barnet leker beror på vilket utvecklingsstadie barnet befinner sig i och det beror inte alla gånger på vilken ålder barnet har utan mognaden hos barnet. (Grindberg & Langlo Jagtøien, 2000, s. 88-89)

Psykologen och filosofen Lev Vygotskij lade, precis som många andra, vikten vid den sociala biten som leken bidrar med. Men han däremot menade att leken inte var driven av lust. Vygotskij menade att det finns saker som ger barnet mera lustfylldhet än leken. Han ansåg även att leken först kom in i barnets liv vid tre års ålder. Före detta är barnet endast medveten om nuet. (Stensmo, 2007, s. 194-195)

Även om det uppkommit mängder av lekteorier genom tiderna så kan man inte enbart tolka en som den rätta. Med en tolkning av olika delar av olika teorier, med inspiration av nya teorier och forskning kring leken, kommer man närmast sanningen. Det krävs många olika synvinklar för att få en teori som kan anses som den ”rätta”. (Åm, 1986, s. 24)

### 4.3 Olika typer av lekar

Det finns många olika typer av lekar. Sättet man kan dela in lekar på är många. Man kan bland annat dela upp leken i fem kategorier: övningslek, fantasilek, konstruktionslek, traditionslek och vild lek. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 162).

Uttrycket övningslek myntade Jean Piaget redan på mitten av 1950-talet. Aktiviteten i sig över att bemästra något ger glädje. Övningslekar ger barnet tillfälle att lära sig förstå och utforska kroppen, som ständigt förändras i växande ålder. Denna typ av lek kan både vara väldigt fysisk utmanande, ihärdig och en utmaning för den motoriska tekniken. (Ibid, 2002, s. 162).

Fantasilekar kan bl.a. uppstå när barn går fullständigt in i symbol- och rollekar. Fantasilekarna har inga begränsningar. Men dessa ”låtsas-som-om” lekar ställer mycket krav på kommunikationen barnen sinsemellan. Barnen måste kunna tolka vad som är ”lek” och ”icke-lek”, d.v.s. tolka hur de andra i leken pratar, ger signaler och tolka andras signaler. I denna typ av lek får barnen utveckla sin fantasi och kreativitet och kan ge barnen en positiv lekupplevelse. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 162-163)

I konstruktionslekar används material för att kunna genomföra denna typ av lek. I exempelvis gymnastiksalar har barnen sig själva, andra och redskap för att konstruera lekar med. (Ibid, 2002, s. 163)

Regellekar kan på många sätt förknippas med traditionslekar. Regellekar går från generation till generation och regler styr de olika lekarna. Det kan vara utmanande att lära sig reglerna, följa dem och vid avbrott kunna återuppta leken igen. Detta ställer krav på att barnen ska kunna leka ärligt för att det ska funka. I regellekarna sätts en viss spänning upp, som hålls kvar om inte det blir för mycket avbrott för att någon fuskar. Oftast består dessa lekar av motsatser, exempelvis anfall- försvarare, fånga- befria eller hålla samman- befria. Spänningen ligger också i att ingen vet hur leken kommer att sluta. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 164-165)

Den vilda leken är fysisk och kräver mycket utrymme. För åskådare kan leken verka kaotisk och hotfull. Redan vid två års ålder börjar barnet leka vilda lekar. Leken innehåller sju rörelsemönster: springa, jaga/fly, hoppa jämfota, slå varandra med öppen hand utan att träffa, slå varandra med redskap utan att träffa och falla. Kommunikationen i vilda lekar är mycket viktig. Barnet måste kunna läsa av vad den andra tål och vill. Den vilda leken ger fysiska och psykiska utmaningar, men ger samtidigt upplevelse av nära och positiv gemensam utveckling. (Ibid, 2002, s. 165-166)

#### **4.4 Begränsningar i leken**

För barnet är den motoriska utvecklingen en viktig aspekt för att tidigt kunna samspela med föräldrarna och för att kunna lära sig om sig själv och sin omgivning. Om de motoriska färdigheterna utvecklas som de borde ger detta barnet självförtroende och nyfikenhet, medan avvikelser i motoriska utvecklingen i sin tur kan leda till frustration och eventuella förseningar i övriga utvecklingen. För att barnet ska kunna leka behövs kroppen som medel. För att leken ska vara tillgänglig på alla plan krävs det att barnet känner tillit till sin kropp och rörelseförmåga. Om barnet inte känner denna tillit och känner viss osäkerhet begränsar det leken. (Nordlund, Rolander & Larsson, 1997, s.22)

Det är ett växande antal i dagens samhälle som har problem med motoriska färdigheter såsom att hoppa, springa, kasta och måla. Orsakerna till detta kan vara ärftliga faktorer,

psykiska problem, hämmad eller försenad motorisk utveckling eller att sinnen inte har blivit tillräckligt stimulerade. Detta kan gör att barnet skiljer sig från det som är typiskt för den utvecklingsåldern och kan ha svårt att delta i lekar med jämnåriga. Detta kan i sin tur leda till att det inte enbart är den motoriska utvecklingen som hämmas, utan även den övriga utvecklingen blir lidande. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 114-115)

Leken kan vara väldigt fysisk. Om barnet inte har automatiserade motoriska rörelser så måste barnet konstant tänka på hur vissa rörelser utförs. Det medför att barnet har svårt att hänga med eller vara med i leken och blir därför utanför. Det i sin tur leder till att barnet kanske inte får den sociala träningen som behövs för att utvecklas tillsammans med andra och utvecklas i leken. En negativ självbild kan göra att barnet inte vågar delta även om barnet har de färdigheter som krävs för leken. (Ibid, 2002, s. 114-115)

Det är viktigt att barn som lider av någon form av motorisk störning får vara med i leken och får chans till att träna på motoriska färdigheterna. Vuxna kanske behövs som stöd för att barnet ska lära sig de motoriska färdigheterna som behövs för att klara av leken. En vuxen kanske också behövs som stöd för att barnet ska komma in i leken. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 114)

#### **4.5 Lekmiljön**

Leken är en förutsättning för lärande och utveckling på daghemmen. Här ingår rörelse som en naturlig del i vardagen. På daghemmen finns det förutsättningar för fin- och grovmotoriska rörelser att utvecklas till automatiserade rörelser (Ericsson, 2001, s.132). Det är viktigt att vuxna emellanåt deltar i barnens lekar och aktiviteter för att kunna stöda barnens sociala förmågor och ge en positiv bild av rörelseupplevelser. Det är även viktigt att ta vara på glädjen i att leka och röra på sig eftersom detta är grunden i all fysisk träning. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s.153)



På ett daghem har man oftast tillgång till både ute- och innemiljö. Dessa miljöer ska komplettera varandra när det gäller möjligheten till olika typer av lekar. Innelekarna behöver vara sådana som inte kräver så stor fysisk ansträngning och inte så mycket utrymme. Däremot kan gårdsplanen inbjuda till mera fartfyllda och högljudda lekar. (Grindberg & Langlo Jagtøien, 2000, s.98-99)

Att få vistas i naturen tillsammans med pedagogerna bjuder in till att utforska naturen och tillåter barnen att få leka i en fri och spännande miljö. Naturen är ett av de viktigaste läromedlen för barnen och det är en rikedom om det finns att tillgå nära daghemmet. För barnet är det viktigt att få möjlighet att vistas i naturen under olika årstider och ser hur dessa ändras och får ta del av de olika säsongsanpassande aktiviteter. (Nordlund, Rolander & Larsson, 1997, s. 45) Det är viktigt att fostra barnen med kärlek till natur och aktivitet i olika miljöer. Detta kan i sin tur hjälpa barnen till att utveckla en aktiv livsstil. Man ska låta barnen vara fysisk genom att hoppa, springa och som vuxen uppmuntra dem till lek. (Altmann, 2006, s. 38-40)

Även utanför daghemmet kan barnen hitta många stimulerande lekar. Om man tillsammans med barnen promenerar utomhus så ger det upphov till många spontana aktiviteter. Barnen kan hoppa över diken, klättra i träd eller balansera på en stock. Själva förflyttningen i sig blir en mängd motoriska övningar. Barnet kan söka sig till sådant som de känner att inte de behärskar. (Ericsson, 2005, s.132)

Det är betydelsefullt för barnens motoriska utveckling att de får chans att utnyttja de utrymmen som finns att tillgå i leken, både ute och inne. På daghemmet borde när man möblerar se till att ge plats för olika lekar och aktiviteter inomhus. Daghemmet bör även vara möblerat på ett sätt som gör att det lockar barn till lek. Utomhus brukar det oftast inte finnas lika mycket lekredskap att tillgå som inomhus. Den fysiska utformningen i sig kan vara stor inspiration till lek. Det är viktigt att de vuxna är öppna för de ideér som barnen har och stöda dem. (Langlo Jagtøien, Hansen & Annerstedt, 2002, s. 98-99) Inne- och utemiljöerna bör även vara planerade så att de lockar till samarbete barnen emellan. Förutom inne- och uterummet så kan barnens arbetsmiljö även exempelvis innefatta ett

närbeläget skogsparti, idrottsplan eller lekpark. (Nordlund, Rolander & Larsson, 1997, s.37)

För att barnen ska kunna utvecklas krävs det utrymme för spontanitet och vistelse i olika miljöer. Klimatet bör vara tolerant och ge barnen stor frihet. Miljön ska vara uppbyggd på ett sådant sätt att barnen lockas av utmaningar som stimulerar utvecklingen. (Granberg, 2004, s. 79)

#### **4.6 De vuxnas roll**

Förutom den fysiska ute- och innemiljön så är även den psykiska miljön betydande på ett daghem. För att främja den psykiska lekmiljön så behöver barnen utrymme och tid för att leka. För att barnen ska utvecklas i leken krävs det att barnen får gott om tid att leka. Det tar tid för barn att komma igång med en lek, leka leken och att avsluta leken. För att barn ska kunna utvecklas och formas krävs det att den fysiska och psykiska miljön på daghemmet ska vara formad efter barns lust till lek. Pedagogen kan man räkna till en del av den psykiska miljön.(Granberg, 2004, s. 79)

Barn, som tillbringar så pass många timmar som ett barn med heldagsvård gör i dagvården, ska kunna växla mellan olika typer av aktiviteter under dagen. Detta skall tas i beaktande när pedagogen planerar de dagsprogrammet för en barngrupp. Det är svårt att kompromissa mellan barnens individuella önskningar, gruppens önskningar, barnens behov samt intressen när personalen ska planera in aktiviteter. Aktiviteter och lekar i barngruppen bör anpassas efter barnens mognadsfas och den utvecklingsnivå de befinner sig i. Därför är många barngrupper indelade efter ålder för att barnen ska kunna utvecklas tillsammans i den mån det går. Under den tid barnen befinner sig i dagvård är det grundfärdigheterna som övas, som sedan byggs på när barnet börjar i skolan. Man skall sträva efter att aktiviteterna på daghemmet skall vara motoriskt, fysiskt, psykiskt och socialt utvecklande för barnet. (Fageli, Lillemyr och Søbstad, 2001, s. 137; Nordlund, Rolander & Larsson, 1997, s. 40)

Pedagogens uppgifter på daghemmet är att leka, hjälpa, observera och dokumentera. Det betonas ständigt hur viktigt det är att observera barnen, att dokumentera verksamheten och att vara barnens lekkompis. Att hinna med allt och alla är omöjligt och kan ge en känsla av otillräcklighet hos pedagogerna. Man måste helt enkelt fördela ansvaret. Alla pedagoger behöver inte vara på samma ställe samtidigt. Alla behöver heller inte göra samma sak samtidigt. (Granberg, 2004, s. 110-111)

Det är svårt som vuxen att veta hur man ska te sig i och till leken. Enligt Piaget och Eriksons utvecklingsteorier om lek så ska den vuxne förhålla sig ganska avskilt från barnets lek. Samspelet mellan barn och vuxna pratas det mycket litet om. Denna teori har tillämpats på daghemmen- den vuxne observerar och barnen leker. Idag vet man att det är minst lika viktigt att kunna leka tillsammans med barnen eller parallellt med barnen. Man ska som pedagog kunna samspele i leken, hjälpa och visa och kunna gå in i leken om det uppstår bråk eller andra oklarheter. Vissa barn kan ha svårt att leka och förstå lekens mening, då krävs det att pedagogen spenderar litet extra tid för att försöka få sådana barn inkluderad i leken. För att på ett bra sätt samspele med barnet måste man vara flexibel och kunna samarbeta. Det är också av stor betydelse hur man genomför en ledd lek. (Grindberg & Langlo Jagtøien, 2000, s. 127-129)

De minsta barnen leker gärna med äldre barn eller med en vuxen, gärna med någon av föräldrarna. Barnen använder sig i leken av alla de intryck de sett hört och varit med om, alltså sina erfarenheter. Barnen både härmar och skapar nya situationer i sin lek. Leken formas av både barnets egen fantasi men också av omgivningen runt omkring. Lekar som innehåller många regler är mer attraktiva för äldre barn. Äldre barn klarar av och har lättare att förstå sig på olika regellekar. (Grunderna för planen för småbarnsfostran, 2005, s. 24-25)

Barnet påverkas mycket av hur den vuxna medverkar i dess lek, både positivt och negativt. En vuxen, som på ett bra sätt kan läsa av barnet, kan också tillföra en kreativ och tillfredsställande lekstund för barnet. Pedagogen ska kunna se barnets initiativtagande även

om de är ickeverbala, såsom hos ett mindre barn. Det finns också andra faktorer som berör fostrarens roll i leken. Detta är t.ex. ålder, förmåga att leka, lekens art och vilken den pågående situationen är. Pedagoger kan vägleda leken med hjälp av redskap eller egen fantasi. Det är viktigt att pedagoger möjliggör spontanlek för barnen. Pedagoger bör visa uppskattning till barnens lek genom att lyssna och observera leken för att se hur den framskrider. (Ibid, 2005, s. 25-26)

Det finns många sätt på vilka man kan hjälpa barnen med motoriska färdigheter genom lek. Man kan t.ex. dela in hur man kan hjälpa barn i leken med förmedlande- eller problemlösandemetoder. Till den förstnämnda kategorin hör ”förklara”, ”visa” och ”följ mig”-metoden. Där lär barnet sig genom att titta på den som leder och härmar. Den har även kallats ”ap-metoden”. Denna typ av metod används när svårighetsgraden är högre. Till problemlösningemetoden hör exempelvis att pedagoger ger barnen en uppgift eller utmaning som stimulerar upptäckarlust och uppfinningsrikedom. Här utvecklas även andra färdigheter och kunskaper. (Grindberg & Langlo Jagtøien, 2000, s.127)

Det är även viktigt att man ser alla barn i leken och kanske håller ett extra öga på de som har litet svårt med leken eller har motoriska avvikelser. Motoriska brister bör tränas eftersom de inte går om av sig själv. Till pedagogens roll hör bl.a. att hjälpa barnet att utvecklas och träna extra på olika brister i motoriken. Om daghemmets personal själv inte klarar av att hjälpa ett barn med motoriska brister så kan barnet få hjälp av någon typ av specialundervisning/ terapi. (Ericsson, 2005, s. 139)

För daghemmets personal är det betydande att få kompetensutveckling. Alla pedagoger på daghemmet borde ha både teoretisk och praktisk utbildning i hur man stimulerar och observerar barns motoriska utveckling. Det kan även skapas positiva attityder genom att personalen blir informerad och att man lyfter fram och betonar motorikens betydelse. (Ibid, 2005, s. 139-140)

Även om de vuxna, pedagogerna, på daghemmet har en stor inverkan på hur barnet motoriskt utvecklas så har föräldrarna en minst lika stor roll. Föräldrarna bör kunna

uppmuntra barnen till lek och aktiviteter av olika slag. Här är det, precis som på daghemmet, viktigt att den vuxna föregår med gott exempel. Man kan gå tillsammans med sina barn till olika aktiviteter eller daghemmet istället för att ta bil. Det är viktigt att de vuxna ger barnen tid att upptäcka och vara nyfikna på saker. Att de vuxna faktiskt låter barnen rutscha, snurra, rulla, hänga upp och ner ger barnen den motorisk stimulering de behöver för att utvecklas. (Ericsson, 2005, s. 132) Leken är, som tidigare nämnts, en mångsidig aktivitet som främjar den sociala kompetensen, språkliga utvecklingen, utvecklar fantasin och motoriken. (Grunderna för planen för småbarnsfostran, 2005, s. 26)

## 5 Motion och rörelse för barn

Att kunna hantera och förstå sin egen kropp är viktigt för människan, redan från tidig ålder. Genom att barnet lär sig hantera sin kropp skapas också en god självbild. Att ha en god självbild ger i sin tur en god grund för att barnet ska kunna bygga upp ett bra och sunt självförtroende. Med ömsesidig interaktion med andra barn och vuxna utvecklar barnet nödvändiga sociala färdigheter, att röra på sig fysiskt är alltså inte bara bra för barnets kropp utan barnet stärks också psykiskt. (Motionsrekommendationer för förskoleverksamheten, 2005, s.14)

Barn är i behov av att få röra på sig och vara fysiskt aktiva. Till människans fysiska kvaliteter hör snabbhet, uthållighet, styrka och ledrörlighet. Genom träning och fysisk aktivitet påverkas dessa egenskaper i mer eller mindre utsträckning. Den fysiska aktiviteten behövs för att barnen ska träna kroppen för att klara av vissa motoriska färdigheter. Exempelvis kan ett barn som inte fått öva på att lyfta huvudet ha svaga nackmuskler och därför inte klara av denna motoriska färdighet. (Åhs, 1986, s. 34, 45)

Pedagogen har som ansvar att planera och möjliggöra fysisk aktivitet och motion i vardagen och att se till att miljön för barnet hålls öppen och ändamålsenlig. Det skall finnas rum och redskap för barnet att röra sig med. Interaktionen med föräldrarna är mycket viktig när det kommer till motion och idrott. (Motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten, 2005, s. 4)

Fysisk aktivitet stimulerar inte bara barnet enbart fysiskt utan också barnets tankeverksamhet. Fysisk aktivitet ger barnet fart och liv i vardagen. Redan i tidig ålder läggs grunderna för att barnet ska få en god attityd gentemot fysiska aktiviteter och att röra på sig. Enligt rekommendationerna i Finland ska ett barn vara fysiskt aktiv två timmar per dag. (Grunderna för planen för småbarnsfostran, 2005, s. 27)

De finländska barnen uppmanas att vara fysiskt aktiva minst två timmar per dag, medan rekommendationerna i övriga världen är lägre. I de övriga nordiska länderna rekommenderar man 60 minuter fysisk aktivitet för barn och unga. Enligt amerikanska rekommendationer så bör alla individer vara fysiskt aktiva minst 150 minuter i veckan. Detta kan ersättas med 75 minuter träning på hög intensitet utspritt på en hel vecka. Världshälsoorganisationens (WHO) rekommendationer 30 minuter fysisk aktivitet om dagen och ytterligare tre gånger i veckan 20 minuters hård träning. (Riksidrottsförbundet 2009, s. 8-9)

Fysisk aktivitet bidrar inte enbart till att barn utvecklas motoriskt utan även till att livskvaliteten förbättras av fysisk aktivitet på grund av ökat psykiskt välbefinnande och bättre hälsa. Det har även visats att människor som är fysiskt aktiva löper lägre risk för att drabbas av benbrott, benskörhet, blodpropp, fetma och psykisk ohälsa. (Riksidrottsförbundet 2009, s. 8)

## **5.1 Valo, Finlands Idrott rf**

Idag är det, som tidigare nämnts, viktigt att få en god relation till fysisk aktivitet redan i ung ålder. Idrott och motion är en väsentlig del i främjandet av välbefinnande och hälsa. Valo är en förening som bildades i juni 2012. Suomen Liikunta ja Urheilu, Ung i Finland och Suomen Kuntoliikuntaliitto gick samman och ur detta samarbete föddes projektet Valo. Valo riktar in sig på alla åldrar och månar om deras hälsa och motion. I projektet lyfts det fram några punkter som är särskilt inriktade på barns hälsa och motion. Den första är att varje barn en möjlighet att få känna en entusiasm när det kommer till idrott. Som

andra punkt lyfts fram att idrott och motion skall ge livskraft åt barnen men också vuxnas vardag. Som tredje punkt vill de få barn och vuxna att bli mer engagerade i föreningslivet.

Under år 2014 presenterade Valo också en guide som gjorts tillsammans med 41 daghem runt om i Finland. Denna guide finns till förfogande på Valos hemsida och den är till för att fungera som en inspiration för pedagogerna på daghemmen. I guiden tas det upp hur varje daghem gjort för att få barnen att bli mer intresserad av idrott och vilka praktiska övningar de använt sig av för att få in mer rörelse i vardagen. Som exempel på detta kan lyftas fram daghemsenheten Haga i Helsingfors som använt sig av att alltid ha en avslutande lek ledd av pedagogen under förmiddagens ute vistelse. På samma daghem hade man också använt sig av något som man kallat fredagsdans, där man med de sex åriga barnen lär sig dansa en ny dans varje fredag. På detta sätt har daghemmet fått in mera fysik aktivitet i vardagen.

## **6 Sammanfattning av teoridelen**

Syftet med vårt lärdomsprov är att undersöka och ta reda på hur den motoriska utvecklingen stöds i daghemmen. Vi vill reda ut hur daghemspersonalen arbetar för att främja barns motoriska utveckling.

I början av teoridelen tar vi upp vad motorik är och hur man på olika sätt kan kategorisera motorik på olika sätt. Begreppet motorik kan definieras som ett gemensamt ord för människans rörelseförmåga och det rörelsemönster människan har för att utföra vissa rörelser. Det vanligaste sättet man delar in människans motoriska färdigheter är i grov- och finmotoriska färdigheter. Gränsen mellan grov- och finmotorik är väldigt fin. Vanligtvis pratar man om grovmotoriken som den del av motoriska utvecklingen där människan använder sig av de större muskelgrupperna till att t.ex. springa och hoppa medan de mindre musklerna i stora drag används till att utföra precisionsarbete t.ex. sy och skriva. Precis som med alla annan utveckling är det svårt att avgöra vad som är normalt och onormalt när det kommer till motorisk utveckling eftersom alla barn utvecklas i olika takt.

För barn är leken ett ypperligt sätt att utvecklas motorisk. För barnen är leken den mest tillfredsställande aktiviteten. För barn är lek ett behov, ett sätt att lära sig, ett sätt att ta in omvärlden. Leken är en frivillig aktivitet som ger barnet möjlighet till att bearbeta världen omkring sig. Barnet styrs av inre motivation till lek. I leken bestämmer barnet själv regler och sätter den verkliga världen ur spel. Även om leken innehåller regler är det ändå spontaniteten som styr. För den motoriska utvecklingen är leken betydande. Leken kan vara avgörande för hur barnet utvecklas som individ, uppfattar sig själv och uppfattar andra och omvärlden. Barnet kan genom leken få utlopp för känslor och i leken ges möjlighet till olika upplevelser.

Barns motoriska utveckling spelar en stor roll även för den övriga utvecklingen. Den motoriska utvecklingen inverkar även på annat än den fysiska utvecklingen. Övning av motoriken har även påvisats ha effekter på bl.a. självförtroendet, språkutvecklingen, social kompetens, jaguppfattningen och förmåga att uttrycka sig i tal och skrift.

Det är viktigt att barn med någon form av motorisk avvikelse får känna sig delaktiga i leken och samtidigt få chans till att träna på de motoriska färdigheterna och känna samhörighet med de övriga barnen. I vissa fall behöver en vuxen vara till hands som stöd för att kunna delta i leken.

Pedagogens uppgifter på daghemmet är att leka, hjälpa, observera och dokumentera. Det betonas ständigt hur viktigt det är att observera barnen, att dokumentera verksamheten och att vara barnens lekkompis. För att på ett bra sätt kunna samspela med barnet måste man kunna vara flexibel och kunna samarbeta. När man som pedagog planerar en lek för barn så att den är anpassad för hela gruppen. För daghemmets personal är det betydande att få kompetensutveckling. Alla pedagoger på daghemmet borde ha både teoretisk och praktisk utbildning i hur man stimulerar och observerar barns motoriska utveckling.



För att barnet ska lära sig motoriska färdigheter krävs det att barnet är aktiv. I Finland rekommenderas att barn ska vara fysiskt aktiva i minst två timmar per dag. I övriga världen är rekommendationerna betydligt lägre. Fysisk aktivitet bidrar inte enbart till att barnen ska utvecklas motoriskt utan även till att livskvaliteten förbättras av fysisk aktivitet på grund av ökat psykiskt välbefinnande och bättre hälsa. Fysisk aktivitet stimulerar inte bara barnet enbart fysiskt utan också barnets tankeverksamhet. Fysisk aktivitet ger barnet fart och liv i vardagen.

## **7 Undersökningens genomförande**

I detta kapitel kommer vi att beskriva vilka metoder vi valt att använda oss av och hur vi gått tillväga med undersökningen. Vi kommer att klargöra varför vi anser att en kvalitativ undersökningsmetod passar vårt lärdomsprov, hur vi valt undersökningsgrupp samt vårt förfarande med sekretessen i lärdomsprovet.

### **7.1 Metodval**

Metod definieras som vägen till målet. För att man skall komma fram till målet behöver man veta vad målet innefattar. När man planerar t.ex. en enkät är det nödvändigt att man har gjort tillräckligt med förarbete för att man skall ha en god teoretisk grund. Med hjälp av denna teoretiska grund kan man bestämma vilken typ av metod man skall använda sig av i sin undersökning för att nå önskvärt resultat. En väl formulerad intervju, i vårt fall öppna frågor i en enkät, kan bidra teoretiskt till kunskapsproduktionen. (Kvale, 1997, s. 91)

Enkät ansåg vi vara lämplig metod eftersom daghem var undersökningens målgrupp. Detta eftersom båda har erfart den stressiga miljön det råder på ett daghem. När vi skickade ut enkäterna fick respondenterna på så sätt mera tid att begrunda och tänka igenom sina svar utan någon påverkan av en stressig miljö eller av oss, som kanske skulle skett vid en

intervjusituation. De flesta är även bekanta med en enkät och därför behöver de inte förklaras mera ingående. Enkäter är också ofta relativt enkla att tolka och analysera.

De svårigheter vi stött på under processen var bl.a. när vi skulle formulera vår enkät. Det kan vara svårt att formulera en enkät så att frågorna är enkla och direkta, inte är ledande och inte använda alltför tekniska begrepp. Det var även svårt att formulera frågorna på ett sådant sätt så att respondenterna uppfattade frågorna som vi avsett och för att svaren skulle kunna analyseras och tolkas. En av de negativa sidorna med att skicka ut enkäter via mejl är risken att svarsfrekvensen kan bli låg, vilket vi fick erfara. Vi sände ut enkäter till 15 daghem i Österbotten, men fick endast svar av fem stycken. Det skulle varit svårt för oss både geografiskt och tidsmässigt att använda oss av intervjuer som undersökningsmetod.

## **7.2 Datainsamling och sekretess**

Vi har valt att skicka ut enkäten till daghemmens olika föreståndare. Enkäterna skickades ut via e-post till daghemmen, som då kunde välja om de ville delta i undersökningen eller inte. I mejlet bifogades enkätfrågorna.

Vi kommer efter att ha sammanställt och analyserat enkätsvaren att radera alla ifyllda enkäter. Respondenterna blev informerade om detta redan i informationsmejlet vi skickade till dem tillsammans med den bifogade enkäten. Vi kommer heller inte att avslöja vilka daghem som svarat på frågorna, utan respondenterna förblir anonyma.

## **7.3 Analysmetod**

I detta kapitel kommer vi att redovisa de svar vi fått i enkäterna. Vi kommer att sammanställa och analysera svaren på våra insamlade enkäter fråga för fråga. Genom jämförelse svaren emellan och diskussion kommer vi att leta efter likheter och olikheter. Våra enkäter kommer att analyseras med teoretisk tolkning, vilket innebär att vi kommer

referera våra enkätsvar till den teoretiska delen. Vi kommer även att göra egna tolkningar av resultatet. (Kvale & Brinkmann, 2009, s.253-254)

Vi kommer att lyfta fram citat ur enkätsvaren för att bättre påvisa vad respondenterna berättat. När vi skriver citaten i texten kommer vi använda oss av kursiverad stil och citaten kommer vara inom citationstecken.

## **8 Resultatredovisning**

I detta kapitel kommer vi att redovisa resultaten av våra enkätsvar. Vi kommer att citera och beskriva de svar vi fått av respondenterna. Undersökningen baserar sig på fem respondenter från fem olika daghem.

Respondenterna i vår undersökning hade bland annat utbildningar såsom socionom, barnträdgårdslärare och specialbarnträdgårdslärare. Även om våra respondenter hade olika utbildningar och kom från olika daghem runt om i Österbotten så var svaren på enkätfrågorna mycket lika och respondenterna har belyst samma saker i enkätsvaren. Det märks att respondenterna är utbildade inom området eftersom alla svar har god teoretisk och pedagogisk grund.

### **8.1 Inkludering och planering av motorisk verksamhet**

Som fråga i enkäten tog vi upp hur man inkluderar/ planerar motoriska aktiviteter för barngrupper. Vi ville ta reda på hur pedagogerna förbereder och innefattar motoriken i vardagen på daghemmen.

All våra respondenter svarade väldigt lika på vår första enkätfråga. Respondenterna använde sig av ledda gymnastikstunder, fri lek, olika pussel och spel, pyssel och lego för att stöda den motoriska utvecklingen. Det som speciellt poängterades i alla enkätsvar var de olika miljöernas betydelse. Alla daghemmen tog i beaktande att barnen behöver få vistas i olika miljöer för att utveckla motoriska färdigheter. De olika miljöerna innefattar både inne- och utevistelse. Utevistelsen inkluderar lek på daghemmets gård, ute i naturen och på olika idrottsanläggningar. Dessa aktiviteter är förstås årstidsbundna och vad som finns nära till hands för daghemmen geografiskt sätt. Med inomhusmiljö menas bl.a. inomhus på daghemmet, simhallar eller i gymnastiksal. Här begränsar ekonomin.

Barn, som tillbringar många timmar av dagen på daghem, ska kunna växla mellan olika typer av aktiviteter under dagen. Detta skall tas i beaktande när barnträdgårdsläraren planerar dagsprogrammet på daghemmet. Det är också viktigt att barnen ska ha möjlighet att röra sig både ute- och inomhus under dagen för att få maximal stimulans (Se ovan, s.21). Detta anser vi att våra respondenter gör, eftersom alla har svarat att de använder sig av olika typer av miljöer både ute- och inomhus när de planerar in aktiviteter som stöder den motoriska utvecklingen i daghemmets vardagsrutiner.

En av våra respondenter tog upp i sitt svar att man på daghemmet bör planera väl för att få in alla beståndsdelar som är av vikt för barns utveckling. Det som tycks vara a och o när man jobbar med barn är planering. Vi har själva, under vår ännu rätt korta tid inom yrket, sett prov på hur viktigt det är med en god och väl förberedd planering. Med hjälp av god och ändamålsenlig planering kan man redan på förhand klara av att lösa eller undvika eventuella problem som kan uppstå när den planerade aktiviteten utförs tillsammans med barngruppen.

## 8.2 Praktiska exempel på utveckling av motorik

I följande fråga (fråga 2) ville vi ta reda på vilka aktiviteter daghemmen använder sig av för att främja motoriska utvecklingen hos barnen. På denna fråga ville vi ha fram praktiska exempel som pedagogerna använder sig av.

Här hade alla respondenter även varit in på samma spår. De flesta svaren tog upp praktiska exempel såsom att hoppa, springa och klättra. Vissa tog även upp vilka specifika övningar och redskap man kan använda sig av. Några av respondenterna framhävde även vikten av att ta vara på alla vardagliga situationer för att motoriken. Vi vill lyfta fram ett svar av en av våra respondenter som vi anser vara övergripande för de mest grundläggande rörelser som stöder motoriken.

”Genom att aktivt delta i lekar – ute, inne, i skogen, ledda lekar. Uppmuntra dem att pröva på trots att de inte kan eller har gjort det tidigare. En spännande hinderbana, roliga stationer i stationsgymnastik, mycket musik och rörelse! [...] Genom att anpassa pyssel till barnens ålder och som motiverar barnen att tex. lära sig att klippa.”

Vi vill även lyfta fram ett mycket fantasifullt och inspirerande svar, som gentemot de andra svaren var mera fokuserad på att stöda barnet som pedagog.

”När man har möjlighet att ta till vara barnets intresse. Spinna vidare på barnens fantasier och idéer. T.ex. använda sig av ”figurer” som barnen gillar. Figuren kan berätta, visa och lära barnen olika saker. [...] Personalens viktigaste uppgift är att upprätthålla en inspirerande miljö som lockar barnen till lek och rörelse. Det ska finnas glädje i rörelsestunderna så att det blir en positiv upplevelse för barnen. Det sporrar dem att fortsätta.”

Som citatet av en av våra respondenter beskriver är det viktigt att behålla barns intresse och glädje i aktiviteter. Då vill barn delta i ledda aktiviteter. En annan av respondenterna

poängterade även att det är viktigt med en motiverad personal för att skapa motiverade barn. För att upprätthålla intresset hos barnen ska man successivt bygga upp övningen, d.v.s. börja med enkla övningar för att sedan övergå till svårare övningar.

För att upprätthålla intresset hos barn med olika aktiviteter krävs det att aktiviteten är anpassad till barngruppen. Sysselsättningen i barngruppen bör anpassas efter barnen och ta i beaktande hur långt de kommit i utvecklingen och mognaden hos barnen. Många barngrupper är uppdelade enligt ålder för att barnen ska kunna utvecklas tillsammans. Under den tid barnen befinner sig i dagvård är det grundfärdigheterna som övas, som sedan byggs på när barnet börjar i skolan. Man skall strävs efter att aktiviteterna på daghemmet skall vara motoriskt/ fysiskt, psykiskt och socialt utvecklande för barnet. (Se ovan, s. 21)

Slutsatserna av de svar vi fått av respondenterna på denna fråga är att alla daghemmen använder sig av de vardagliga situationerna som för att stöda motoriska utvecklingen. Som tidigare nämnts är leken en naturlig aktivitet för barnen. Genom detta övar barnen på motoriska färdigheter utan vidare reflektion. Men respondenterna framhåller även vikten av att de själva är aktiva och stöder barnet i leken och i andra aktiviteter.

### **8.3 Främja grov- och finmotorisk utvecklingen**

Grov- och finmotorikens utveckling ansåg våra respondenter att man kunde stöda genom vardagliga situationer. Som svar på denna fråga (fråga 3) fick vi precis som i den ovanstående frågan många svar som indikerar på att alla daghemmen använder sig av rättså lika aktiviteter för att ta in stödet för den motoriska utvecklingen. Alla respondenter betonade vikten av att använda sig av vardagliga situationer för att utveckla barnen. Sådana vardagliga situationer är t.ex. på klädningen och att gå i trappor.

De grovmotoriska rörelsemönstren stöds ofta genom ledda gymnastikstunder eller genom aktiviteter i naturen. Respondenterna poängterade att naturen är en ypperlig plats för att öva sina grovmotoriska färdigheter och samtidigt öka medvetenheten om naturen.

Att få utforska naturen med dess årstidsväxlingar, som ger oändliga möjligheterna till lek, är bra för barns utveckling. Om natur finns att tillgå nära daghemmet bör denna absolut tas i beaktande när pedagogerna planerar aktiviteter som främjar motorisk utveckling. Våra resultat tyder på att våra respondenter använder sig mycket av naturen i verksamheten och tar till vara vad den har att erbjuda.

Specifikt för att stöda den finmotoriska utvecklingen hos barnet svarade respondenterna att de, i mer eller mindre utsträckning, använder sig av olika typer av pyssel, spel och pussel. En av vår respondenter framhöll vikten av att barnet skall få vistas i en stimulerande miljö. Samma respondent framhöll att barn emellertid behöver få vara med och planera aktiviteter på daghemmet. Svarspersonen talade om att de på det daghemmet lät barnen vara med och påverka aktiviteterna och på detta sätt behålla barnens intressen och för att de med större lust vilja ta del av de ledda aktiviteterna.

Motoriken utvecklas hos barn med en mångsidig miljö att vistas i och olika typer av lekar och spel. Det är även viktigt att ta vara på de vardagliga situationerna på daghemmet. För att behålla barnens intresse kan det vara bra att låta barnen själva vara med och påverka eller bestämma aktiviteter.

#### **8.4 Samband med övrig utveckling**

I vår fjärde fråga frågade vi ifall svarspersonerna tror det finns ett samband mellan motorik och övrig inläring. Alla våra respondenter var eniga om att den motoriska utvecklingen ligger som grund för den övriga utvecklingen. I enkätsvaren togs det upp om att barnet bör behärska motoriken för att senare lättare kunna lära sig andra saker.

*”Om barnet inte behärskar använda sin kropp normalt går det åt massor av energi bara till att behöva tänka på hur man skall jobba med kroppen, fast det väsentliga kanske var att lära sig en sångtext.”*

Några av respondenterna menade att det är viktigt att barnet ska utvecklas så att de kan bemästra sin egen kropp och att på så sätt inte behöva lägga någon extra energi på denna brist, vilket kan vara fallet för ett barn som har någon form av problem med motoriken. Brister i motoriska utvecklingen hos ett barn kan resultera i att barnet fokusera så pass mycket på en rörelse att det väsentliga som ska inläras hamnar i skymundan. Som stödåtgärd nämns i enkätsvaren t.ex. specialbarntädgårdslärare, ergoterapeut och fysioterapeut.

Barns motoriska utveckling påverkar så mycket mer än enbart barnets fysiska färdigheter. Som många av våra respondenter tog upp så ligger motoriska utvecklingen främst. Om barnet utvecklas ”normalt” motoriskt så kan motoriken och perception ha ett nära samband. Med perception menas varseblivning, d.v.s handlar perception om hur vi bearbetar och mottar information och sinnesintryck och genom detta skapar en betydelsefull enhet. (Se ovan, s. 12)

En av respondenterna poängterade att om barnet är svagt motoriskt utvecklad så har barnet också svårigheter med övriga utvecklingen. Samtliga respondenter menade att det är viktigt att motoriska utvecklingen tränas och uppmuntras. Detta för att förebygga svårigheter framledes t.ex. med skrivning och läsning. En av våra respondenter tog upp vikten av att behärska bl.a. grovmotoriska färdigheter för att senare kunna behärska färdigheter såsom att läsa och skriva.

*”Den keufaukaudala utvecklingen har stor betydelse för barnets helhetsutveckling. Barnen bör kunna vissa grovmotoriska färdigheter, tex, om barnet kryper med höger fot och arm samtidigt och vice versa, kan barnet småningom få problem med läs-och skrivinläringen.*



*Kanske kan en stark utveckling inom det motoriska området påverka t.ex de sociala eller språkligafärdigheterna för en tid?"*

Den motoriska utvecklingen rör bl.a. hur vi uppfattar oss själva, självkänsla, kroppsuppfattningen och kroppsspråket. Behärskar barnet den motoriska delen av utvecklingen så kanske barnet har en bättre självuppfattning än om det fanns problem på det motoriska planet. (Se ovan, s. 12)

## **8.5 Inkludering av barn med avvikelser**

Det är ingen ovanlighet att barn, av olika orsaker, kan ha brister eller vara försenade i den motoriska utvecklingen. Som en av orsakerna till dessa bristningar och förseningar ses den uppväxtmiljö barnen lever i. Idag spelar barn mycket datorspel och är fysisk passiva i vardagen. Omgivningen har även blivit mera mekaniserad och urbaniserad och barn rör sig på ett mera ensidigt sätt med för få fysiska utmaningar. Stor variation i utvecklingen ställer stora krav på pedagogerna när de planerar aktiviteter för barn. Detta ställer höga krav på pedagogerna när de ska planera aktivitet som är så mångsidig som möjlig. (Se ovan, s.10)

Våra respondenter var än en gång eniga i frågan hur man går tillväga med barn med motoriska avvikelser. De ansåg att daghemsverksamheten bör vara planerad på ett sådant vis att alla kan delta på sitt sätt. Ett barn med motoriska avvikelser bör heller ej pekas ut utan hela gruppen kan öva på exempelvis munmotorik.

Barn som har problem med motoriska utvecklingen kan emellertid hamna utanför eftersom de kanske inte behärskar de motoriska rörelsemönstren som krävs för just aktiviteten i fråga. Av pedagogen krävs det i sådana situationer att man känner igen de olika reaktionerna barn kan ha när de inte behärskar en viss motorisk rörelse. Barn kan exempelvis förstöra i lekar eller dra sig undan. För att lära sig sådant som barnet är svagare

på kan det vara lättare om man med hjälp av pedagog kan närma sig det som är svårt och öva på dem genom lek eller på ett lekfullt sätt. (Se ovan, s. 19)

En av respondenterna poängterar också att några av de motoriska förseningarna bara behöver vara tillfälliga och att dessa inte behöver någon extra åtgärd utan att det hör till barnets naturliga utveckling att om barnet kör fast vid någon viss rörelse så kanske något annat område som t.ex. den språkliga utvecklingen avstannat för en stund tills det att barnet lärt sig bemästra den motoriska rörelsen barnet har svårt med.

Respondenterna menade att när man först upptäcker en motorisk brist hos ett barn kan man öva på det tillsammans i grupp. Om bristen består och man inte ser någon utveckling, även om man övat extra på den, kan man kontakta t.ex. talterapeut eller fysioterapeut.

## **8.6 Sammanfattning av resultatet**

De svar vi fick var väldigt lika och respondenterna var mer eller mindre överens på alla frågor, tyngdpunkten i svarsalternativen va det som skiljde dem åt. Den motoriska utvecklingen är något som i hög grad tas i beaktande när respondenterna planerar vardagen på daghemmen. Personalen på daghemmen är väl medvetna om vad som krävs för att barnet ska utvecklas motoriskt.

Samtliga respondenter menar att motoriken har stor betydelse för barn inläring. Respondenterna anser sig själva ha en betydande roll när det kommer till att främja motoriken på ett lustfyllt och positivt sätt. Personalen på daghemmen lägger grunden för barns utveckling och det krävs kunskap inom området av personalen.

Alla våra respondenter ansåg att det är mycket viktigt att använda sig av alla tillgängliga miljöer och att se möjligheter att använda sig av vardagliga situationer för att erbjuda

mångsidig motorisk utveckling. Att gå i trappor och klä på sig själv är exempel på vardagliga situationer som pedagogen kan uppmuntra barnen att göra själv i den mån de kan.

Respondenterna, liksom vi, anser att det är viktigt att man tränar med barn som har motoriska avvikelser och försöker förebygga eventuella problem i utvecklingen. Det är även viktigt att man ständigt utvärderar barnens motoriska färdigheter och gör uppföljningar över dessa. Respondenterna ansåg att det är bra att ta hjälp av andra, som har mera kunskap inom området, yrkesgrupper såsom specialbarnträdgårdslärare, talterapeut och ergoterapeut. Allt detta sker förstås i samförstånd och godkännande av föräldrarna.

Det är vanligt att barn som är sena eller har någon form av avvikelse i sin motoriska utveckling känner utanförskap (se ovan, s. 10). Detta beror ofta på att barnen inte klarar av olika typer av rörelser eller rörelsemönster i t.ex. leken. Det är pedagogens ansvar att se dessa brister och stöda barnet i dessa genom t.ex. olika typer av lekar. Våra respondenter var eniga om att många av de motoriskt stärkande övningarna kan göras i hela barngruppen för att undvika att barn med någon form av motoriska avvikelser ska bli utpekade.

Det som är ett återkommande tema i alla besvarade enkäter är leken och dess betydelse. Detta tar alla av våra respondenter upp i nästan alla enkätfrågor. Våra respondenter ser den fysiska miljön runt barnet som en betydande roll för den motoriska stimuleringen. Att miljön barnen befinner sig i bör bjuda in till lek och att barnen får tillåtelse och tid att fritt leka och utforska var en viktig faktor som togs upp av några av svarspersonerna.

Resultatet av vår studie visar att samtliga pedagoger arbetar med att stimulera barns motoriska utveckling. En god motorik nås genom träning och all typer av träning kräver i sin tur motivation som endast kan skapas av barnet tillsammans med stöd från människor i omgivningen. Denna undersökning visar på att det krävs ett medvetet arbete inom småbarnsfostran med fysisk aktivitet och motorik.

## 9 Avslutande diskussion

I detta kapitel kommer vi att diskutera de resultat vi fått i vår undersökning samt diskutera de frågor vi ställde i början av lärdomsprovet. Vi kommer att återknyta svaren på våra frågeställningar till teorin.

Syftet med vårt lärdomsprov var att undersöka hur den motoriska utvecklingen stöds i daghemmen. Vi ville reda ut hur daghemspersonalen arbetar för att främja barns motoriska utveckling. Genom vår undersökning ville vi också få en inblick i hur man i praktiken går tillväga för att öva på motoriska färdigheter på daghemmen. Vi ville även ta reda på om det fanns samband mellan motorisk utveckling och övrig utveckling. I vårt lärdomsprov ville vi också ta reda på hur man stöder barn som har motoriska avvikelser.

De frågeställningar vi ställde oss i början av lärdomsprovet var: Hur stöds den motoriska utvecklingen i daghemmen? Hur planerar pedagogerna en aktivitet med motoriskt innehåll för barnen? Finns det samband mellan motorisk utveckling och övrig utveckling? Vad avses med motoriska avvikelser och hur stöder man barn med sådana avvikelser?

Motorik omfattar allt det som har med kroppens rörelseförmåga och –mönster. Motorik kan också förklaras som ett resultat av del samspel som sker mellan olika kroppsdelar i en rörelse. Begreppet motorik inkluderar också hur rörelser utvecklas och lärs in. Den motoriska utvecklingen även hur vi uppfattar oss själva, självkänsla, kroppsuppfattningen och kroppsspråket. På daghemmen stöder man den motoriska utvecklingen genom olika aktiviteter i olika miljöer. Främst genom olika typer av lekar. Barnens hela vardag präglas av lek. Leken utmanar barnet på många olika plan såsom intellektuell, fysisk, språklig och social nivå. Men leken utmanar även den motoriska utvecklingen. Därför använder sig pedagogerna aktivt av lek för att utveckla barns motoriska färdigheter. Respondenterna använde sig av bl.a. ledda gymnastikstunder, fri lek, olika pussel och spel, pyssel och lego för att stöda den motoriska utvecklingen.

För att barnet lättare ska lära sig ska inlärningsituationen vara lustfylld. Pedagogerna använder sig alltså pedagogerna av lek när barnen eftersom lek anses vara en lustfylld aktivitet. Pedagogerna använder sig även av vardagliga situationer, såsom att klä på sig, för att utveckla barns motoriska färdigheter. Pedagogerna kan stöda barnet i motoriska utvecklingen genom att planera in sådana aktiviteter som stöder motoriska färdigheterna. Men pedagogerna ska även finnas till för barnen i olika situationer och stöda dem.

För att planera en vardag på daghemmen, som ska främja barns motoriska utveckling, är inte det lättaste. Pedagogerna bör ta i beaktande varje barns individuella behov, anpassa aktiviteterna enligt barngruppens ålder och förmåga. Det är även viktigt att beakta barns intressen. En av våra respondenter poängterade att man på daghemmet bör planera väl för att få in alla beståndsdelar som är av vikt för barns utveckling.

Förutom ledda aktiviteter är det även viktigt att barnen får fritt leka och röra på sig. Ett barn behöver vara fysiskt aktiv två timmar per dag, enligt rekommendationerna, vilket också bör tas i beaktande när man planerar vardagen på daghemmen. Det är betydelsefullt att personalen upprätthåller en inspirerande miljö som lockar till lek och rörelse. För att skapa motiverade barn behövs motiverad personal.

I frågan om det finns samband mellan motorisk utveckling och övrig utveckling så kan vi konstatera att det finns. Motoriska utvecklingen har att göra med så mycket mer än enbart den fysiska utvecklingen. Den motoriska utvecklingen inverkar även på självförtroendet, språkutvecklingen, social kompetens, jaguppfattningen, språket och tänkande. Behärskar barnet den motoriska delen av utvecklingen bra så kanske barnet har en bättre självuppfattning än om det fanns problem på det motoriska planet. Respondenterna menade att om barnet är svagt motoriskt utvecklad kan barnet även ha svårigheter med övriga utvecklingen. Det är alltså viktigt att stöda motoriska utvecklingen hos barn för att framledes förebygga eventuella problem på andra plan.

När de motoriska färdigheterna utvecklas som de ska så kan det ge barnet självförtroende och nyfikenhet. Om barnet däremot har avvikelser i motoriken kan det istället leda till

frustration och möjligen förseningar i övriga utvecklingen. När barnet känner tillit till sin kropp och rörelseförmåga kan barnet delta i lekar på olika nivåer. Barn med motoriska avvikelser kan ibland hamna utanför eftersom de inte behärska de rörelsemönster som krävs för aktiviteten i fråga. Av pedagogerna krävs det i sådana situationer att man känner igen de olika reaktionerna barn kan ha när de inte behärskar en viss motorisk rörelse. Om barnet inte känner denna tillit och känner viss osäkerhet begränsar det leken. På daghemmet är pedagogens ansvar att reagera på motoriska avvikelser och stöda barnet. Motoriska avvikelser kan stödjas genom extra träning i grupp eller enskilt. Om det behövs kan barnet i fråga få olika typer av terapi eller specialundervisning. Det är viktigt att barn med problem i motoriska utvecklingen får delta i olika aktiviteter och öva, precis som alla andra barn, på motoriska färdigheter.

Pedagogerna vill att alla barn ska kunna delta i aktiviteter på eget sätt. Ingen ska behöva pekats ut. Som respondenterna poängterade så behöver inte alla motoriska avvikelser vara bestående utan kan även bara vara tillfällig. Om det behövs var alla respondenter medvetna om att det finns hjälp att få genom olika terapier och specialundervisning.

Vi har genom vår undersökning kommit fram till de svar som vi förväntade oss i början av vårt slutarbete. Vi anser att vi kommit fram till de resultat vi ville ha genom vår undersökning och vi anser att vi nu fått en djupare inblick i de olika aktiviteter daghemspersonalen använder sig av för att stöda barns motoriska utveckling på daghemmen. Resultatet i vår undersökning visar att personalen är väl medveten om motorikens betydelse för barns utveckling och den övriga utvecklingen och planerar daghemmets verksamhet så att de ofta övar olika typer av motoriska färdigheter. Personalen inkluderar motorisk verksamhet i allt de gör på daghemmen. Pedagogerna sätter stor vikt på de vardagliga situationerna såsom på- och avklädningssituationen. Att öva motoriska färdigheter i olika miljöer poängteras som viktigt så att barnen får öva sin motorik mångsidig. Vi anser, efter att ha gått genom och analyserat våra enkätsvar, att barn med motoriska avvikelser tas väl i beaktande på våra respondenters daghem och erbjuds olika typer av stöd, om det behövs.

Vi anser, på basis av detta lärdomsprov, att barnen i dagvården på våra tillfrågade daghem får tillräckligt med övning för sina motoriska färdigheter. Alla barn tas i beaktande och får den eventuella hjälp det behövs för att utveckla motoriska färdigheter. Vi kommer att ta med oss våra nya kunskaper ut i vårt arbete med barn och omsätta det i praktiken.

## Källförteckning

Altmann, T. (eds.), 2006. *The wonder years*. New York: Bantam Dell.

Aroseus, F., 2014. *Hjärnan och nervsystemet*.

<https://lattattlara.com/psykologiska-perspektiv/biologiskt-perspektiv/hjarnan-och-nervsystemet/> (Hämtat: 21.4.2016)

Brinkmann, S. & Kvale, S., 2009. *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.

Ericsson, I., 2005. *Rör dig – Lär dig*. Malmö: Elanders Berlings AB.

Fagerli, O., Lillemyr O. & Søbstad F., 2001. *Vad är förskolepedagogik?* Lund: Studentlitteratur.

Finlands Idrott ry, 2014.

[http://www.sport.fi/system/resources/W1siZiIsIjIwMTUvMDMvMTEvMTRfMzJfMTRfOTM3X1BpZW50ZW5fYXNrZWx0ZW5faWRlb3Bhcy5wZGYiXV0/Pienten\\_askelten\\_ide\\_opas.pdf](http://www.sport.fi/system/resources/W1siZiIsIjIwMTUvMDMvMTEvMTRfMzJfMTRfOTM3X1BpZW50ZW5fYXNrZWx0ZW5faWRlb3Bhcy5wZGYiXV0/Pienten_askelten_ide_opas.pdf) (Hämtat: 17.4.2016)

Granberg, A., 2004. *Småbarnslek. En livsnödvändighet*. Stockholm: Liber AB

Grindberg, T. & Langlo Jagtøien, G., 2000. *Barn i rörelse*. Lund: Studentlitteratur.

Holle, B., 1987, *Normala och utvecklingshämmande- Barns motoriska utveckling*. Stockholm: Bokförlaget Natur och Kultur.

Håkansson, B & Löfdahl, P., 2008. *Vad betyder mest för barns motoriska utveckling? En studie om skillnaderna mellan storstadsmiljö och landsortsmiljö*. Examensarbete.

Högskolan Kristianstad, Lärarutbildningen, Kristianstad.

Institutet för hälsa och välfärd, 2005. Grunderna för planen för småbarnsfostran. (Online)

[https://www.thl.fi/documents/605877/747474/vasu\\_svenska.pdf](https://www.thl.fi/documents/605877/747474/vasu_svenska.pdf) (Hämtat: 29.4.2016)

Kvale S., 1997. *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.



- Kvale, S. & Brinkmann, S., 2009. Den kvalitativa forskningsintervjun (2. uppl.). Lund: Studentlitteratur.
- Langlo Jagtøien, G., Hansen, K. & Annerstedt, C., 2002. *Motorik, lek och lärande*. Göteborg: ZetterQvist Tryckeri AB.
- Nilsen, H., Vesterdorf, A. & Skafved, J., 1991. *Motorisk träning för funnare och tumlare*. Aabybro: Bogforlaget DUO AsP.
- Nordlund, L., Rolander, I. & Larsson L., 1997. *Lek idrott hälsa- Rörelse och idrott för barn*. Stockholm: Liber AB.
- Riksidrottsförbundet, 2009. Fysiska aktivitetens betydelse för barnens hälsa. (Online)  
[http://www.rf.se/ImageVaultFiles/id\\_33194/cf\\_394/Varfr\\_idrott\\_och\\_fysisk\\_aktivitet\\_-\\_r\\_viktigt\\_f-r\\_.PDF](http://www.rf.se/ImageVaultFiles/id_33194/cf_394/Varfr_idrott_och_fysisk_aktivitet_-_r_viktigt_f-r_.PDF) (Hämtat: 14.4.2016)
- Rädda barnen, 2012. (Online)  
[https://www.raddabarnen.se/Documents/omoss/barnkonventionen/Kort\\_om\\_barnkonventionen\\_webb\\_27mars2012.pdf](https://www.raddabarnen.se/Documents/omoss/barnkonventionen/Kort_om_barnkonventionen_webb_27mars2012.pdf) (Hämtat: 11.4.2016)
- Schmidt R. & Wrisberg C., 2001. *Idrottens rörelselära – motorik och motorisk inläring*. Farsta: SISU idrottsböcker Ab.
- Social- och hälsovårdsministeriets handböcker, 2005. *Motionsrekommendationer för förskoleverksamheten*. Helsingfors: Yliopistopaino Oy.
- Stensmo, C., 2007. *Pedagogisk filosofi*. Lund: Studentlitteratur.
- Säljö R., 2000. *Lärande i Praktiken*. Stockholm: Norstedts Akademiska Förlag.
- Åhls, O., 1986. *Utveckling genom lek och idrott*. Stockholm: Olle Åhls och Bokförlaget Natur och Kultur.
- Åm, E., 1986. *Leken i förskolan- De vuxnas roll*. Stockholm: Natur och Kultur.

## Bilaga 1

### Enkät

1. Hur planerar/inkluderar ni motorik i arbetet inom småbarnspedagogik?
2. Kan ni ge praktiska exempel på hur ni anser att barn på ett bra sätt utvecklar sina motoriska färdigheter?
3. Vad gör ni för att främja utvecklingen av barnens grov- och finmotorik i er planerade verksamhet?
4. Hurudana samband anser ni det finns mellan motorisk utveckling och övrig utveckling?
5. Med motorisk avvikelse avses att ett barns utveckling släpar efter etablerade normala värden för barnets åldersgrupp. Hur anpassar ni er pedagogiska verksamhet för ett barn med motoriska avvikelser?