



# **Social delaktighet på daghem i samband med fysiska aktiviteter**

Observation av 3-5-åriga barn under lektillfällen

Lindgren Emilia

Wolfram Victoria

Examensarbete

Fysioterapi

2015

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Fysioterapi
Identifikationsnummer:	15377 & 15239
Författare:	Emilia Lindgren & Victoria Wolfram
Arbetets namn:	Social delaktighet på daghem i samband med fysiska aktiviteter – Observation av 3-5-åriga barn under lektillfällen
Handledare (Arcada):	Ira Jeglinsky-Kankainen
Uppdragsgivare:	Privat stiftelse
<p>Sammandrag:</p> <p>Fysisk aktivitet anses gynna barns utveckling på många plan. Betydelsen av social delaktighet och en fungerande gruppdynamik framhävs också allt mer i dagens värld. I detta arbete är syftet att undersöka kopplingen mellan fysiska aktiviteter och social delaktighet. Målet är att identifiera fysiska aktiviteter som under lektillfället främjar den sociala delaktigheten hos barn i åldern 3-5 år på daghem. Frågeställningarna är: 1) Hur inverkar olika fysiska aktiviteter på barnens sociala delaktighet under lektillfället på daghem? 2) Hur reagerar barn på olika fysiska aktiviteter? Datainsamlingen skedde på tre daghem i Helsingforsregionen genom att ordna fyra olika fysiska aktiviteter i form av lek. De fysiska aktiviteterna som drogs bestod av en tafatt-lek, en lagsport samt två Sherborne-övningar av vilka den ena är en lek med nära kroppskontakt och den andra en ringlek. Varje daghem besöktes tre gånger och samma fyra fysiska aktiviteter drogs varje gång. Datainsamlingsmetoden var observation och även videofilmning användes. Efter varje lektillfälle skrevs en dagbok om hur barnen reagerat och agerat under de olika aktiviteterna. Varje lektillfälle videofilmades för att kunna återkomma till observationsmaterialet och noggrannare analysera det. För att analysera videomaterialet användes en självgjord checklista som är utformad enligt arbetets bakgrund, syfte och frågeställningar. Med hjälp av checklistan fick vi delaktighetspoäng av vilka delaktighetsprocent uträknades för varje lek. Högst delaktighetsprocent fick knutleken (81 %), som därmed tycks öka delaktigheten mest av de fyra utvalda aktiviteterna. Därpå följde stöpselhippa (76 %) med tunnelleken tätt intill (75 %). Minst delaktighetsökande var lagsporten fotboll (65,5 %). Vi anser att våra resultat bra kan tillämpas på olika daghem samt andra aktivitetsgrupper för 3-5-åriga barn.</p>	
Nyckelord:	Social delaktighet, barn, daghem, fysisk aktivitet
Sidantal:	49
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Physiotherapy
Identification number:	15377 & 15239
Author:	Emilia Lindgren & Victoria Wolfram
Title:	Social participation in day nursery during physical activities – Observation of children aged 3-5 years during play sessions
Supervisor (Arcada):	Ira Jeglinsky-Kankainen
Commissioned by:	Private foundation
<p>Abstract:</p> <p>Physical activity is found to promote the development of children in many ways. The importance of social participation and good group dynamics is also increasingly highlighted nowadays. The purpose of this study is to investigate the connection between physical activities and social participation. The goal is to identify physical activities that during the play support the social participation of children aged 3-5 in day nurseries. Our question formulations are: 1) How do different physical activities influence the social participation of children in day nurseries during the play? 2) How do children react to different physical activities? The data collection occurred in three day nurseries in the Helsinki region by arranging four different physical activities in the form of play. The physical activities consisted of one tag play, one team sport and two Sherborne practices of which one is a play with close body contact and the other a ring game. All day nurseries were visited three times and the same four activities were arranged each time. The data collection method was observation and video filming was also used. After each day nursery visit a diary was written about how the children reacted and acted during the different activities. Each play situation was video filmed to be able to return to the observation material and analyze it further. A self-made check list was used to analyze the video material. Through the check list participation points were got, from which participation percentage for each activity was counted. The Knot Play gained the highest participation percentage (81 %). Next was Plug Tag (76 %) with Tunnel Play closely following (75 %). The team sport Football was least participation improving (65, 5 %). We think that the study results well can be practiced in day nurseries and hobby groups for children aged 3-5.</p>	
Keywords:	Social participation, children, day care, physical activity
Number of pages:	49
Language:	Swedish
Date of acceptance:	

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Fysioterapia
Tunnistenumero:	15377 & 15239
Tekijä:	Emilia Lindgren & Victoria Wolfram
Työn nimi:	Sosiaalinen osallisuus päiväkodissa fyysisten aktiviteettien yhteydessä – 3-5 ikäisten lasten havainnointi leikin aikana
Työn ohjaaja (Arcada):	Ira Jeglinsky-Kankainen
Toimeksiantaja:	Yksityinen säätiö
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Fyysinen aktiivisuus on osoittautunut edistävän lapsen kehitystä monella tasolla. Myös sosiaalisen osallisuuden ja toimivan ryhmädynamiikan merkitys nostetaan tänä päivänä yhä enemmän esille. Tämän lopputyön tarkoituksena on tutkia fyysisten aktiviteettien ja sosiaalisen osallisuuden välistä yhteyttä. Päämääränä on löytää fyysisiä aktiviteettejä, jotka edistävät 3-5-vuotiaiden lasten sosiaalista osallisuutta leikin aikana päiväkodissa. Tutkimuskysymykset ovat: 1) Millä tavoin eri fyysiset aktiviteetit vaikuttavat lasten sosiaaliseen osallisuuteen? 2) Miten lapset reagoivat erilaisiin fyysisiin aktiviteetteihin? Tiedonkeräys suoritettiin kolmessa päiväkodissa pääkaupunkiseudulla järjestämällä neljä eri fyysistä aktiviteettiä leikin muodossa. Fyysiset aktiviteetit koostuivat yhdestä hippaleikistä, yhdestä joukkuelajista sekä kahdesta Sherborne-harjoituksesta, joista toinen sisältää läheistä kehokontaktia ja toinen on piirileikki. Jokaisessa päiväkodissa käytiin kolme kertaa ja samat neljä aktiviteettiä järjestettiin joka kerta. Tiedonkeräysmenetelmä oli observointi, jonka lisäksi myös videokuvausta käytettiin. Jokaisen päiväkotikäynnin jälkeen kirjoitettiin päiväkirjaa siitä, miten lapset reagoivat ja toimivat eri leikkien aikana. Leikkitilanteet kuvattiin videolle, jotta paluu observointimateriaaliin ja sen syvempi analysointi olisi mahdollista. Videomateriaalin analysointiin kehitettiin omatekoinen tarkastuslista. Tarkastuslistan avulla leikeille saatiin osallisuuspisteitä, joista laskettiin leikkikohtaiset osallisuusprosentit. Korkeimman osallisuusprosentin sai solmuleikki (81 %), joka näin ollen näyttäisi lisäävän osallisuutta eniten neljästä valitusta aktiviteetistä. Toiseksi korkeimman prosenttimäärän sai töpselihippa (76 %), jota tiiviisti seurasi tunnelileikki (75 %). Vähiten osallisuutta näytti lisäävän joukkuelaji jalkapallo (65, 5 %). Tutkimustuloksia voi mielestämme hyvin soveltaa päiväkodeissa tai aktiviteettiryhmissä 3-5-vuotiaiden lasten keskuudessa.</p>	
Avainsanat:	Sosiaalinen osallisuus, lapset, päiväkotiki, fyysinen toiminta
Sivumäärä:	49
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	

# INNEHÅLL

<b>1</b>	<b>INLEDNING .....</b>	<b>7</b>
1.1	Syfte och frågeställningar .....	8
1.2	Uppdragsgivare.....	8
<b>2</b>	<b>TIDIGARE FORSKNING .....</b>	<b>10</b>
<b>3</b>	<b>TEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER.....</b>	<b>14</b>
3.1	Barnets utveckling.....	14
3.1.1	<i>Motorisk utveckling</i> .....	14
3.1.2	<i>Social utveckling</i> .....	16
3.2	Social delaktighet.....	17
3.3	Fysisk aktivitet.....	20
<b>4</b>	<b>METOD .....</b>	<b>22</b>
4.1	Etiska aspekter.....	23
4.2	Urval.....	23
4.3	Datainsamling .....	24
4.4	De fysiska aktiviteterna .....	25
4.5	Analys av data.....	26
<b>5</b>	<b>RESULTATREDOVISNING.....</b>	<b>29</b>
5.1	Stöpselhippa .....	31
5.2	Fotboll .....	32
5.3	Tunnelleken.....	33
5.4	Knutleken .....	34
<b>6</b>	<b>DISKUSSION.....</b>	<b>36</b>
6.1	Resultatdiskussion .....	36
6.2	Metoddiskussion .....	39
6.3	Övriga tankar och slutsatser .....	40
	<b>Källor.....</b>	<b>42</b>
	<b>Bilagor .....</b>	<b>45</b>

## **Tabeller**

Tabell 1: Resultattabell

## 1 INLEDNING

Regelbunden och mångsidig fysisk aktivitet gynnar barnets normala utveckling på flera delområden och minskar risken för flera sjukdomar och problem senare i livet. Olika motions- och lektillfällen på daghem stöder barnets fysiska utveckling, motoriska färdigheter och sociala egenskaper samt främjar en god framtida hälsa. Grunden för en fysiskt aktiv livsstil utformas redan i tidig barndom och har visat sig vara relativt hållbar. (Social- och hälsovårdsministeriet 2005: 12-17) För att helhetsmässigt stöda en god framtida hälsa hos barn vore det viktigt att barn redan i tidigt skede blir intresserade, uppmuntrade och erbjuds möjligheter till ett fysiskt aktivt liv.

Otillräckliga sociala relationer samt utanförskap på daghem förutspår ofta anpassnings-svårigheter och socialt missnöje senare i livet (Laine & Neitola 2002: 19). Utanförskap har också visat sig öka risken för depressiva symtom senare i barndomen, speciellt bland flickor (Eby et al. 2006: 58). Inom forskningsprogrammet CHILD har det utförts en forskning där 4-5 åriga barn intervjuades i fråga om hälsa och välfärd. Barnens uppgift var att berätta vad begreppet ”må bra” innebär för dem. I forskningen kom det fram att en stor del av barnen förknippade delaktighet, engagemang och aktivitet med att ”må bra”. Bland annat att leka och umgås med kompisar samt att bete sig snällt mot andra sågs som faktorer som inverkar på och ökar välbefinnandet. (Gustavsson 2004: 138)

Det nationella utvecklingsprogrammet ”Kaste” för social- och hälsovården har utvecklat en plan för att öka välbefinnandet i Finland under åren 2012-2015. Målet med programmet är i stort sett att öka den fysiska, psykiska och sociala hälsan bland Finlands befolkning: ”Man måste erbjuda möjligheter för en hälsosam kost, motion och skapande av sociala relationer” (Social och hälsovårdsministeriet 2012: 16). Ett speciellt viktigt mål i fråga om barn och unga är att öka jämlikheten och sträva till att minska social exklusion. För att stöda detta vore det viktigt att uppmuntra barn till ett aktivt liv och stöda skapandet av positiva sociala relationer redan i ett tidigt skede. (Social och hälsovårdsministeriet 2012: 13-16, 22).

Social delaktighet och gruppdynamik lyfts fram allt mer i dagens värld och är därför ett aktuellt ämne. Uppdragsgivaren för detta arbete ville öka kunskapen om hur social

delaktighet kan främjas bland barn på daghem. Eftersom perspektivet är fysioterapeutiskt och fysiska aktiviteter är en betydande del av daghemmens vardag, ligger fokus på kopplingen mellan social delaktighet och fysisk aktivitet. I detta arbete undersöks hur olika organiserade fysiska aktiviteter på daghem inverkar på den sociala delaktigheten hos barn för att identifiera aktiviteter som främjar den sociala delaktigheten. Det centrala som undersöks är hur delaktigheten påverkas under aktiviteterna, inte den möjliga långvariga effekten.

Det finns relativt få tidigare forskningar eller examensarbeten som handlar om hur fysisk aktivitet är förknippat med social delaktighet, varför ett examensarbete där detta undersöks kunde vara användbart. Med våra undersökningsresultat hoppas vi kunna hjälpa barnfysioterapeuter, daghemspersonal samt andra professionella som jobbar med barngrupper att välja ut aktiviteter som främjar den sociala delaktigheten hos barn.

## **1.1 Syfte och frågeställningar**

Syftet med detta examensarbete är att identifiera fysiska aktiviteter som främjar den sociala delaktigheten hos barn på daghem. Det centrala är att observera hur olika fysiska aktiviteter inverkar på barnens sociala delaktighet under lektillfället. Arbetet kommer att fokusera på daghemsbarn i åldern 3-5 år.

Våra frågeställningar är:

- Hur inverkar olika fysiska aktiviteter på barns sociala delaktighet under lektillfället på daghem?
- Hur reagerar 3-5-åriga barn på olika fysiska aktiviteter?

## **1.2 Uppdragsgivare**

Beställaren av detta arbete är en privat stiftelse som varit verksam inom barnavård under en lång tid. Stiftelsen erbjuder barndagvård på flera olika daghem i Helsingforsregionen. Grunden för verksamheten är att beakta barnen både som individer och som medlemmar i gruppen. De pedagogiska principerna och värdegrunden är de



samma på stiftelsens alla daghem och bygger på lagen om småbarns pedagogik (36/1973 §) som innehar barndagvårdens krav på trygg dagvård samt barnens rättigheter. På daghemmen strävar man efter en positiv atmosfär och god kontakt med föräldrarna för att försäkra varje barn en god start på livet och en bra självkänsla. Av etiska skäl utges inte noggrannare uppgifter om beställaren.

## 2 TIDIGARE FORSKNING

För att hitta forskningar har sökningar gjorts i följande databaser: Academic search elite, Cinahl, Google scholar, PubMed och Sage. Utöver dessa databaser har sökningar också gjorts på Helsingfors universitets publikationsarkiv (Helda), Jyväskylä universitets publikationsarkiv (Jykdok) och i form av manuell sökning. Olika kombinationer av följande sökord har använts: lapset, liikunta, children, early childhood, young children, childcare, daycare, kindergarten, preschool, participation, social participation, social engagement, attendance, social acceptance and rejection, encourage, play, physical activity, observation, organized sports, sports och exercise.

Inga forskningar har hittats där direkt koppling mellan organiserad fysisk aktivitet och social delaktighet på daghem har undersökts. Därför har det valts ut artiklar som fokuserar antingen på fysisk aktivitet, social delaktighet eller sociala relationer bland barn i daghemsåldern. De utvalda artiklarna har uppfyllt följande kriterier: De har inkluderat barn mellan tre och fem år, studerat fysisk aktivitet, social delaktighet och/eller sociala relationer bland barn antingen på daghem eller på fritiden och de har publicerats efter år 2005.

Fem stycken relevanta forskningar för detta arbete har valts ut. Två av dessa forskningar har undersökt sociala omgivningsfaktorernas inverkan på den fysiska aktivitetsnivån, en har studerat hur social status inverkar på beteendet bland barn på daghem under fri lek medan de två övriga har undersökt vilka fördelar i fråga om sociala aspekter och egenskaper deltagande i olika fysiska aktiviteter har. Två av de utvalda forskningarna har utförts på daghem, en på fritiden, en på både daghem och fritid och en på sommandagläger. Forskningarna är väsentliga för detta arbete eftersom de fokuserar på främjandet av deltagandet i olika fysiska aktiviteter, hur aktivt deltagande kan inverka på sociala egenskaper samt hurdan betydelse social delaktighet har för barn på daghem.

De utvalda forskningarna har hittats i följande databaser: Academic Search Elite, PubMed och Jyväskylä universitets publikationsarkiv (Jykdok) med följande sökord:

- Preschool AND Sports AND Participation
- Preschool AND physical activity OR exercise AND observation
- Lapset JA Liikunta
- Preschool AND Play AND Social participation
- Preschool AND Social acceptance and rejection

I artikeln *Perceived benefits to children from participating in different types of recreational activities* av Barnett & Weber (2008) presenteras en studie där syftet var att undersöka hurdana positiva effekter deltagande i olika rekreativa aktiviteter har för barn i daghemsåldern upp till tredje klassister. Barnen som deltog i undersökningen var från två olika bostadsområden i USA. Aktiviteterna indelades i fyra huvudgrupper: individuella sporter, lagsporter, uppträdande och kommunikation. Datainsamlingen skedde genom en enkät där barnens föräldrar uppskattade hurdana positiva effekter deltagande i de olika aktiviteterna haft för deras barn. I studien kommer det fram att deltagande i olika rekreativa aktiviteter anses ha en positiv effekt både i fråga om personliga och sociala egenskaper hos barn. I fråga om deltagande i olika sporter anses speciellt sociala talanger och fysiska färdigheter ha ökat hos barnen. Överlag uppskattades deltagande i olika sorters fritidsaktiviteter öka möjligheten för utvidgade sociala interaktioner. Utöver dessa fördelar ansåg de flesta föräldrarna att deras barn har upplevt deltagande i aktiviteterna överlag som roligt. (Barnett & Weber 2008: 5-14)

I artikeln *Physical activity behaviours of rural preschoolers* av Hessler (2009) presenteras en studie där fysiska aktivitetsformer bland barn i daghemsåldern (2-5 år) som bor på landsbygdsområden i norra Colorado, USA, har undersökts. Data samlades in genom observation, bilder och intervju av barnens föräldrar. Det relevanta för detta examensarbete som kommer fram i studien är att olika fysiska aktiviteter och lekar på daghem uppfattas som viktiga för barnens socialisation. Deltagande i olika lekar anses också lätt locka med speciellt barnens syskon och möjligtvis också andra barn. (Hessler 2009: 247-249)

Förutom att fysiska aktiviteter möjligen kan påverka barnens sociala delaktighet, kan man se på saken omvänt. I pro gradu avhandlingen *Ympäristö liikuttaa lasta: päiväkodin ympäristöllisten tekijöiden merkitys esiopetusikäisten lasten liikunnallisessa aktiivisuudessa* har Mantsinen (2010) undersökt hurdan betydelse olika fysiska och sociala omgivningsfaktorer har för barnens delaktighetsnivå i fysiska aktiviteter på daghem. I denna kvalitativa forskning samlades data in genom observation och intervju. I resultaten framkommer att både fysiska och sociala faktorer på daghem har en stor inverkan på barnens fysiska aktivitetsnivå. Det framkom att yttergårdens uppbyggnad, redskap samt årstid inverkar starkt på den fysiska aktivitetsnivån hos barn. Sociala relationer mellan barn kan antingen minska eller öka barnens fysiska aktivitet. En trevlig grupp att leka med kan öka glädjen i att röra på sig medan mobbning och avvissning kan passivera barnet fysiskt. Uppmuntring och positiv feedback av de andra barnen under fysiska aktiviteter har också visat sig inverka positivt på barnets fysiska aktivitetsnivå. Då en god kompis går med i någon lek är sannolikheten stor att barnet också själv går med i leken. Samma gäller bakvänt, det vill säga att barnets intresse för leken kan sluta direkt ifall en viktig kompis går bort ur leken. (Mantsinen 2010: 2, 81-91)

I studien av Mantsinen (2010) lades stor vikt på fysiska omgivningsfaktorer utomhus, men eftersom detta examensarbete fokuserar på fysiska, organiserade aktiviteter inomhus samt social delaktighet är det inte nödvändigt att gå mer in på de fysiska omgivningsfaktorerna. Resultaten i fråga om de sociala omgivningsfaktorernas inverkan på aktivitetsnivån kan bra användas som eventuellt stöd och grund för de resultat som framkommer i detta arbete.

En liknande undersökning i fråga om omgivningens inverkan på den fysiska aktivitetsnivån bland barn i gruppsituationer har gjorts av Skiles et al. (2013). I studien *Environmental and social-motivational contextual factors related to youth physical activity: systematic observations of summer day camps* undersöktes hurdan betydelse miljö, socialt klimat och personal har för den fysiska aktivitetsnivån hos barn på sommarkläger i South Carolina, USA. Det centrala var att upptäcka vilka faktorer som ökar eller minskar barnens fysiska aktivitetsnivå för att minska övervikt bland barn. Studien utfördes på sommarkläger eftersom det har visat sig att barns BMI i medeltal ökar tydligt mer under sommaren i jämförelse med andra årstider. Fyra olika sommarkläger för barn

mellan 5 och 17 år observerades systematiskt, varav ett av de fyra lägren bestod av femåringar. Varje daghem observerades i fyra dagar under två veckors tid, i medeltal allt som allt i 17 timmar. Observationen skedde i 15 minuters intervaller. Ur studien framkommer att de sociala aspekterna var allra mest betydande för barnens delaktighetsnivå i olika aktiviteter. För flickor var socialt stöd och kamratrelationer betydande i fråga om deltagande i aktiviteterna, medan lekens kvalitet spelade en större roll för pojkar. Pojkarna var aktivare i aktiviteter där det ingick någon sorts tävling, krävande prestation eller möjlighet att retas med de andra. Delaktighetsnivån under aktiviteterna minskade både bland flickor och pojkar ju tydligare och klarare reglerna var. (Skiles et al. 2013: 1-11)

I studien av Skiles et al. (2013) anges inte antalet femåringar som deltog i forskningen. Därför kan man inte klart säga hur bra resultaten kan förknippas med barn i femårsåldern. Dessa forskningsresultat kan dock fungera som stöd och bekräftelse för de resultat som fås i detta arbete i fråga om faktorer som inverkar positivt på deltagandet samt skillnader mellan flickors och pojkars intressen då det gäller fysiska aktiviteter i grupp-situationer.

I artikeln *Sociometric stability and the behavioral correlates of peer acceptance in early childhood* av Walker (2009) presenteras en australiensk studie där syftet var att undersöka korrelationen mellan barns sociala status och beteende på daghem samt hur bestående det sociala statuset är. I undersökningen deltog 187 barn mellan 4,5 och 5,5 år. På basen av intervju av deltagarna kategoriserades en del av barnen vidare till populära, negligerade och avvisade. Efter detta samlades data in genom observation av dessa barn under fri lek på daghem. I studien framkommer att de barn som hade klassificerats som populära deltog mer i samverkande lekar och var mer ivriga att delta i konversationer i jämförelse med de andra barnen. De barn som kategoriserades som populära visade mer positiva känslor som leende och skratt i jämförelse med de avvisade och negligerade barnen. De barn som kategoriserades som negligerade eller avvisade deltog mer i parallella lekar, spenderade mer tid ensamma och såg mer på då de andra barnen lekte i jämförelse med de populära barnen. (Walker 2009: 339-354)

### **3 TEORETISKA UTGÅNGSPUNKTER**

Under detta kapitel presenteras och definieras centrala begrepp som är relevanta för detta arbete.

#### **3.1 Barnets utveckling**

Barnens motoriska och sociala utveckling bör tas i beaktande i detta arbete, eftersom de fysiska aktiviteter barnet klarar av samt barnens motoriska och sociala beteendemönster i hög grad påverkas av barnets ålder. Ifall en fysisk aktivitet som utförs på daghemmet är för svår och de yngre inte klarar av den, får de inte en känsla av delaktighet.

Detta arbete handlar om barn i åldern 3-5, varför den motoriska och sociala utvecklingen för endast denna åldersgrupp beskrivs. Beskrivningarna är riktgivande och generaliserande, eftersom allas utveckling sker i individuell takt.

##### **3.1.1 Motorisk utveckling**

Barnets tillväxt, mognad och inläring är faktorer som inverkar på och möjliggör utvecklandet av barnets motoriska färdigheter. För att ett barn skulle kunna lära sig motoriska prestationer som hör till människans normala utveckling bör hon ha uppnått en viss mognad, vilket innebär ett tillräckligt utvecklat nervsystem samt observation av andra människor som går. Mer avancerade motoriska prestationer som till exempel balettrörelser kräver ännu mer specifik träning och handledning. Inläringen av de enklare och typiska motoriska färdigheterna för människan kan dock också i viss mån stödas och underlättas med hjälp av handledning. Träning av dessa motoriska prestationer kan inverka positivt på barnets kroppsbild, det har nämligen visat sig att en tidig utveckling av motoriken gynnar en positiv kroppsbild. (Himberg et. al. 1992: 35-37) En god kroppsbild- och kännedom kan i sin tur inverka positivt på barnets självbild och självförtroende, vilket ofta speglas till hur barnet betar sig mot andra. (Social- och hälsovårdsministeriet 2005: 14).

Motoriken delas in i två huvudgrupper: grovmotorik och finmotorik. Grovmotorik omfattar rörelser där stora muskelgrupper används, som till exempel krypande och gång. Efter att barnets grovmotorik har utvecklats till en viss grad börjar finmotoriken så småningom utvecklas, grovmotoriken utvecklas alltså först. (Himberg et al. 1992: 36). Finmotorik omfattar mer avgränsade, exakta rörelser och förbättras dramatiskt under förskoleåldern och handlar i stort sätt om behärskning och användning av handens små muskler samt samverkan mellan dem och ögonmusklerna (Hwang & Nilsson 2011: 193-194 & Himberg et al. 1992: 36). Exempel på finmotorik är att knäppa knappar, knyta skosnören, skriva och rita samt användning av olika verktyg som bestick och sax (Hwang & Nilsson 2011: 193-194). För att utföra en finmotorisk rörelse krävs små muskel- och kroppsrörelser. Eftersom nervsystemet och muskler inte ännu har färdigutvecklats hos barn i daghemsåldern är finmotoriska rörelser mer utmanande för dem än grovmotoriska rörelser. (Hwang & Nilsson 2011: 195)

I treårsåldern börjar barn tydligt kunna uppskatta storleken och rörelserna av sin kropp i relation till olika objekt och utrymmet. De klättrar rätt så smidigt och kan cykla med trehjuling. Treåriga barn kan springa samtidigt som de drar och skuffar på stora leksaker och också väja för hinder och hörn på samma gång. De klarar av att gå baklänges och sidlänges, att stå på tå, att en stund stå på ett ben, sparka en boll kraftfullt och att kasta en boll övre vägen samt fånga en stor boll. Treåringar går ofta upp för trappor med ett steg per trappa, neråt går de fortfarande med två steg per trappa. (Sheridan 2008: 39) En treåring kan stänga knytnäven och imitera tummens vridningar. I denna ålder håller barnen i pennan med tummen och de två första fingrarna med god kontroll. De kan rita av cirklar och kors samt bokstäverna V, H och T. Då de ritat människor drar de ofta extremiteterna direkt från huvudet. Treåringar kan också använda barnsaxar. (Sheridan 2008: 39-40)

Fyraåriga barn har utvecklat sin rörelseförmåga ytterligare, och kan göra skarpa svängningar springande medan de drar eller skuffar på föremål. De klättrar smidigt på stegar och i träd och är duktiga på att cykla med trehjuling. De kan stå, gå och springa på tå och stå på ett ben i 3-5 sekunder samt hoppa på det prefererade benet. I fyraårsåldern visar barnen ökade talanger i bollspel och de kastar, fångar, studsar samt sparkar bollen väl. (Sheridan 2008: 43) I fyraårsåldern kan barnen sprida ut fingrarna

och opponera med tummen turvis till de övriga fingrarna. De håller pennan korrekt i stativgrepp likt vuxna och kan kopiera bokstäverna V, H, T och O. De tecknade människorna har nu ofta även mittkropp och armar och fingrar. (Sheridan 2008: 43-44)

En femåring är aktiv och skicklig på att klättra, rutscha, gunga, gräva med mera. I femårsåldern går barn lätt längs en smal linje samt står på ett ben i 8-10 sekunder. De börjar kunna röra sig rytmiskt till musik och kan gripa hårt med båda händerna. Bollspelstalangerna har ökat ytterligare, även om förmågan att fånga en boll med en hand inte utvecklas förrän 9-10-årsåldern. (Sheridan 2008: 47) Femåringar kan plocka och handskas med minimala prylar. De har god kontroll över pennan och kan skriva bokstäverna V, T, H, O, X, L, A, C, U och Y samt kopiera en fyrkant och vid fem och en halv-årsåldern även en triangel. De ritar igenkännbara personer med alla kroppsdelar och hus med dörr, fönster, tak och skorsten samt andra teckningar. Ett femårigt barn kan noggrant klippa i papper. (Sheridan 2008: 47-48)

### **3.1.2 Social utveckling**

Åldern 3-5 år brukar kallas för "lekåldern", vilket bra beskriver lekars och fysiska aktivitetens betydelse i barnens sociala beteende. Barn kommunicerar fysiskt mycket mer än vuxna; de skuffas, kramas, brottas, klättrar och hänger på varandra samt lutar sig mot och ligger fast i varandra. (Strandell: 175)

I treårsåldern blir det allmänna beteendet mer mottagligt och barnen kan visa kärlek och förtroende samt ömhet till yngre syskon. Treåringar tycker ofta om att leka på golvet med klossar, lådor, leksaksbilar, dockor med mera, både för sig själva eller tillsammans med andra. De engagerar sig även i låtsas-lekar med andra barn och delar leksaker med andra. I treårsåldern börjar barnen förstå skillnaden mellan det förflutna, nutid och framtid. (Sheridan 2008: 41)

Fyraåriga barn är allt mer självständiga och visar omsorg för yngre syskon och sympati mot bekymrade lekkamrater. De kan visa verbal oförskämdhet och humor i tal samt sociala aktiviteter. I denna ålder vill barnet ha sällskap av andra barn, med vilka de antingen samarbetar eller argumenterar, precis som med vuxna. Fyraåringar leker



komplicerade golvlekar tillsammans med andra barn och väldigt fantasifulla låtsaslekar som kan inneha utklädnad. (Sheridan 2008: 45)

Femåringar utvecklar självreglering och är allt mer förnuftiga, kontrollerade och självständiga med stor variation av beteendet i olika situationer. De väljer sina egna vänner med vilka de leker fantasifulla lekar med. De kan för det mesta leka i samförstånd och förstår behovet av regler och rättvisa. Femåringar visar redan starkt sinne för humor. (Sheridan 2008: 49)

I det stora hela kan man generalisera att det för ett treårigt barn är naturligt att vara sysslolös och se på andras lek och att leka ensam. I fyraårsåldern leker barnen ofta sida vid sida sina egna lekar och i femårsåldern övergår leken till delvis eller fullständigt samspel. (Niiranen 1995: 83)

### **3.2 Social delaktighet**

Social delaktighet grundar sig i människans naturliga behov att vistas med andra människor, det vill säga i människans socialitet. Med socialitetsgrad avses graden av socialt intresse, det vill säga hur intresserad och villig man är att delta i olika sociala sammanhang. Socialitet anses vara ett medfött temperamentsdrag med biologisk grund som styr och påverkar vårt sociala beteende. (Keltikangas-Järvinen 2010: 17, 33, 36)

Graden av socialitet bestämmer i hög grad hur belönande andra människors sällskap, uppskattning och positiv feedback är för individen. Ju större socialt intresse man har, desto viktigare är medmänniskornas uppskattning och social delaktighet samt motivationen att uppnå detta. Det betyder dock inte att en person med lågt socialt intresse hela tiden vill vara ensam, utan att denne nöjer sig med en mindre dos av umgänge jämfört med en person med högt socialt intresse. (Keltikangas-Järvinen 2010: 33, 36) En social person är i hög grad beroende av andra människors feedback och uppskattning. Hon vill inte sticka ut ur massan på ett negativt sätt och har därför oftast samma åsikter med majoriteten för att minimera risken att bli utsatt för kritik. (Keltikangas-Järvinen 2008: 105)

Graden av socialitet kan inverka på den sociala delaktigheten. En blyg och försiktig person kan ha ett högt socialt intresse, men delaktigheten kan begränsas av nervositeten och spändheten som uppstår i nya sociala situationer. (Keltikangas-Järvinen 2010: 33 & 43) Det är ändå inte en självklarhet att alla personer med högt socialt intresse är socialt delaktiga.

Delaktighet är ett relativt brett och omfattande begrepp. Ofta kopplar man ordet delaktighet som förhållandet mellan individ och samhälle. Detta är den högsta nivån av delaktighet, nämligen samhällelig delaktighet. (Melin 2013: 4) På Social- och hälsovårdsministeriets webbsida beskrivs delaktighet på följande sätt: "Delaktighet innebär att man är med, påverkar och bryr sig samt att man får ta del av den gemensamma välfärden." (Social- och hälsovårdsministeriet 2015). Den lägsta nivån av delaktighet är den individuella nivån, där individens medverkan i sammanhang granskas. Social delaktighet på daghem befinner sig på den så kallade interindividuella nivån. Denna nivå innefattar interaktioner mellan barn där de låter varandra bli socialt delaktiga eller utesluter varandra från en aktivitet. (Melin 2013: 16 & 34) Gustavsson (2004: 141) förklarar delaktighet som "ett mångdimensionellt begrepp som innefattar upplevelser av engagemang och motivation, aktivt agerande, samspel med omvärlden i nischer och förutsättningar i miljön".

En definition på social delaktighet lyder på följande vis: "Delaktighet föreligger när individen, på basis av eget val, kan gå in i engagerad och av medaktörerna accepterad samhandling på en arena, vars tillgänglighet inte begränsas av fysiska och sociala barriärer. Social delaktighet ger en upplevelse av tillhörighet och gemenskap." (Janson et al. 2007: 4). Enligt en synpunkt består social delaktighet av tre element: Acceptans av andra, sociala relationer och känslan av att vara accepterad av de andra i gruppen (Koster et al. 2007: 19).

Social delaktighet kan också beskrivas som att "vara en del av gänget" och att "passa in". Att delta i aktiviteter och uppfylla kamraters förväntningar är en drivkraft i barns liv. Utan tillräcklig delaktighet kan barns sociala liv vara splittrat och begränsat. (Davis et al. 2006: 23) Barnen skulle inte kunna dela upplevelser och känslor med varandra, vilket är en grund för gemenskapskänsla (Lundquist 2007). Gemenskapskänsla är viktig för människan och skapar mening i tillvaron (Melin 2013: 15).

Motsatsen till social delaktighet kan ses vara social exkludering, det vill säga bristande delaktighet eller utanförskap (Gustavsson 2004: 16). Detta betyder att en individ stängs ut ur ett sammanhang eller en aktivitet som denne skulle önska vara med i. Social delaktighet och social exkludering är alltså sociala processer människor emellan. (Melin 2013: 15)

Fastän det finns otaliga orsaker till social utanförskap har det visat sig att bland annat barn som är tillbakadragna eller aggressiva är i större risk att bli avvisade eller lämnade utanför gruppen. Dessa barn är också oftare mobbade eller mobbar själva samt känner sig oftare ensamma än barn som inte klassificeras som tillbakadragna eller aggressiva. (Laine & Neitola 2002: 19-20). Forskning påvisar att speciellt aggressiva barn med dålig självdisciplin och omoget beteende avvisas allra mest på daghem och därför ofta blir socialt exkluderade (Harrist et al. 1997: 290-291). Barn som blir utanför gruppen har en stor risk att hamna i en så kallad ond cirkel av negativ kommunikation. Med detta menas en situation där barnets sociala talanger, självbild och självuppskattning inte utvecklas på grund av för lite positiv kommunikation med andra. För lite kommunikation och kommunikation som till stor del är negativt ökar risken för problem med bland annat beteende, känsloliv och skolgång senare livet. (Laine & Neitola 2002: 36-37)

Barns sociala delaktighet kommer fram då de är inneslutna i samma aktiviteter. För att möjliggöra detta borde förskolebarn ses som snarlika med snarlika behov. (Melin 2013: 196) I en studie framkommer att försiktiga, blyga barn på daghem en stor del av tiden inte är i interaktion med någon. En mindre del av deras tid går alltså åt till att vara i interaktion med andra barn och vuxna. De försiktiga barnen följer oftast mer med och tittar på de modiga som är med i verksamheten. (Niiranen 1995: 184-185) Det vore viktigt för alla barn att lära sig vara i växelverkan med andra samt att uppleva att det är roligt att vara tillsammans med andra. I en pro gradu-avhandling kommer det fram att tillbakadragna barn lättare deltar i organiserade fysiska aktiviteter och behöver stöd av en vuxen för att vilja och våga delta. Tillbakadragna barn har också visat sig behöva mer hjälp i motoriska utföranden än andra barn. (Mustajärvi 2012: 64)

Det kan ibland vara svårt att urskilja om barnet inte på riktigt vill delta eller om hon inte bara kan eller vågar. På grund av detta är det viktigt att daghemspersonalen upp-

muntrar barnen att gå med i leken åtminstone ibland. Man skall ändå komma ihåg att respektera barnets vilja att vara ensam ibland. (Keltikangas-Järvinen 2010: 45) Det är viktigt att ordna leksituationer för barn där de upplever att det är roligt att leka med andra barn. En vuxen bör ordna leken så att barnet har en klar och positiv roll som är betydande för lekens funktion. På detta sätt är de andra barnens feedback med hög sannolikhet positivt. Vidare bör vuxna ordna situationer där barnet både ger och får hjälp. (Keltikangas-Järvinen 2010: 46)

### **3.3 Fysisk aktivitet**

Fysisk aktivitet är ett generellt begrepp för alla former av självutförd kroppsrörelse som ger ökad energiomsättning. Hushålls- och trädgårdsarbeten, fysisk belastning i arbetet, lekar som omfattar rörelse, motion och träning är exempel på fysiska aktiviteter. (Biguet et al. 2012: 243-244). Detta examensarbete fokuserar på fysiska aktiviteter i form av olika lekar.

Med motion avses en planerad fysisk aktivitet med viss avsikt som till exempel att öka välbefinnandet eller ge framtida bättre hälsa. Exempel på motion kunde vara jogging. Med träning vill man öka prestationsförmågan i något, det vill säga man har ett klart mål som man strävar till att uppnå. Termen "träning" används ofta inom idrotten. (Biguet et al. 2012: 244) Ett exempel på träning kunde vara att träna till maraton, där målet är att öka uthålligheten.

Fysisk aktivitet gynnar barnens motoriska och mentala utveckling och har på så sätt en positiv effekt på flera delområden i barnets liv (Larsson et al. 1989: 41). I studien av Booth et al. (2007) påpekas att fysisk aktivitet minskar bland annat risken för kardiovaskulär sjukdom och övervikt i vuxenåldern och är därför viktigt på tanke på barns framtida hälsa. Det är viktigt att barn är fysiskt aktiva på ett mångsidigt sätt i form av bland annat lek, olika sportgrenar, förflyttningar och avkoppling. Aktiviteter bör utföras både inom- och utomhus i olika terrängar. (Booth et al. 2007: 154-155)

Enligt social- och hälsovårdsministeriets handbok om motionsrekommendationer för förskoleverksamheten bör barn i 3-6 årsåldern röra på sig hurtigt allt som allt minst två

timmar varje dag. Liksom Booth et al. (2007) betonar, bör de fysiska aktiviteterna vara innehållsmässigt mångsidiga och utföras i olika miljöer. De dagliga aktiviteterna skall stöda barnets motoriska utveckling och färdigheter på ett ändamålsenligt sätt. Utöver de fysiska och motoriska fördelarna möjliggör olika motions- och lektillfällen också utveckling och övning av barnets sociala egenskaper. (Social- och hälsovårdsministeriet 2005: 11-14)

Enligt en studie om rekommendationer för fysisk aktivitet för småbarn borde barn i 3-4-årsåldern röra på sig minst 180 minuter dagligen. Hos 5-åriga barn borde minst 60 minuter av den dagliga fysiska aktiviteten vara energiskt. Tillräcklig mängd och tillräckligt varierande fysiska aktiviteter kan inverka positivt på barnets motoriska talanger, kroppsammansättning, sociala utveckling och metaboliska hälsa och därmed främja en god hälsa och utveckling hos barn. (Carson et al. 2012: 349-350) Forskningsresultat påvisar även att regelbunden och tillräcklig fysisk aktivitet i barndomen har en positiv effekt på barnets BMI (Body mass index) samt kardiorespiratorisk kondition i tonåren. Barn med normalt BMI i tidig barndom har visat sig i genomsnitt ha bättre kardiorespiratorisk kondition också i tonåren jämfört med barn med högt BMI under tidig barndom. Ifall BMI-värdet sjunker senare i barndomen till normala värden kan konditionsnivån vid tonårsåldern dock vara av samma klass med barn med kontinuerligt normalt BMI-värde. Samma gäller vice versa, det vill säga ifall BMI-värdet höjs tydligt senare i barndomen har konditionsnivån visat sig vara sämre hos dessa barn. (Hakanen et al. 2012: 3) Detta påvisar hur viktigt det är att barn är fysiskt aktiva redan i ett tidigt skede och att intresset för att röra på sig upprätthålls hela barndomen för att främja en god framtida hälsa.

Utanför daghemmet har föräldrarna en stor inverkan på barnets möjligheter för fysisk aktivitet. Lätt tillgång till aktivitetsplatsen, säker omgivning samt ställen med aktivitetsmöjligheter också för andra familjemedlemmar påverkar barnets möjligheter att vara fysiskt aktivt. (Allender et al. 2006: 829)

## 4 METOD

Som forskningsmetod för detta arbete har valts observation eftersom det bra lämpar sig för att undersöka samspel mellan människor (Johansson & Karlsson 2013: 31). Observation är en ändamålsenlig metod då man vill registrera hur människor faktiskt agerar och inte hur de säger att de gör samt då syftet är att registrera beteende i en viss kontext. (Jacobsen 2012: 114)

Observation innebär att man samlar information genom att studera vad människor gör i olika situationer. Forskaren antecknar vad som sker antingen med egna ord eller med hjälp av en ifyllbar tabell. I vissa fall får man bäst registrerat vad som händer genom att videofilma. (Jacobsen 2012: 114) Observation är aldrig endast visuellt – man använder också bland annat hörseln, luktsinnet, språket och tänkandet (Arvastson & Ehn 2009).

Man kan indela observation i dold observation där de undersökta inte vet att de blir observerade samt i öppen observation där forskaren är synlig och de observerade medvetna om undersökningen. I fråga om barn är det inte lika viktigt att inte vara en synlig forskare som gör anteckningar, eftersom barn inte stör sig så mycket som vuxna på att bli observerade. (Jacobsen 2012: 98 & 115) I denna forskning är det frågan om öppen observation, eftersom vi är fysiskt närvarande och barnen har blivit informerade om att det görs en undersökning, trots att de inte exakt vet vad det är vi fokuserar oss på.

Observation kan också vara antingen deltagande eller icke-deltagande. Deltagande observation betyder som namnet säger att forskaren deltar i det som händer bland dem som undersöks. Vid icke-deltagande observation håller sig forskaren på avstånd från de undersökta utan att delta i det de håller på med. (Jacobsen 2012: 116) Graden av deltagande kan växla och en forskningsmetod är inte alltid tydligt endast deltagande eller icke-deltagande observation (Johansson & Karlsson 2013: 55). En synpunkt är att man får data av högre validitet genom att observeraren själv är med och delta för att de observerade inte ska känna sig objektiverade och stressade (Fangen 2005: 31). Det är ändå bäst att skiljt för varje fall avgöra vilken grad av deltagande lämpar sig bäst för ifråga varande studie. I denna studie kommer en av observatörerna att dra lekarna, vilket betyder att metoden i stort sätt är deltagande observation.

Då man observerar daghemsbarn måste man ta i beaktande att man gör det endast utifrån sitt eget perspektiv. En annan observatör skulle kunna se och tänka något annat om vad som händer förskolebarnen emellan. (Melin 2013: 65)

#### **4.1 Etiska aspekter**

Till god vetenskaplig praxis hör att man är omsorgsfull och noggrann i sin forskning, i dokumenteringen och i presentationen av resultat. Dataansaffnings-, undersöknings- och bedömningsmetoderna skall vara etiska och uppfylla kriterierna för vetenskaplig forskning. Man bör även anskaffa forskningstillstånd. (Helin et al. 2012: 18)

Anonymitet är väldigt viktigt då man forskar. Man skall se till att ingen kan igenkännas, vilket kan göras bland annat genom att inte utge information som kan bidra till att identifiera enskilda personer. Risken för igenkänning är större ju mindre grupp som undersöks. (Jacobsen 2012: 35) Daghemmen som besökts har därför inte nämnts och barnens namn är därför ändrade.

Innan besöken börjas skickas ett informationsbrev till de utvalda daghemmen (Se bilaga 1). Brevet innehåller en beskrivning av vad som kommer att göras och när, samt en del där föräldrarna med sin underskrift bekräftar att barnet får videofilmas för forskningens ändamål. I brevet poängteras att videomaterialet inte visas till utomstående och att det kommer att förstöras då forskningen är klar. Brevet bör informera vem och varifrån forskaren är och beskriva vad forskningen går ut på (Johansson & Karlsson 2013: 32). Forskningslov för denna forskning har ansökts och beviljats av daghemmens verksamhetsledare.

#### **4.2 Urval**

Datainsamling sker på tre daghem i Helsingforsregionen genom att ordna fyra olika fysiska aktiviteter för barnen och videofilma detta. Varje daghem kommer att besökas tre gånger och samma fyra fysiska aktiviteter leds varje gång. Besöken strävas efter att göras med en veckas mellanrum på ett och samma daghem. En fördel med att forska på

institutioner som daghem är att man får ett tillförlitligare material genom att det som vuxen är lätt att vistas i miljön och lära känna barnen (Johansson & Karlsson 2013: 33).

Barnen som observeras är i åldern 3-5. För att inkluderas i studien skall barnet ha varit på plats minst två av de tre gångerna för att kunna se eventuella skillnader i reaktioner och beteendet under de olika lektillfällena och för att barnet kanske inte förstår leken så ingående första gången. Barnen skall också ha föräldrarnas godkännande till att bli videofilmade. Sammanlagt 25 barn på de utvalda tre daghemmen uppfyllde kriterierna. Två av dem var treåringar, 12 barn var fyraåringar och 11 barn var femåringar.

### **4.3 Datainsamling**

Under de första besöken på daghemmen observeras barnen i sina naturliga sysslor en halv till en timme innan aktiviteterna påbörjas. På så sätt fås en bild av barnens normala sociala strukturer och de hinner vänja sig en aning vid observatörernas närvaro, vilket torde ge ett rikare material (Johansson & Karlsson 2013: 33). Innan lekarna får barnen en namnlapp på ryggen för att underlätta analysarbetet. Den huvudsakliga datainsamlingen sker genom videofilmning av lekarna. Utöver detta skrivs det ner anteckningar om hur besöken gick till samt hur barnen i stort sett agerade före och under lektillfällena. Dagboksskrivandet utförs efter varje daghemsbesök.

I detta arbete används också videofilmning som datainsamlingsmetod. Kombination av olika metoder kallas för metodtriangulering (Fangen: 2005: 201). Videofilmning har valts ut som datainsamlingsmetod eftersom det gör det möjligt att återkomma till observationsmaterialet och noggrannare analysera det. Då man filmar är det lättare att uppmärksamma detaljer som kan vara svåra att hinna skildra med ord. Dessutom möjliggör det analys av varje barn skiljt för sig. Filmning är till speciell nytta då handlingar forskas, som till exempel barn i interaktion (Johansson & Karlsson 2013: 52). Det som måste tas i beaktande gällande filmning är att det lätt kan ändra beteendet hos undersökningsobjekten (Jacobsen 2012: 118). Därför siktas det i denna forskning på att vara så diskret som möjligt med videokameran och ha den aningen i skymundan. Observatörerna turas sinsemellan om med att videofilma och att dra lekarna.



#### 4.4 De fysiska aktiviteterna

De fysiska aktiviteterna är utvalda så att de motsvarar barnens åldersrelaterade motoriska kunnande och är så olika som möjligt. De fyra aktiviteterna består av en tafatt-lek, en lagsport samt två Sherborne-övningar av vilka den ena är en lek med nära kroppskontakt och den andra en ringlek. I alla lekar observeras det hur barnen i allmänhet reagerar och agerar under lektillfällena. Dessutom analyseras graden av den sociala delaktigheten enskilt för varje barn.

Som tafatt-lek ordnas ”stöpselhippa”. Leken går ut på att en är fasttagare och försöker ta fast de andra barnen genom att röra dem med handen. Då man blir fastagen blir man och stå på plats och lägger båda händerna vid midjan. Det speciella i denna lek är att man kan rädda den som har blivit fast genom att ”doppa” armarna genom dennes armhål. I tafatt-leken är det den blivna som har en central roll som tagare medan de andra försöker springa undan henne eller honom samt rädda sina kompisar som blivit fast. I leken fokuseras det på hur aktivt barnen är med och hur aktivt de springer undan fasttagaren, räddar och tar fast varandra.

Lagsporten ordnars i form av förenklad fotboll. I denna undersökning förverkligas fotbollen genom att dela in barnen i två lag utan målvakt i de små målen. De enda reglerna är att man inte får ta bollen i hand eller förorsaka skada åt andra. Fotboll lämpar sig till denna forskning i och med att redan treåringar klarar av att sparka boll ofta bättre än de till exempel kan kasta och fånga boll (Sheridan 2008: 39). I boken *Nuorten valmentaminen joukkuelajeissa* sägs koncist att alla situationer där spelarna är i samverkan med varandra utvecklar vi-andan (Hara & Vasarainen 2005: 105). I en studie vid Stockholms universitet framkommer att träning tillsammans ökar social samhörighet särskilt i fråga om lagsport, där känslan att vara en i laget och sträva efter gemensamma mål framlyfts (Villaume 2009). En annan forskning säger dock att småbarn mest gillar sådan fysisk aktivitet som inte innehåller någon sort av tävling (Allender et al. 2006: 829).

Ur Sherborne-övningarna har valts ut tunnelleken som hör till en grupp av övningar vars syfte är att utveckla trygghetskänsla bland andra och att visa hänsyn i en större grupp. I

tunnelleken ställer sig hela gruppen knäfyrfota tätt intill varandra. En i taget skall ta sig genom tunneln krypande eller ålande och sedan ställa sig sist i raden. Samspelet ökar förmågan till kroppslig kommunikation och partnerna måste känna och uppfatta varandras signaler (Klinta 1998: 60 & 112). Det centrala som kommer att observeras i denna lek är barnens sätt att samarbeta under leken samt deras reaktioner i fråga om fysisk närhet och beröring.

Som ringlek dras ”knutleken”, vilken är bekant för många från barnkalas. Även denna lek används inom Sherborne-metoden med syfte att utveckla en känsla av omhändertagande och hänsynsvisande i grupp. Knutleken börjar med att alla står i en ring och håller varandra i händerna. Efter detta trasslar barnen in sig huller om buller utan att släppa taget. Till sist sätter sig alla ner. (Klinta 1998: 92) Det centrala som kommer att observeras i denna lek är också samarbete, fysisk närhet och beröring. Knutleken skiljer sig dock från tunnelleken på det sättet att alla barn har samma roll och uppgift i denna lek medan i tunnelleken är det alltid bara en i taget som har den speciella, centrala rollen som krypare.

Sherborne-metoden är utvecklad av Veronica Sherborne (1922-1990) för att träna sociala och motoriska färdigheter främst hos daghemsbarn och för barn med särskilda behov. Sherborne var ursprungligen insatt på fysisk utbildning och fysioterapi och efter att bli undervisad av Rudolf Laban utvecklade hon Sherborne Developmental Movement-metoden, som bygger på Labans teorier. Sherborne menar att barn har två basbehov; de behöver känna sig bekväma i sin kropp och kunna forma relationer med andra. (Sherborne 2001: xiii) Därför lämpar sig de två Sherborne-övningarna bra till denna studies syfte.

#### **4.5 Analys av data**

Som stöd för analysering av datan används kapitlet ”Analys av observationsmaterial” av Fangen (2005). I analysen används tolkning av första och andra grad, vilket innebär beskrivning av det skedda under tillfällena, koppling till tidigare teori och egna tolkningar (Fangen 2005: 224-231).

Efter varje daghemsbesök diskuteras besöken i allmänhet och videomaterialet går igenom. Anteckningar och upptäckter om tillfället sammanfattas och skrivs ner efter varje besök i form av en observationsdagbok. Dagboken utgör en del av resultatredovisningen och används också som stöd för den djupare analysen. Den djupare analysen görs skilt med hjälp av videomaterialet efter att alla besöken är gjorda. För att kunna analysera videomaterialet på ett ändamålsenligt sätt används en självgjord checklista som är utformad enligt arbetets bakgrund, syfte och frågeställningar. Som teoretisk grund för checklistan har använts bland annat Gustavssons (2004, 141) modell av de fyra komponenterna i fråga om delaktighet samt modellen i Koster et al. (2007: 19) beskrivning om de tre olika elementen.

Eftersom arbetet inte innehåller någon intervju eller frågeformulär är det inte möjligt att veta hur barnen själva har upplevt situationen samt sin grad av delaktighet. Därför är fokuset på delaktighetsförknippade faktorer som en utomstående kan se; barnets aktivitetsnivå, det vill säga deltar barnet i leken eller inte samt hur aktivt hon är med i leken, hur barnet samarbetar med de andra under lektillfällena och hur barnet reagerar på de olika lekarna. Denna information tolkas sedan djupare. Fastän arbetet i stort sett handlar om fysiskt agerande är det viktigt att uppmärksamma också den verbala kommunikationen för att lättare kunna bedöma graden av delaktighet.

Checklistan består av 5-7 punkter per lek indelade i fysiskt agerande samt verbalt och socialt agerande. Tre av dessa punkter är samma i de olika lekarna, medan resten är specifikt valda med tanke på leken ifråga. De tre gemensamma punkterna för alla lekar är följande: Deltar i leken (med kort lekspecifik beskrivning på vad detta innebär), accepteras, stängs inte ut ur leken och skrattar, ler eller verkar annars glad. Den sista punkten togs dock bort ur tunnelleken, eftersom detta var för svårt att bedöma då barnets ansikten syntes allt för lite i videomaterialet. Checklistan har alltså omformats lite alltmedan analysen framskridit. Punkten ”Uppmuntrar, ger råd åt andra” har använts i alla andra lekar utom stöpselhippa, eftersom den inte innehåller så mycket teamspel som de andra lekarna. Punkten ”Deltar i leken” har valts ut eftersom detta är den viktigaste aspekten med tanke på delaktighet. Enligt Melin 2013: 34 innefattar social delaktighet på daghem interaktioner mellan barn där de låter varandra bli socialt delaktiga eller utesluter varandra från en aktivitet. Därför har punkten ”Accepteras, stängs inte ut ur leken” valts

ut. Barnet har alltså ansetts bli accepterad av de andra då dennes delaktighet inte har begränsats av sociala barriärer som till exempel utfrysning.

Vid varje punkt skrivs in 0-2 poäng för varje barn och varje lek skilt för sig. Talet 2 är lika med "ja", 1 innebär "delvis" eller "neutralt" (beroende på punkt) och 0 betyder "nej" eller "negativt" (beroende på punkt). Det maximala poängantalet som barnet kan få i leken blir då alltså två gånger antalet punkter vid checklistan. Ett fåtal punkter är sådana för vad alla barn inte får något poäng. Ett exempel på detta är punkten "Barnet försöker aktivt ta fast andra" vid stöpselhippa, som inte gäller för barn som under leken inte varit "fasttagare". I dessa fall skrivs ett "x" vid punkten och helhetspoängen för detta barn minskas med två för att inte påverka resultatet.

Videomaterialet analyseras skilt av båda skribenterna för att höja validiteten. Efter detta räknas medeltalet ut för de poäng skribenterna har gett åt de enskilda barnen. Då analysen gjorts räknas poängen ihop. Först räknas poängen för varje enskilt barn för de enskilda lekarna. Poängen är nu i bråktalsform och visar hur mycket poäng barnet fått av det för leken maximala poängantal, som exempel 6/10. Därefter räknas poängen ihop lek för lek för de olika daghemmen och olika dagarna. I detta skede syns alltså inte mera enskilda barns poäng, utan de olika lekarnas. Eftersom de maximala poängantalen varierar beroende på lek och till exempel om barnet varit fasttagare eller inte under stöpselhippan omvandlas bråktalen till procent för att kunna jämföras. Procentantalet avrundas till heltal utan decimaler. I det skede då procentantalens medelvärden av olika dagar för samma lek räknas kan dock halvtal förekomma. Ju större procentantalet är, desto större är barnens delaktighet för en viss lek.

## 5 RESULTATREDOVISNING

Lekarna lektes inomhus i små salar med ett undantag. De utrymmen daghemmen hade att erbjuda fungerade väl till undersökningens ändamål. Under de flesta besöken fanns daghemspersonal med vid sidan av salen utan att ta större initiativ i lekarna. På en del daghem kunde de ibland ge råd eller uppmuntra barnen. På ett daghem fanns personalen överhuvudtaget inte i lekutrymmet medan aktiviteterna drogs under två av de tre besöken. Ingen betydlig påverkan av personalens närvaro registrerades.

I detta kapitel presenteras resultaten i form av en kort beskrivning på hur barnen reagerat och agerat under de olika fysiska aktiviteterna samt i form av delaktighetsprocent för de olika aktiviteterna. Beskrivningen har gjorts på basen av observationsdagboken som skrivits efter varje daghemsbesök. Procenten har uträknats enligt modellen som beskrivs i kapitlet Analys av data. Av etiska skäl är alla namn som nämns ändrade.

Mest delaktighetspoäng fick knutleken med 81 %. Därpå följer stöpselhippa med 76 % med tunnelleken tätt intill (75 %). Minst delaktighetsökande var fotboll med 65,5 %. Under presenteras en tabell där delaktighetsprocenten för varje lek och lektillfälle framkommer.

Tabell 1: Resultattabell

<b>STÖPSELHIPPA</b>	Daghem 1 (n)	Daghem 2 (n)	Daghem 3 (n)	Alla (n)
Medeltal	72 % (9,3)	72 % (4)	83 % (8,7)	<b>76 % (22)</b>
<i>Dag 1</i>	71 % (8)	84 % (4)	92 % (9)	
<i>Dag 2</i>	75 % (11)	83 % (4)	78 % (9)	
<i>Dag 3</i>	71 % (9)	50 % (4)	78 % (8)	

<b>FOTBOLL</b>	Daghem 1 (n)	Daghem 2 (n)	Daghem 3 (n)	Alla (n)
Medeltal	61,5 % (9,3)	69 % (4)	66 % (8,7)	<b>66,5 % (22)</b>
<i>Dag 1</i>	60 % (8)	66 % (4)	63 % (9)	
<i>Dag 2</i>	X	71 % (4)	69 % (9)	
<i>Dag 3</i>	63 % (9)	X	67 % (8)	

<b>TUNNELLEK</b>	Daghem 1 (n)	Daghem 2 (n)	Daghem 3 (n)	Alla (n)
Medeltal	77,5 % (9,3)	70 % (4)	78 % (8,7)	<b>75 % (22)</b>
<i>Dag 1</i>	76 % (8)	71 % (4)	81 % (9)	
<i>Dag 2</i>	X	75 % (4)	70 % (9)	
<i>Dag 3</i>	80 % (9)	63 % (4)	73 % (8)	

<b>KNUTLEK</b>	Daghem 1 (n)	Daghem 2 (n)	Daghem 3 (n)	Alla (n)
Medeltal	71 % (9,3)	82 % (4)	85 % (8,7)	<b>81 % (22)</b>
<i>Dag 1</i>	68 % (8)	76 % (4)	90 % (9)	
<i>Dag 2</i>	X	86 % (4)	82 % (9)	
<i>Dag 3</i>	81 % (9)	85 % (4)	82 % (8)	

## 5.1 Stöpselhippa

Stöpselhippan på daghem 1 började med att Ellen stod i ett hörn. Då Lisa märkte detta gick hon och tog henne i handen, varefter de sprang hand i hand resten av leken utan att fasttagaren försökte ta fast dem. Samma skedde nästa gång, och förutom att hålla varandra i händerna, stod Lisa och Ellen tidvis vid sidan om med händerna i kors. Också en av de yngsta pojkarna, Kalle, stod ibland vid sidan andra dagen. Tredje gången var Ellen inte på plats, och denna gång stod ingen vid sidan under stöpselhippan, men en kort stund sprang Lisa, Alice och Ida hand i hand. De yngsta barnen verkade ha lite svårt att förstå lekens idé och att rädda andra, men var ändå ivriga speciellt sista gången. De äldre pojkarna samt Ida var för det mesta fullt med och leka och ivriga att få vara fasttagare. Sista gången skuffade två av de äldre pojkarna ganska mycket varandra.

Första dagen på daghem 2 lektes stöpselhippan av daghemspersonalens önskan ute på ett bollplan och därför blev leken väldigt utspridd. Alla var med, förstod reglerna och räddade varandra, även om rätt så lite. Också andra dagen var alla med i början, men senare gick flickorna bort ur leken och kom och klänga på observatörerna. Speciellt pojkarna hade mycket energi och var väldigt högljudda av sig. Sista gången var flickorna inte med i stöpselhippan överhuvudtaget, med motiveringen att man måste springa i leken. Pojkarnas lek lyckades därför inte riktigt då de var så få; det blev väldigt oorganiserat och de fokuserade på annat.

På daghem 3 var alla med i stöpselhippan första dagen och de flesta var livliga och högljudda och räddade aktivt varandra. Filip drog sig aningen undan genom att ibland klättra upp på en fåtölj. Barnen var ivriga också andra dagen, med undantag Ilse som stötte knät och inte var med resten av leken. Ilse satt också sista gången tidvis på en soffa under stöpselhippan. Sista gången gnällde Lasse att han blivit fasttagen trots att han inte var med i leken, men han blev ivrig igen då han fick vara fasttagare. I slutet satt Lasse och Edward mitt på golvet.

På daghem 1 varierade stöpselhippans delaktighetsprocent för de tre besöken mellan 71 % och 75 %, med medelvärdet 72 %. Variationen mellan delaktigheten för de olika besöken var således rätt så liten. På daghem 2 blev skillnaden mellan besöken större. Där blev delaktighetsprocenten mellan 50 % och 84 %, med medeltalet 72 %. De högsta

delaktighetspoängen i stöpselhippa fick daghem 3 där delaktighetsprocenten låg mellan 78 % och 92 %, med medelvärdet 83 %.

## 5.2 Fotboll

Även under fotbollen höll en del flickor varandras händer på daghem 1. Första dagen började det med att Ellen tog Alice i handen varefter Lisa gick med dem. Dessa flickor stod mest vid sidan och tittade på spelet. Pojkarna verkade mer delaktiga och tävlingsinriktade i denna lek. Kalle var väldigt ivrig men förstod inte reglerna på samma sätt som de äldre barnen. Även andra gången verkade Ellen inte vilja delta; hon lade armarna i kors och ställde sig vid sidan. Lisa följde efter henne och senare satte de sig ner. Erik och Rikhard var speciellt ivriga denna gång, Rikhard på ett aningen dominerande sätt. De yngre pojkarna var lite vilsna; Max försökte hårt men Kalle hann inte med så bra. Sista gången gick Alice och Lisa hand i hand i salen fastän de var på olika lag. Erik hade bollen en stor del av tiden och verkade ta spelet på fullt allvar. Han började även gråta i slutet av spelet. Robin skuffades och drog i andras kläder.

På daghem 2 var det främst bara pojkarna som deltog i fotboll. Första dagen stod flickorna på planen och sa ”hoppas att Sven vinner” och ”hoppas att Anton vinner” utan att själva göra försök till att nå bollen. Efter observatörernas uppmuntring att också delta sprang de också med och försökte sparka bollen. Andra dagen sade flickorna genast i början att de inte vill vara med och satte sig på en bänk vid sidan. De sa att de är dåliga på fotboll, inte tillräckligt snabba och att de hellre vill vara publik. Flickorna följde ändå med spelet och verkade intresserade av hur det går. Pojkarna i sin tur var tävlingsinriktade och ivriga att spela. Tredje gången började också med att flickorna protesterade. Sedan gick dock Fina med men föll genast i början då Sven sprang på henne. Båda fick ont och började gråta, vilket ledde till att spelet inte blev av sista gången på daghem 2.

Fotbollen på daghem 3 gick första gången högljutt och aningen kaotiskt till. Både flickor och pojkar deltog aktivt. Ilse verkade ibland lite frånvarande och Freya var tidvis vid sidan men hoppade ändå upp och ner då spelet blev spännande. Gabriella var speciellt ivrig och spelade hårt. Andra dagen satt Edward och Ilse på soffan och följde med spelet, ibland gick också Stina med dem. Gabriella, Elin och Mariella blev alltid



väldigt glada av mål fast inte alltid gjorda av rätt lag. Sista dagen ville Filip och Ilse först inte vara med. Filip kom dock med i spelet då Elin gick bort efter en tid. Lasse gick också tidvis bort.

På daghem 1 fanns bara data av dag ett och dag två gällande fotboll, tunnelleken och knutleken på grund av problem med filmkameran. För de övriga dagarna blev delaktighetsprocenten för fotboll 60 % och 63 %, med medelvärdet 61,5 %. För daghem 2 blev resultaten för fotboll 66 % och 71 % då leken inte blev av sista gången. Medelvärdet för daghem 2 är således 69 %. Medelvärdet för daghem 3 blev 66 % och resultaten för de enskilda dagarna var mellan 63 % och 69 %.

### **5.3 Tunnelleken**

På daghem 1 hade barnen första dagen lite svårt att förstå vad tunnelleken går ut på. Ibland gav de utrymme åt varandra att krypa igenom men ibland blev detta bristfälligt. Mellanrummen blev stora och raden ostrukturerad. Rikhard var rastlös och lite våldsam då han kröp. Jonas ville bort mitt i då han kröp och verkade lätt ångestfull. Andra gången var barnen lite rastlösa i början av tunnelleken, men leken gick bättre denna gång i och med att de kröp smidigare och hjälpte varandra mer. Speciellt Alice, Lisa och Ellen koncentrerade sig och hjälpte bra till. Jonas vågade denna gång krypa under. Rikhard slog Svante på baken. Sista gången spottade Max mycket på de andra barnen och bråkade allmänt. Det andra yngre barnet, Kalle, förstod nu leken bra och kröp smidigt under.

Första dagen gick tunnelleken rastlöst till även på daghem 2 och barnen hade svårt att hållas stilla i en rad. Då Fina kröp igenom hopade sig Anton på henne. Andra dagen hölls barnen till en början fint på rad varefter rastlösheten tog över. Anton kastade sig på ett barn som kröp under och sparkade ett annat. Sven skuffade också ett av barnen. Sista gången grep Sven Fina mellan benen då hon kröp. Då Sven själv kröp steg han upp då han ännu var under Fina. Anton kröp med en bok i handen varav leken blev ganska kaotisk.

På daghem 3 började tunnelleken första dagen bra; alla koncentrerade sig och hjälpte varandra att krypa under. Mot slutet blev en del barn mer rastlösa och Jan, Freya samt Ilse plattade till sig. Filip sa att han inte orkar mer och gick bort ur raden. Elin började

göra akrobatiska rörelser och flera andra barn hade svårt att hållas stilla i raden. Andra gången gick allt bra tills en av personalen ville krypa under och rådda till raden. En del gick då bort, men kom dock så småningom tillbaka. Mycket handledning och uppmuntring behövdes denna gång. Sista gången gick tunnellen smidigare på daghem 3 och barnen orkade bättre. Ilse och Filip deltog inte alls i leken. Ingen av de barn som deltog gick bort mitt i leken denna gång. Lasse gjorde det svårt för de andra då han kröp under.

Daghem 1 fick delaktighetsprocenten 76 % och 80 % för tunnellen och medelvärdet blev således 77,50 %, då data från dag 2 saknas. Resultaten för daghem 2 varierade mellan 63 % och 71 %, med medelvärdet 70 %. I tunnellen fick daghem 3 resultat mellan 73 % och 80 % och medelvärdet för daghem 3 blev 78 %.

## **5.4 Knutleken**

På det första besöket på daghem 1 trasslade sig barnen inte in så mycket i knutleken. Andra gången var de aktivare och speciellt Robin, Svante och Erik trasslade in sig aktivt både under andra och tredje gången. Kalle var aningen passiv alla gånger och verkade inte riktigt förstå leken. Alla barn var med i leken och höll varandras händer varje gång.

På daghem 2 deltog alla barn varje gång i knutleken. Under första dagen var leken lite yr men barnen samarbetade ändå. Anton viftade kraftigt med sin hand. Andra dagen gick barnen aktivt i en knut och verkade ha väldigt roligt, likaså sista gången.

På daghem 3 var alla med i knutleken första dagen och barnen skrattade mycket. De försökte aktivt trassla in sig med undantag av Ilse som var aningen passiv. Andra dagen var de flesta ivriga att få leka knutleken igen och de trasslade aktivt in sig. Stina och Mariella gick bort mitt i leken, men följde med från sidan. Tredje dagen sprang Stina bort och var inte med i ringen. Ville var vid sidan sista dagen innan leken började men kom med då en annan pojke drog honom i handen. Filip deltog i första varvet men gick sedan bort. Barnen bildade bra en knut.

För dag 1 och dag 3 på daghem 1 beräknades delaktighetsresultaten för knutleken 68 % och 81 %. Från dag 2 saknas data och medelvärdet är således 75 %. Resultaten för daghem 2 varierade mellan 76 % och 86 % och medelvärdet blev 82 %. På daghem 3

blev medelvärdet för knutleken 85 % och de enskilda gångernas delaktighetsprocent varierade mellan 82 % och 90 %.

## 6 DISKUSSION

Under detta kapitel diskuteras och klargörs resultaten som presenterades i förra kapitlet. Utöver detta reflekteras det över de utvalda metoderna för detta arbete och övriga tankar som uppstått.

### 6.1 Resultatdiskussion

Resultaten i detta arbete kan förknippas med en del tidigare forskningsresultat och teori som tagits upp i detta arbete. I resultaten kan man märka den sociala omgivningens inverkan på delaktighetsnivån i fråga om fysiska aktiviteter i grupp samt vissa allmänna skillnader mellan flickors och pojkars beteende och intresse för olika lekar.

Ingen av de fyra lekarna var sådana där alla skulle ha velat delta i varje gång, men tydliga skillnader i delaktighetsprocenten mellan lekarna framkom. Alla barn är unika och har därför också naturligtvis reagerat på olika sätt under aktiviteterna. Vissa typiska, allmänna reaktioner kunde dock märkas under de flesta lekarna. Till exempel fotboll visade sig vara för våldsamt för en del barn, medan en del tyckte det var roligt då leken innehöll tävling.

Undersökningsresultaten påvisar att knutleken fick allra mest delaktighetspoäng bland barnen och anses därför vara den mest optimala leken i fråga om främjandet av den sociala delaktigheten på daghem. Knutleken framkallade speciellt mycket skratt och glädje hos barnen och även treåringarna förstod lekens idé. Här kunde man märka hur alla barn var ”en del av gänget” och att få barn var ovilliga att delta i denna lek. De flesta barnen var ivriga under leken, men en del betedde sig ibland lite för våldsamt då de försökte trassla in sig, till exempel i form av skuffande och rivande. I knutleken var en del barn mer passiva än andra, men verkade ändå för det mesta ha roligt. Det som var positivt överraskande i knutleken var att inga barn hade problem med att hålla sina kompisars händer eller att vara fysiskt nära varandra. Syftet med denna Sherborne-lek är att stöda relationer mellan barn samt utveckla en känsla av omhändertagande och hänsynsvisande i grupp. Därför valdes denna lek som en möjlig bra metod för att öka

den sociala delaktigheten bland barnen. I och med detta var det inte överraskande att knutleken fick allra mest delaktighetspoäng.

Näst mest delaktighetspoäng fick stöpselhippan. Även denna lek omfattade mycket skratt och glädje. Här märktes speciellt kompisarnas inverkan på barnets vilja att delta. Detta syntes till exempel då Ellen gick med i leken efter Lisas uppmuntring, vilket stöder både undersökningsresultaten av Skiles et al. (2013) och Mantsinen (2010) om hur sociala aspekter kan inverka på deltagandet i aktiviteter. Det som delvis invercade negativt på deltagandet i leken var att den var fysiskt ganska tung eftersom leken innebär mycket springande, vilket ofta ledde till att barnen inte mera orkade vara med. Ibland gick lektillfället lite för våldsamt till och några barn stötte sig, vilket ofta ledde till att barnen avbröt leken mitt i. Barn i fyra-femårsåldern förstod rätt så bra reglerna för denna lek, medan treåringarna hade svårt att förstå lekens idé och kunde därför inte vara på samma sätt ”en del av gänget” som de äldre. Detta påvisar att stöpselhippa kanske inte är den lämpligaste leken för treåringar i fråga om främjandet av social delaktighet.

Tunnelleken, det vill säga den andra Sherbourne-leken, fick tredje mest delaktighetspoäng. Medelvärde för tunnelleken avvek endast med en procentenhet från stöpselhippans medelvärde och skillnaden mellan delaktigheten för dessa två lekar blev minimal. I tunnelleken kunde man ofta märka hur alla barn var ”en del av gänget” då de samarbetade och hjälpte varandra att krypa under. Här var det också överraskande att nästan inget barn hade problem med att vara fysiskt nära de andra barnen och att själva krypandet sällan väckte ångest hos kryparen. Speciellt då någon kröp under uppstod det ofta mycket skratt bland barnen. Tunnelleken visade sig vara fysiskt ganska tung och därför blev barnen ofta rastlösa och hängiga, speciellt i slutet av leken då de började bli trötta i kroppen. Överlag kunde man märka att pojkar var mer retsamma i denna lek, till exempel då Max upprepat spottade på dem som kröp under och då Anton hopade sig på Fina då hon kröp under. Detta var intressant att märka, eftersom det i studien av Skiles et al. (2013) kom fram att pojkar är mer aktiva i lekar där det finns en möjlighet att retas med de andra.

Det var ingen stor överraskning att fotboll var minst delaktighetsframkallande, eftersom tidigare forskning påvisar att småbarn mest tycker om fysiska aktiviteter där det inte ingår någon sorts tävling (Allender et al. 2006: 829). Hara & Vasarainen (2005) och Villaume (2009) påstår dock att lagsporter ökar social samhörighet och utvecklar vandan. I detta fall var målgruppen antagligen för unga för fotboll. Dessutom kan vi inte heller veta hur barnen själva upplevt den sociala samhörigheten under spelet. I allmänhet uppstod det tydligt mindre skratt och glädje i fotboll i jämförelse med de andra lekarna och leken blev lätt för allvarlig, vilket kunde vara orsaken till varför en del inte ville vara med. Speciellt de äldre pojkarna visade sig vara betydligt mer ivriga och tävlingsinriktade än flickor i fotboll. En del flickor föredrog hellre att se på då de andra spelade istället för att själva delta, till exempel flickorna på daghem 1 och daghem 2 där de sa att de är dåliga på fotboll och inte tillräckligt snabba. Dessa reaktioner stöder de resultat som framkom i studien av Skiles et al. (2013), det vill säga att över 5 åriga pojkar föredrar fysiska aktiviteter där det ingår någon sorts tävling eller prestation, medan sociala aspekter ofta har en större betydelse för flickors deltagande. Fastän fotboll ansågs som en lämplig lek för treåringar med tanke på deras motoriska utveckling, var spelreglerna lite för krångliga, varför fotboll kanske inte är den bästa leken för treåringar. Fotboll visade sig vara en ganska polariserande aktivitet bland barn; en del var väldigt ivriga av att få sparka boll och tävla medan en del inte alls ville vara med. Fastän fotboll i medeltal fick de lägsta delaktighetsprocenten, kan denna lek ha flera andra fördelar bland annat i fråga om utveckling av motorik och koordination. Ifall flickor och pojkar hade spelat fotboll separat, kunde resultaten kanske ha blivit annorlunda.

Alla barn som inte deltog i någon specifik lek gjorde det av eget val, det vill säga ingen ansågs ha blivit avvisad av de andra. Därför fick alla barnen poäng vid punkten ”Accepteras, stängs inte ut ur leken” i checklistan, det vill säga ingen fick noll poäng av någon lek överhuvudtaget. I punkten uppmuntring och rådgivning har också de flesta fått minst ett poäng, eftersom 1 är lika med neutralt och 0 innebär att barnet sagt något negativt eller förnedrat andra under leken, vilket förekom sällan. Överlag förekom det mycket lite synlig mobbning bland barnen under lekarna. Leken där barnen retades med varandra allra mest var tunnellen.

Knutleken visade sig inverka allra positivast på den sociala delaktigheten bland barn på daghem. Stöpselhippan och tunnellen inverkade också i stort sett positivt på den sociala delaktigheten, medan fotboll fungerade som ganska polariserande och påverkade den sociala delaktigheten allra negativast. I stort sett kan man konstatera att en del lekar inverkade mer positivt och en del mer negativt på den sociala delaktigheten, likaså gäller barnens reaktioner under lekarna. Positiva reaktioner som uppstod under aktiviteterna var bland annat skratt och glädje, ivrighet och visat intresse för leken, omhändertagande och fungerande samarbete, uppmuntring av de andra barnen och kamraternas positiva inverkan på delaktigheten. Mer negativa reaktioner har varit att inte vilja delta bland annat på grund av att leken upplevdes som för krävande (speciellt fotboll), för tung fysiskt eller ”knäpp”, våldsamt eller retsamt beteende, gråt av olika orsaker, allmän rastlöshet och oordning bland barn. Hur barnen agerade och reagerade under aktiviteterna kan bero på flera faktorer som till exempel graden av socialt intresse, temperamentsdrag och andra personlighetsfaktorer, tidigare erfarenheter och barnets allmänna humör. Ifall syftet är att främja den sociala delaktigheten bland 3-5 åriga barn under fysiska aktiviteter i grupp, anses knutleken, stöpselhippan och tunnellen fungera bäst av dessa aktiviteter för detta ändamål. Stöpselhippan representerar i denna forskning de flesta tafattlekar, fotboll lagsporter, och knutleken samt tunnellen likande Sherborne-övningar inom samma kategori. Detta betyder att resultatet torde vara samma för dessa lekar och därför kunna tillämpas även för dem.

## **6.2 Metoddiskussion**

I stort sett är vi nöjda med att vi valt deltagande observation som forskningsmetod och att vi använt oss av dagbok och videofilmning som datainsamlingsmetod. Vi anser att dessa metoder har stött vårt syfte och att vi fått svar på våra frågeställningar. Ifall vi skulle ha velat öka förståelsen i fråga om hur barnen själv upplevt sin sociala delaktighetsnivå kunde vi också ha använt oss av intervju som datainsamlingsmetod.

Största problemen med forskningsmetoden i detta arbete är konkreta och gäller för det mesta kameraanvändningen. Kameran fungerade nämligen inte varje gång (daghem 2 fotboll, knutleken & tunnellen). Dessa gånger har därför analyserats endast genom observationsdagbok, inte med checklistan. Tidvis fungerade ljudet på kameran väldigt

bristfälligt, vilket försvårade analyseringen av den verbala kommunikationen betydligt. Samma problem förekom också då barnen var många och talade samtidigt. Det var då svårt att uppfatta enskilda meningar och vem som säger dem. Ljudproblem förekom också på daghem 2, då personalen första dagen önskade att fotbollen och stöpselhippan leks ute. Förutom att det utomhus var svårt att urskilja ljud, var det också svårt att få alla videofilmade samtidigt eftersom barnen hade svårt att hållas innanför de i sanden ritade gränserna och spred ut sig på ett stort område. Lekarna blev lite för utspridda och också själva leken gick sämre, vilket gjorde att problemet upptäcktes i tid och de två övriga gångerna lektes allt inne. Analysen gjordes så gott det gick även för lekarna som lektes ute. Trots att det inomhus var lättare att få fler barn på bild, syntes inte alla barn hela tiden i varje lek och alla var ju naturligt inte konstant vända mot kameran. Därmed kan viktiga delaktighetsrelaterade händelser ha uteblivit analysen. Det positiva med videofilmning som datainsamlingsmetod var att vi kunde återkomma till materialet flera gånger om det var något oklart eller om vi glömt hur något gick till.

Eftersom vi inte funnit något passande validerat, standardiserat instrument för att mäta social delaktighet i denna undersökning, valde vi att själva bygga upp en checklista som analysinstrument. Checklistan strävades efter att göras så tillförlitlig som möjligt genom att förankra den i teori, tala ihop oss och reflektera över de utvalda punkterna i listan. Liksom många andra analysinstrument har även vår checklista sina svagheter. Vi fann det aningen svårt att ursprungligen få ihop checklistan, eftersom vi måste plocka grunder från väldigt olika artiklar och böcker och anpassa dem. Punkterna i checklistan kan tolkas lite olika och olika personer kan se och tolka videomaterialet på olika sett. Detta är viktigt att vara medveten om, även om det inte är så mycket man kan göra åt saken annat än att formulera punkterna i checklistan tydligt och diskutera igenom dem. För att få en högre pålitlighet analyserades videomaterialet skiljt av båda observatörerna. För de allra flesta barn och lekar ficks samma eller mycket nära resultat, och även då de skilde sig lite mera jämnade medeltalet ut skillnaden.

### **6.3 Övriga tankar och slutsatser**

Vi anser att våra resultat bra kan tillämpas på olika daghem samt andra aktivitetsgrupper för 3-5-åriga barn då syftet är att främja den sociala delaktigheten bland barn. Den ena



av oss har redan tillämpa stöpselhippan och tunnelleken i en gymnastik-grupp för barn mellan 4-6 år och dessa visade sig fungera bra.

Förslag för fortsatt forskning kunde vara att undersöka hur de olika fysiska aktiviteterna inverkar på barnens sociala delaktighet i längden samt ifall de inverkar positivt på relationer mellan barn också utanför daghemmet. Det kunde också vara nyttigt att undersöka hur andra sorters fysiska aktiviteter inverkar på barnens delaktighetsnivå. För att få mer kunskap och förståelse av hur delaktiga barnen själva upplevt sig under de fysiska aktiviteterna skulle barn även också kunna intervjuas.

Överlag anser vi att det var ett bra val att göra detta arbete parvis, eftersom det skulle ha varit betydligt krångligare att utföra daghemsbesöken samt samla in all data ensam med dessa metoder. Resultatens reliabilitet skulle heller inte ha blivit lika högt ifall analysen skulle ha gjorts av endast en person. Möjligheten att kunna diskutera och bolla idéer tillsammans har varit givande och gett arbetet ett bredare perspektiv. Nackdelar med att göra arbetet parvis har varit ganska långt praktiska och handlat i stort sett om tidsplanering och kompromisser. Att skriva detta examensarbete har gett oss mycket nyttig kunskap om forskning och vetenskapligt skrivande.

Arbetet har varit en process där skrivandet har skett mycket tillsammans. Under följande rubriker har det inte förekommit någon tydlig fördelning varför båda skribenterna har ansvaret över områden: Syfte och frågeställningar, social delaktighet, datainsamling, de fysiska aktiviteterna, analys av data, resultatredovisning, källförteckningen samt utformandet av infobrevet och checklistan. Under de övriga rubrikerna har fördelningen varit tydligare, av vilka Emilias ansvarsområden varit: Inledning, tidigare forskning, fysisk aktivitet, resultatdiskussion och övriga tankar och slutsatser. Följande områden har Victoria varit ansvarig för: Abstraktet, uppdragsgivare, barnets utveckling, beskrivning av metod, etiska aspekter, urval, metoddiskussion samt tabellen.

## KÄLLOR

- Allender, Steven. Cowbrun, Gill & Foster, Charlie. 2006 Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies, *Health education research theory & practice*, vol. 21, nr 6, s. 826-835.
- Arvastson, Gösta & Ehn, Billy. 2009 *Etnografiska observationer*. Lund: Studentlitteratur.
- Barnett, Lynn & Weber, John. 2008 Perceived Benefits to Children from Participating in Different Types of Recreational Activities, *Journal of Park and Recreation Administration*, vol. 26, nr 3, s. 1-20.
- Biguet, Gabriele. Keskinen-Rosenqvist, Riitta & Levy Berg, Adrienne. 2012, *Att förstå kroppens budskap – sjukgymnastiska perspektiv*, 1 uppl., Lund: Studentlitteratur AB, 406 s.
- Booth, Michael. Murphy, Niamh. Phongsavan, Philayrath. Salmon, Jo & Timperio, Anna. 2007, Promoting Physical Activity Participation among Children and Adolescents, *Oxford Journals*, Vol. 29, nr 1, s. 144-159.
- Carson, Valerie. Choquette, Louise. Connor Gorber, Sarah. Dillman, Carrie. Duggan, Mary. Gordon, Mary Jane. Hicks, Audrey. Janssen, Ian. Kho, Michelle E. Latimer-Cheung, Amy E. LeBlanc, Allana G. LeBlanc, Claire. Okely, Anthony D. Murumets, Kelly. Reilly, John J. Spence, John C. Stearns, Jodie A. Timmons, Brian W & Tremblay, Mark S. 2012, Canadian Physical Activity Guidelines for the Early Years (aged 0-4), *Applied Physiology Nutr. Metab*, nr 37, s. 345-356.
- Davis, John. Hill, Malcolm. Prout, Alan & Tisdall, Kay. 2006, *Children, young people and social inclusion - Participation for what?* Bristol: Policy Press, 272 s.
- Eby, Jane. Schrepferman, Lynn M. Stropes, Jennifer & Snyder, James. 2006, Early affiliation and social engagement with peers: Prospective risk and protective factors for childhood depressive behaviors, *Journal of emotional and behavioral disorders*, vol. 14, nr 1, s. 50-61.
- Fangen, Katrine. 2005, *Deltagande observation*, Malmö: Liber AB, 314 s.
- Gustavsson, Anders. 2004, *Delaktighetens språk*. 1 uppl., Lund: Studentlitteratur AB, 237 s.
- Hakanen, Maarit. Heinonen, Olli J. Hernelahti, Miika. Lagström, Hanna. Pahkala, Katja. Raitakari, Olli T. Raittinen, Päivi. Rönnemaa, Tapani & Simell, Olli. 2012, Body mass index, Fitness and physical activity from childhood through adolescence, *British Journal of Sports Medicine*, vol. 47, s. 71-77.
- Hara, Antti & Vasarainen, Jere. 2005, *Nuorten valmentaminen joukkuelajeissa*. Helsinki: Edita Publishing Oy, 183 s.

- Harrist, Amanda W. Bates, John E. Dodge, Kenneth A. Pettit, Gregory S & Zaia, Anthony F. 1997, Subtypes of social withdrawal in early childhood: Sociometric status and social-cognitive differences across four years, *Child Development*, vol. 68, nr 2, s. 278-294.
- Helin, Markku. Kaisa, Sanna. Jäppinen, Sanna. Launis, Veikko. Spoof, Sanna Kaisa & Varantola, Krista. 2012, *God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland*. Helsingfors: Forskningsetsika delegationen, 40 s.
- Hessler, Karen L. 2009, Physical activity behaviours of rural preschoolers, *Pediatric nursing*, vol. 35, nr 4, s. 246-253.
- Himberg, Lea. Laakso, Juhani. Peltola, Ritva & Vidjeskog, Jan. 1992, *Människans utveckling – Psykologi 2*, Borgå: Söderströms, 188 s.
- Hwang, Philip & Nilsson, Björn. 2011, *Utvecklingspsykologi*, 3 uppl., Stockholm: Författarna och bokförlaget Natur och kultur, 376 s.
- Janson, Ulf. Nordström, Irene & Thunstam, Lena. 2007, *Funktionell olikhet och kamratsamspel i förskola och skola. En kunskapsöversikt*. Specialpedagogiska institutet.
- Jacobsen, Dag Ingvar. 2012, *Förståelse, beskrivning och förklaring – Introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete*, 2 uppl., Lund: Studentlitteratur AB, 327 s.
- Johansson, Barbro & Karlsson, Marianne. 2013, *Att involvera barn i forskning och utveckling*, Lund: Studentlitteratur AB, 200 s.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa. 2010, *Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot*, 2 uppl., Juva: Ws Bookwell Oy, 263 s.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa. 2008, *Temperamentti, stressi ja elämäntiete*, Juva: Ws Bookwell Oy, 272 s.
- Klinta, Cia. 1998, *Självföreläsning, kommunikation, rörelseglädje genom Sherborneövningar*, Solna: Ekelunds Förlag AB, s 113.
- Koster, Marloes. Nakken, Han. Pijl, Sip Jan & Houten, Els. 2007, Being part of peer group: a literature study focusing on the social dimension of inclusion in education, *International Journal of Inclusive Education*, s. 1-24.
- Laine, Kaarina & Neitola, Marita. 2002, *Lasten syrjäytyminen päiväkodin vertaisryhmästä*. Turku: Suomen kasvatustieteellinen seura, 168 s.
- Larsson, Leif. Nordlund, Anders & Rolander, Ingemar. 1989, *Lek Idrott Hälsa – Rörelse och idrott för barn, del 2. Inne*. Stockholm: Liber AB, 216 s.

- Lundquist, Lennart. 2007, *Att hantera humanvetenskapens tudelning*. Malmö: Liber, 336 s.
- Mantsinen, Anni. 2010, *Ympäristö liikuttaa lasta - Päiväkodin ympäristöllisten tekijöiden merkitys esiopetusikäisten lasten liikunnallisessa aktiivisuudessa*. Pro gradu, Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. 106 s.
- Melin, Eva. 2013, *Social delaktighet i teori och praktik - Om barns sociala delaktighet i förskolans verksamhet*, Doktorsavhandling, Stockholm: Stockholms universitet.
- Mustajärvi, Suvi. 2012, *Yksin ryhmässä – Vetäytyvät lapset ja syrjäytyminen päiväkodissa*. Pro gradu, Helsingfors: Helsingfors universitet.
- Niiranen, Pirkko. 1995, *Arka Lapsi päiväkodin vertaisryhmässä*, Joensuu: Itäsuomen yliopiston kirjasto, 250 s.
- Sherborne, Veronica. 2001, *Developmental Movement for children; Mainstream, special needs and pre-school*, 2 uppl., London: Worth Publishing Ltd, 121 s.
- Sheridan, Mary. 2008, *From birth to five years: Children's developmental progress*, 3 uppl., London: Routledge, 101 s.
- Skiles, Brittany. Sorensen, Carl & Zarret, Nicole. 2013, Environmental and social-motivational contextual factors related to youth physical activity: systematic observations of summer day camps, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, vol. 10, nr 63. 13 s.
- Social- och hälsovårdsministeriet. 2005, *Motionsrekommendationer för förskoleverksamheten*. Handbok. Helsingfors, 44 s.
- Social- och hälsovårdsministeriet. 2012, *Det nationella utvecklingsprogrammet för social- och hälsovården KASTE 2012-2015*. Handbok. Helsingfors, 58 s.
- Social- och hälsovårdsministeriet. 2015, *Främjandet av delaktighet*. Tillgänglig: <http://stm.fi/delaktighet/>. Hämtad: 25.4.2015.
- Strandell, Harriett. 1995, *Päiväkoti lasten kohtaamispaikkana: tutkimus päiväkodista sosiaalisten suhteiden kenttänä*, Helsingfors: Gaudeamus, 198 s.
- Villaume, Karin. 2009, *Fysisk aktivitet: förenar nytta med nöje: en studie om motivation*, Stockholms universitet, psykologiska institutionen, 20 s.
- Walker, Sue. 2009, Sociometric stability and the behavioral correlates of peer acceptance in early childhood, *The journal of genetic psychology*, Queensland university of technology, vol. 170, nr 4, s. 339-358.

## **BILAGOR**

- Bilaga 1      Infobrev till föräldrar och informerat samtycke
- Bilaga 2      Checklista för analysarbetet

# Information till föräldrar

---

## *Examensarbete för utbildningsprogrammet fysioterapi på Arcada*

Inom ramen för våra studier på yrkeshögskolan Arcada gör vi vårt examensarbete i samarbete med X:s daghem. Examensarbetet handlar om hur fysiska aktiviteter inverkar på delaktigheten hos barn, med fokus på 3-5-åriga barn. För barnen i denna ålder kommer vi att dra fyra olika fysiska aktiviteter per gång i form av lek. Lekarna består av en lagsport, en tafatt-lek samt två lekar som innebär tät fysisk kontakt och samspel i grupp.

Vi kommer att göra tre cirka en timmes besök på daghemmet X i samband med vårt examensarbete. Besöksdagarna är X, X och X kl. X. Vår forskningsmetod är observation och lektillfällen kommer även att videofilmas för att underlätta vårt analysarbete. Videofilmerna kommer inte att synas för någon annan och de förstörs omedelbart efter att arbetet är gjort. Tystnadsplikt råder även. Vid analys av videofilmen kommer gruppen som helhet att observeras. Vid rapportering av examensarbetet kommer varken barn eller daghem att kännas igen.

*Emilia Lindgren & Victoria Wolfram*

Fysioterapistuderande på Arcada

Handledare: Ira Jeglinsky-Kankainen

*Informerat samtycke*

Härmed tillåter jag mitt barn \_\_\_\_\_ att delta i ovan  
beskrivna forskningen samt att videofilmas.

*Vårdnadshavarens underskrift*

\_\_\_\_\_

## Checklista över social delaktighet under de fysiska aktiviteterna

### TUNNELLEKEN

#### Fysiskt agerande

Barnet...

- 1) Deltar i leken, d.v.s. är med och leka och nära de andra (högst 30 cm ifrån)
- 2) Hjälper andra att krypa under genom att göra mera utrymme
- 3) Strävar till att göra det så lätt som möjligt för barnen som bildar tunneln (kryparen)

#### Verbalt & socialt agerande

Barnet...

- 4) Blir accepterad av andra
- 5) Uppmuntrar andra, ger råd åt andra

**Tot. poäng:** /10

### KNUTLEKEN

#### Fysiskt agerande

Barnet...

- 1) Deltar i leken, d.v.s. är med och leka och håller i sina kompisars händer
- 2) Strävar till att aktivt bilda en knut
- 3) Uppmuntrar, hjälper eller ger råd åt andra

#### Verbalt & socialt agerande

Barnet...

- 4) Blir accepterad av andra
- 5) Skrattar, ler eller verkar annars glad

**Tot. poäng:** /10

### FOTBOLL

#### Fysiskt agerande

Barnet...

- 1) Deltar i leken, är med och spela med de andra (inte vid sidan)
- 2) Försöker ta sig till bollen



### **Verbalt & socialt agerande**

Barnet...

- 3) Blir accepterad av andra
- 4) Uppmuntrar andra, t.ex. genom att säga "Bra!"
- 5) Ger råd åt andra, t.ex. genom att säga "Passa hit!"
- 6) Reagerar på ett sätt som visar att hon följer aktivt med spelet t.ex. då det blir mål
- 7) Skrattar, ler eller verkar annars glad

**Tot. poäng:** /14

### **STÖPSELHIPPA**

#### **Fysiskt agerande**

Barnet...

- 1) Deltar i leken, springer aktivt undan tagaren
- 2) Räddar sina kompisar som blivit fast
- 3) Försöker aktivt ta fast andra (tagaren)

#### **Verbalt & socialt agerande**

Barnet...

- 4) Blir accepterad av andra
- 5) Skrattar, ler eller verkar annars glad

**Tot. poäng:** Inte tagare: /8

Tagare: /10

Skala 0-2

- 0= Nej eller negativt  
1= Delvis eller neutralt  
2= Ja