

Bevegelsesglede på tur

Hvordan kan barnehagelæreren bidra til at de eldste barna i barnehagen opplever bevegelsesglede på tur

Eirik Ebbesen

Kandidatnummer: 828

Bacheloroppgave

Emnekode: BHBAC3980

Trondheim, Mai 2021

Fordypning: Barndom, helse og livsmestring

Bacheloroppgaven er et selvstendig studentarbeid gjennomført ved Dronning Mauds Minne Høgskole for Barnehagelærerutdanning og er godkjent som en del av barnehagelærerutdanningen. Under utarbeidelse av oppgaven har studenten fått veiledning ved DMMH.



Forord

For snart tre år siden begynte jeg utdanningen min her på Dronning Mauds Minne Høyskole. I løpet av disse tre årene har jeg tilegnet meg kunnskap om barn og barns utvikling, som har gjort at mitt syn på barn har endret seg. Det å være på tur og holde seg i bevegelse er noe jeg har likt hele livet. Minnene jeg har fra da vi var ute på tur, hvor det eneste jeg tenkte på var å springe rundt i skogen, er så sterke og det er noe som jeg ønsker at andre barn skal oppleve. Derfor har jeg valgt å skrive en bacheloroppgave om bevegelsesglede på tur, hvor målet mitt var å tilegne meg kunnskap om hvordan barnehagelæreren kan bidra til at barna opplever bevegelsesglede på tur. Jeg vil rette en stor takk til mine informanter, som tok seg tid til å delta i prosjektet mitt, og som ga meg verdifull informasjon.

Innholdsfortegnelse

Innledning	4
<i>Oppgavens oppbygging</i>	5
Teori	5
<i>Bevegelsesglede</i>	5
<i>Voksenrollen</i>	7
<i>Tilrettelegging, inspirasjon og motivasjon</i>	7
<i>Barnehagens nærmiljø og lek</i>	10
Metode	11
<i>Hva er metode?</i>	11
<i>Valg av metode</i>	11
<i>Forarbeid</i>	12
<i>Intervjusituasjonen</i>	13
<i>Analyse</i>	14
<i>Metodekritikk</i>	15
<i>Etiske betraktninger</i>	16
Funn og drøfting	17
<i>Bevegelsesglede</i>	17
<i>Informantenes påvirkning på lek når de er på tur</i>	18
<i>Frihet i lek med venner</i>	21
Avslutning	23
<i>Personlige refleksjoner</i>	24
Litteraturliste	25
Vedlegg	26
<i>Informasjons- og samtykkeskjema</i>	27
<i>Intervjueguide</i>	28

Innledning

I den nyeste versjonen av Rammeplanen for barnehagen ble begrepet bevegelsesglede tatt i bruk for første gang. Det står blant annet at barnehagen skal være en arena hvor barn får daglig fysisk aktivitet og at barnehagen skal fremme barnas bevegelsesglede (Kunnskapsdepartementet, 2017, s.11). Handlingsmønstre og vaner er noe man tilegner seg i tidlig alder, og vaner man tilegner seg i barnehagen kan vare ut livet (Kunnskapsdepartementet, 2017). Bevegelsesglede vil derfor også være en vane man legger til seg og som kan vare livet ut. Mennesker søker ofte etter følelser som gir glede eller mestring. Hos barn kommer bevegelsesglede frem gjennom lek, og på den måten vil lek stå sentralt når man skal legge til rette for bevegelsesglede hos barn.

Vi lever i et samfunn hvor den generelle fysiske helsen til folket har blitt dårligere. Kvam (2019) refererer til Helsedirektoratets tall fra 2018 når det sies at det bare er en tredjedel av befolkningen som overholder anbefalingen om å ha et moderat aktivitetsnivå i minimum 30 minutter per dag. Inaktivitet blir i dag sett på som en av de største helseutfordringene for fremtiden. Det kan være mange negative konsekvenser- både psykisk, fysisk og sosialt (Kvam, 2019). For barn fra 5 år og oppover er det anbefalt å være i moderat- til høyintensitet lek i minst 60 minutter daglig. I tillegg bør aktiviteter hvor man sitter stille reduseres. Haga (2018) sier at man har sett tendenser til fysisk inaktivitet og en økende forekomst av overvekt hos barn i fra 5 år og oppover (s.271). Ved å ha et positivt forhold til bevegelse i tidlig alder, vil det være sannsynlig at man også senere i livet finner glede i å bevege seg. Det er gjennom lek og moro at barn beveger seg. Når barna er 4-5 år tenker de ikke at de må bevege på seg fordi de må miste noen kilo. De gjør det fordi det er gøy og det gir en god følelse. Derfor er lek helt sentralt når jeg skal få svar på min problemstilling: *hvordan kan barnehagelæreren bidra til at de eldste barna i barnehagen opplever bevegelsesglede på tur*. Etersom man har begynt å se en økt tendens til overvekt og fysisk inaktivitet hos barn og unge, er det spesielt viktig at barnehagen tar grep og legger til rette for at barna skal få oppleve bevegelsesglede og mestring.

Hvordan barn oppfatter de fysiske omgivelsene rundt seg er avhengig av funksjon og struktur. Området inviterer til ulike aktiviteter som barna kan motiveres til å drive med (Hagen, 2018, s.365). Det kan være områder hvor de ansatte i barnehagen har tilrettelagt for en gitt aktivitet, eller det kan være noe som er «urørt» av de voksne. Mange barn går rett inn i lek når de kommer til et område, mens det er noen barn som ikke finner glede av de invitasjonene området har å by på. For at disse barna skal få positive opplevelser trenger de en motivator som trigger noe inne i barnet slik at det ønsker å leke, springe, klatre og lignende (Arnesen, 2010). En motivator trenger ikke nødvendigvis å være en voksen, men det kan like gjerne være et annet barn, en gjenstand eller at man legger til rette for en type lek som vekker denne nysgjerrigheten.

Oppgavens oppbygging

Innledningsvis introduserte jeg temaet og problemstillingen min. Videre vil jeg gjøre rede for teori som er relevant for oppgaven min. Jeg starter med å beskrive hva bevegelsesglede og *flow* er. Videre tar jeg for meg voksenrollen, som står helt sentralt i min oppgave.

Voksenrollen handler mye om å tilrettelegge, inspirere og motivere og derfor skriver jeg utdypende om disse tre temaene. For å avslutte teoridelen skriver jeg om barnehagens nærmiljø og lek. Deretter vil jeg gå over til metodedelen, hvor jeg skriver om intervju som kvalitativ metode. Jeg beskriver også hvorfor jeg valgte å ha intervju som metode, og om arbeidet jeg gjorde i forkant av intervjuet og selve intervjusituasjonen. Videre i metodedelen skriver jeg om analysen jeg gjorde, kritikk av metoden jeg valgte og utførelse. Avslutningsvis skriver jeg om etiske betraktninger rundt prosjektet. Etter metode vil funn og drøfting komme. I denne delen vil jeg presentere funnene jeg har gjort, og drøfte de i lys av relevant teori. Helt til slutt vil jeg komme med en avslutning og konklusjon på problemstillingen min.

Teori

Bevegelsesglede

Arnesen m.fl. (2010) beskriver følelsen av bevegelsesglede som den følelsen da man hadde masse tid til å løpe, klatre, hoppe og leke med sine venner, og grunnen til at man gjorde det var fordi man syntes det var så utrolig gøy.

Helt fra fødselen av vil barna prøve å finne nye måter å utfordre seg selv på kroppslig. Noen barn kan ha en bevegelsesglede som er både synlig og selvfølgelig, som for eksempel å løpe rundt på løkka og leke haien kommer, mens andre synes det er mange morsomme aktiviteter man kan gjøre mens man sitter i ro eller at de virker utilpass i situasjoner der det er masse aktivitet (Arnesen, 2010) Alle barn kan oppleve bevegelsesglede men man må ha kunnskapen og evnen til å se hva hvert enkelt barn har behov for. Mulighetene må være mange, og variasjonen må være stor slik at alle barna finner en form for bevegelse som passer for seg (Arnesen m.fl., 2010, s.16). Alle barn er sitt eget individ, og det individet har egne forutsetninger, behov og lyster. Det vil si at én løsning ikke nødvendigvis vil bidra til at alle barn opplever bevegelsesglede.

Jo tidligere barn opplever bevegelsesglede, desto bedre. Å være i fysisk aktivitet får også positive konsekvenser for barnas helse og deres motoriske utvikling. I et helsefremmede og forebyggende perspektiv er det viktig å avdekke hvilke faktorer som er av betydning for barnas aktivitetsnivå og fysiske form (Haga, 2018).

Mange vil hevde at barn skaper de fysiske utfordringene de selv trenger, og at motorisk utvikling skjer naturlig gjennom daglig lek. Det er riktig, men samtidig har man skylappene på når man sier det. I Rammeplanen for barnehagen står det at «Barnehagen skal være en arena for daglig fysisk aktivitet og fremme barnas bevegelsesglede og motorisk utvikling» (Kunnskapsdepartementet, 2017, s.11). Det kan være at barna trenger hjelp fra de voksne med å få utfordringer som er på et nivå som gjør at barna føler at de opplever bevegelsesglede. Pedagogisk leder har et særlig ansvar for å lede det pedagogiske arbeidet, og er derfor viktig for at barna skal få utfordringer som er tilpasset deres nivå (Arnesen m.fl., 2010).

Når barna opplever bevegelsesglede, er det stor sjanse for at de vil oppleve å være i en tilstand som heter *flow*. Begrepet er funnet opp av den ungarske psykologiprofessoren Mihaly Csikszentmihalyi under hans forskning på livskvalitet. I Öhman (2012) sin bok viser hun til Csikszentmihalyi som mener at flow noe sentralt for å kjenne på glede og lykke, og at barn søker denne tilstanden (s. 163). Flow karakteriseres av oppdagelsesglede, slik som lek. I

flyt får man en følelse av kontroll og at man har mulighet til å mestre med den kompetansen man innehar. Det samme er i lek, hvor barn har kontroll og føler seg kompetent (Öhman, 2012, s.163).

Voksenrollen

I Rammeplanen for barnehagen står det at «Personalet skal være aktive og tilstedeværende, støtte og utfordre barna til variert kroppslig lek og anerkjenne barnets mestring» (Kunnskapsdepartementet, 2017, s.50). Det er altså lovfestet at personalet i barnehagen skal være aktive og tilstedeværende for barna.

Begeistringssmitter er et begrep som vil være naturlig å ta for seg i denne sammenhengen. «En *begeistringssmitter* er en trygg og omsorgsfull person som evner å være til stede med hele seg» (Arnesen m.fl., 2010, s.19). En *begeistringssmitter* er en person som er engasjert, og alltid har barn rundt seg. Fordi man er tilstede med hele seg, har man de beste forutsetningene for å motivere voksne og barn fordi engasjementet er stort. Å inspirere, motivere og tilrettelegge er sentrale faktorer for at barna skal ha mulighet til å oppleve bevegelsesglede. Barna ser opp til de voksne, og det er derfor viktig å være gode rollemodeller. Man må sørge for at det er en balanse mellom aktiviteter hvor barna får god tid til å utvikle og utfordre seg selv, og aktiviteter hvor de voksne motiverer og inspirer (Arnesen m.fl., 2010, s.28)

Tilrettelegging, inspirasjon og motivasjon

Man kan ikke planlegge bevegelsesglede, men det er så absolutt mulig å legge til rette for det. Går man en tur til skogen vil skogen naturligvis invitere barna til lek. Hvis man i tillegg tar med seg andre materialer (tau, planker og lignende) som kan stimulere til bevegelse, blir forutsetningene mye større for at barna kommer i gang med en aktiv lek. Noen vil kanskje synes at det er for mye jobb å drasse med seg annet materialet ute på tur, men dette handler altså om tilrettelegging. Gjennom å legge til rette kan barn se nye ideer som vil være med å utvikle leken deres. Når man tilrettelegger bør man ha i bakhodet at barn ser forskjellige muligheter i det samme terrenget og hvordan det er lagt opp. For eksempel kan man ha med et tau på tur, og noen barn vil bruke det som et hoppetau mens et annet barn vil henge det opp i trærne og svinge seg i det. Det er uante muligheter, og man bør derfor

ikke ha et låst bilde på hvordan barna skal ta fatt på tilretteleggingen (Arnesen m.fl., 2010). Barn har ulike forutsetninger, ferdigheter og erfaringer fra tidligere som vil være med å påvirke hvordan leken utformer seg. La barna få muligheten til å forme tilretteleggingen, slik at barna kan finne en indre glede ved det å bevege seg.

En bør gi barna erfaringer og felles opplevelser med et mangfoldig omfang av leker og aktiviteter. Ved at barna får erfaringer med mange forskjellige aktiviteter gir det barna et godt utgangspunkt for å se nye uante muligheter i sin kreative lek. Erfaringer viser at mange av aktivitetene som de voksne presenterer, har barna tatt med inn i sin egen lek (Arnesen m. fl., 2010, s.28). Leken tar ofte en annen vinkling, men dette viser at ytre impulser kan være viktig for at barna skal utvikle egen kreativitet

Inspirasjon og trygghet er forutsetninger for lek. Tryggheten går ut på at barna vet at det er noen som ser og bekrefter dem, og at barna føler seg beskyttet slik at de kan gå inn i lekverdenen (Öhman, 2012, s.191). Deretter må barnet få motivasjon og inspirasjon til å leke. De voksne har et stort ansvar når det kommer til å inspirere barna til lek. Det er de voksne i barnehagen som bestemmer hvilke tema, prosjekter og aktiviteter som barna skal introduseres for. På den måten har de voksne stor påvirkning på barnas hverdag. Inspirasjon til leken vil ofte komme fra barna selv, men det kan også være at de trenger støtte for at leken skal bli dyp og berikende (Öhman, 2012, s.191). Det er flere måter å inspirere til lek på. En måte er å undersøke hva som opptar barna, for så støtte barna og komme med nye elementer hvis man ser at leken stopper opp. Å inspirere barna kan også være å samle barna for å gjøre noe i fellesskap, slik at de erfarer i lag med andre barn. Da vil barna få noen lunde like referanserammer når de skal ta med seg disse erfaringene inn i egen lek.

«Motivasjon kan kort beskrives som godfølelsen vi får når vi opplever glede og mestring i det vi holder på med» (Arnesen m.fl., 2010, s.30). Lek blir beskrevet som noe barn gjør av glede og indre motivasjon. Leken har en egenverdi og er et mål i seg selv, som betyr at barna ikke trenger ytre belønninger for at de skal leke. I barnehagen bør man fokusere på gleden som bevegelse gir, noe Arnesen m.fl. (2010) bekrefter ved å si at «Det skal være gøy for barna å bevege seg for bevegelsens skyld» (s.30). Den gleden barn har når de leker, bør være et mål at barna skal få kjenne på når de er i bevegelse. De voksne i barnehagen har en utrolig god

mulighet til å gi barna gode bevegelsesvaner som vil påvirke deres holdninger til egen kropp og hva man ser som mulig med den kroppen man er tildelt.

Som jeg skrev tidligere så bør de voksne **tilrettelegge** for et bredt spekter av aktiviteter for barna. I slike organiserte leker finnes det ulike metoder man kan bruke for å **motivere** barna. Disse organiserte lekene kan igjen være med å **inspirere** barna i deres egen lek. Hvert barn er sitt eget individ, og det vil være ulike elementer som inspirerer barna.

(GJERNE NEVN AT DU TAR TEORIENE FRA ARNESEN I STARTEN) Arnesen m.fl. (2010, s.30) har i sin bok beskrevet flere metoder man kan bruke for å motivere barn til organiserte leker. For å gi eksempler på de ulike metodene, vil jeg se på ulike måter man kan leke seg gjennom en hinderløype. Den første metoden er å gi verbale instruksjoner. Den andre metoden krever at man gir mer av seg selv, ettersom det omhandler å gjøre det til et sirkus. Den voksne har kommando og barna utfører. Den voksne kan for eksempel si at løva må smyge seg gjennom tunnelen som er laget av hyenene. En annen metode er apemetoden, hvor den voksne går gjennom hinderløypen og etterpå vil barna gjøre det samme. Dette er for å se hvordan hinderløypa kan passeres. Noen barn vil også ha behov for å observere hinderløypa flere ganger før de selv blir med. Her bør ikke de voksne forhaste seg, men heller gi barna tid og vise at de er velkommen med på leken. Å legge til rette er også en metode. Her vil barna se an hinderløypa, og gjennomføre hinderløypa på sin egen unike måte. Barna kan passere hinderløypa på en annen måte enn det man hadde sett for seg, og da bør de voksne akseptere og gå med på det som foregår. Her tar den voksne en observerende rolle (Arnesen m.fl., 2010).

I noen aktiviteter kan det også være passende å bane bevegelsen med barna. Å bane bevegelse for barna er å hjelpe barnet gjennom bevegelsen. Et eksempel på dette kan være at man er på gårdsbesøk, og barnet skal holde et lam eller ei katt for første gang. Her vil det være viktig å hjelpe barnet med å få armene i riktig posisjon, slik at verken dyret eller barnet føler ubehag.

Barnehagens nærmiljø og lek

Har man tro på at barn har godt av å utfordre og bruke kroppen sin, er det ingen steder som har bedre forutsetninger for å gjøre dette enn når man er ute på tur (Arnesen m.fl., 2010, s.182).

Rammeplanen for barnehagen legger føringer for at barnehagen skal ut i naturen og bruke friluftslivet som landet har å by på ved å blant annet poengtere at barna skal få gode og positive opplevelser med friluftsliv (Kunnskapsdepartementet, 2017). Barna skal utvikle positive erfaringer gjennom allsidige bevegelseserfaringer. Det er opp til barnehagene å finne ut hvordan de skal gi barna gode opplevelser med friluftsliv, og her er det mange veier som fører til Rom. *Affordances* er et begrep som er naturlig å trekke inn når man snakker om naturen og nærmiljøet. Begrepet kan forstås som omgivelsenes tilbud til hvert enkelt barn, og hvilke muligheter barnet ser i området det befinner seg i (Fjørtoft, 2018, s.190). Barn ser hvilke funksjoner og muligheter de ulike elementene har å by på. For eksempel kan barnet se at et tre kan klatres i, hoppes fra, bygges i og mer til. Naturen byr på langt flere muligheter enn hva som finnes inne på barnehagen. Naturen gir mangfoldige muligheter for bevegelsesutfordringer som fremmer leken (Jørgensen, 2018, s.263). Fysiske miljø viser seg å enklere kunne skape bevegelsesglede hos barnehagebarn, da de inviterer til mange variasjonsmuligheter, spenning, utfordring, sansestimulering, ulike typer lek, areal til å bevege seg på, fysiske og sosiale forbindelser og åpne bevegelsesløsninger (Bjørngen, 2019, s.169).

Lek trenger ikke nødvendigvis å være aktiviteten barna er engasjert i. «Kroppslig og fri aktivitet i natur trenger ikke være lek» (Bagøien, 2003, s.66). Den lekende spillegleden eller mentale innstillingen som barn bringer med seg inn i leken er det som avgjør om det enten er lek eller ikke lek. Leken blir lek først når barn inntar den mentale innstillingen, og på den måten bestemmer seg for å leke. Den mentale innstillingen for lek uttrykker barna gjennom leksignaler som kan være både kroppslige og verbale. Leken kan også oppstå i alle typer situasjoner og steder (Bagøien, 2003). I lek vil barna oppleve å komme i en tilstand som heter *flow*.

Metode

Hva er metode?

«En metode er en fremgangsmåte, et middel til å løse problemer og komme frem til ny kunnskap» (Dalland, 2020, s.53). Metoden man velger vil fortelle oss noe om hvordan en bør skaffe seg kunnskap. Det er forskjellige metoder som egner seg til ulike forskningsprosjekter. Man trenger forskjellige metoder for å utvinne ny kunnskap og verifisere påstandens gyldighetsgrad. Man velger en metode fordi man mener den metoden passer best til å belyse den aktuelle problemstillingen på best mulig måte. Metoden er et redskap som hjelper oss med å samle inn den informasjonen som man trenger i forskningen. Informasjonen vi samler inn kalles for data (Dalland, 2020). For å velge metode må en vite hvilke krav som stilles til bruken av den, og hva som karakteriserer de ulike metodene.

De samfunnsvitenskapelige metodene handler om hvordan vi kan handle for å hente inn informasjon om sosial virkelighet, hvordan vi kan analysere denne informasjonen, og hva den forteller oss om sosiale forhold. Dette er en del av den såkalte empiriske forskningen, som handler om å samle inn, analysere og tolke data (Johannessen m.fl., 2016).

Man skiller mellom kvantitative metoder og kvalitative metoder. «Både kvalitativt og kvantitativt orienterte metoder bidrar på hver sin måte til en bedre forståelse av det samfunnet vi lever i, og av hvordan enkeltmennesker, grupper og institusjoner handler og samhandler» (Dalland, 2020, s.54). De kvantitative metodene gir data i form av målbare enheter, mens kvalitative metoder gir data i form av erfaringer, opplevelser og meninger som det ikke er mulig å tallfeste.

Valg av metode

Jeg valgte å bruke intervju som en kvalitativ metode. Jeg ønsket å få innsikt i mine informanternes tanker og erfaringer som omhandlet temaet i min oppgave. Samtidig var problemstillingen min veldig retningsgivende med tanke på hvilken metode jeg valgte, og med tanke på omfanget på oppgaven så er intervju den metoden som egnet seg best. «Vi bruker en-til-en intervju når vi ønsker fylldige og detaljerte beskrivelser av informanternes forståelse, følelser, erfaringer, oppfatninger, meninger, holdninger og refleksjoner knyttet til

et fenomen» (Johannessen m.fl., 2016, s. 146). I et intervju kan man gå i dybden og virkelig få frem opplevelser og tanker informanten sitter med som omhandler det aktuelle temaet. «Det handler også om å ta vare på det som blir sagt, og å sikre seg mot misforståelser» (Dalland, 2020, s. 65). I et intervju kan man stille oppfølgingsspørsmål for å få klarhet i det som blir sagt, slik at det ikke blir noen form for misforståelser.

Forarbeid

«Hovedregelen for utvalg i intervjustudier er at man velger informanter som har kunnskap om det aktuelle temaet. Vi kaller slike utvalg for strategisk utvalg» (Tjora, 2018, s. 130). Da jeg skulle velge informanter gjorde jeg et strategisk utvalg ved å velge informanter som jobber på friluftsavdelinger og har mange års erfaring bak seg. I tillegg visste jeg at den ene informanten har utdanning med vekt på natur og friluft. Begge informantene mine er pedagogiske ledere fra to ulike barnehager. «Det kvalitative intervjuet sikter mot å gå i dybden. Da kan ikke antallet intervjupersoner være for stort. Gode samtaler med én, to eller tre intervjupersoner kan gi mye stoff til en oppgave» (Dalland, 2020, s.81).

Jeg ønsket å ha to informanter som ikke var i samme barnehage fordi det ofte er samme rutiner, turplasser og fokusområder innad i barnehagene, noe jeg ikke ønsket å ha. Samtidig så er det, som Dalland (2020) skriver, at man kan få nok informasjon av å intervju en, to eller tre personer (s. 81).

Etter jeg hadde fått to informanter utarbeidet jeg en intervjuguide. Denne intervjuguiden besto av spørsmål, med tilleggsspørsmål på noen av dem. Jeg startet intervjuguiden med noen enkle introduksjonsspørsmål for å varme opp og få en god start på intervjuet. Jeg valgte å ikke sende intervjuguiden ut til informantene i forkant, fordi jeg ikke ønsket at de skulle forberede seg noe særlig til intervjuet. Jeg ville høre deres egne erfaringer og opplevelser med hvordan de gjennomførte turer og hvilket fokus de hadde på bevegelsesglede, og ikke en solskinnshistorie om hvordan det kan være. Dalland (2020) forteller at «Du må selvsagt sørge for informert, frivillig samtykke, og her som ellers følge de etiske normene» (s.79). På forhånd av intervjuene lagde jeg og sendte ut et informasjon- og samtykkeskjema, hvor jeg hadde spesifisert hvordan intervjuet skulle foregå, utdanningen min, temaet i oppgaven og at deres identitet ville være anonym. I tillegg til å skrive en intervjuguide, forberedte jeg meg til intervjuet ved å lese kapittel 4 i «Metode og

oppgaveskriving» som handler om kvalitativt intervju. Her fikk jeg innsikt i hvordan jeg skulle forberede meg til intervju og hvordan kvaliteten på intervjuet blir bedre.

Intervjusituasjonen

Som nevnt tidligere, ble det gjort et valg om å intervju to pedagogiske ledere i forskjellige barnehager. Jeg har tidligere vært i den ene barnehagen og gjennomført praksis, og vet dermed en del om hvordan de jobber. Det gjorde at jeg syntes det ble enklere å stille oppfølgingsspørsmål og å gå mer i dybden, i motsetning til det andre intervjuet hvor jeg ikke hadde kjennskap til hvordan de jobber. Det ene intervjuet foregikk over zoom, mens jeg møtte den andre informanten fysisk. Under det fysiske intervjuet fant vi en plass hvor det ikke var andre mennesker til stede, og det var minimalt med distraksjoner. Det var et bevisst valg fordi jeg, på forhånd, leste i Dallands (2020) kapittel om kvalitativt intervju at det har vært flere studenter som har kommet med sin historie hvor det har vært vanskelig å gjennomføre intervjuer på kontorplasser der mennesker har kommet og gått, eller på vaktrom hvor telefonen ringer hele tiden (s. 87). Under zoom-intervjuet hadde vi heller ingen forstyrrelser, men jeg ba ikke informanten om å sette seg på et rom hvor det vil være lite forstyrrelser. I og med at han var hjemme hos seg selv, ville jeg ikke bestemme hvor han skulle sitte.

Ettersom det ikke var lov å ta lydopptak, måtte jeg skrive ned det informantene sa mens de snakket. Noe jeg synes var utfordrende var å skrive samtidig som jeg skulle intervju. Når man skal skrive ned alt som blir sagt kan man lett miste oversikten og muligheten for å tolke underveis, og det er en svært krevende arbeidsform. Ved å skrive samtidig som man intervjuer, kan det hende man ikke klarer å fange opp alle signaler som informanten gir. Det kan for eksempel være kroppsspråk som svekker eller understreker et utsagn (Dalland, 2020). Dalland (2020) skriver: «Lag deg gjerne forkortelser på forhånd» (s. 92). Dette var noe jeg lærte på den harde måten, ettersom planleggingen før intervjuene sikkert kunne vært planlagt litt bedre, med tanke på hvordan jeg kunne notert på best mulig måte. Selv om det var noen utfordringer, vil jeg påstå at jeg fikk mye informasjon ut av informantene. En av mine sterke sider var å gi informantene god tid til å tenke seg om og ikke bryte inn for tidlig, selv om det kan oppleves som pinlig når det blir stille over lengre tid. Jeg tror det førte til at jeg fikk reflekterte og gjennomtenkte svar fra informantene mine.

Informant 1

Informant 1 er en mann som har vært pedagogisk leder i 20 år. Han jobber i en barnehage hvor det er alderslike grupper, og skolestarterne er en friluftsavdeling. Han er utdannet førskolelærer, og han tar nå master i førskolepedagogikk. Han har tidligere jobbet i tre andre barnehager, hvorav en av de tre barnehagene var en friluftsbarnehage. Han har derfor masse erfaring som vil være relevant for mitt prosjekt.

Informant 2

Informant 2 er en mann som har vært pedagogisk leder i 2 år. Han jobber på en storbarnsavdeling på en friluftsbarnehage. Han er utdannet barnehagelærer med vekt på natur og friluft. På grunn av hans utdanning og barnehagen han jobber på, så vil hans erfaringer og kunnskap om turvirksomhet og bevegelse være relevant og nyttig for mitt prosjekt.

Analyse

Analysen vil hjelpe oss med å finne ut hva intervjuet har å fortelle (Dalland, 2020). Etter jeg var ferdig med intervjuene satt jeg meg ned for å finskrive det som har blitt sagt i intervjuet. Teoridelen ble til etter at jeg var ferdig med intervjuene. Svarene jeg fikk i intervjuene hadde stor betydning for hva jeg skrev i teoridelen. Teoridelen måtte passe med funnene i intervjuet. Deretter tok jeg for meg hvert spørsmål i intervjuguiden for å dele svarene inn i forskjellige temaer. Gjennom intervjuet kan det samme temaet vært omtalt flere ganger, og det jeg gjorde var å lage en liste over de temaene som hjalp meg med å svare på min problemstilling. En tematisk bearbeiding krever at jeg har fulgt intervjuguiden og snakket om de samme temaene i de to intervjuene mine, noe jeg prøvde å gjøre etter beste evne. (Dalland, 2020).

Noe som kan være utfordrende i analyse og tolkningsarbeidet er å vise leserne forskjellen mellom informantenes utsagn og tolkninger og mine egne tolkninger (Bergsland & Jæger, 2014, s. 82). Derfor vil jeg i min oppgave ta med informantenes sitater fra intervjuene, og som Bergsland & Jæger (2014) presiserer så vil leseren se skillet mellom min tolkning og informantenes tolkning hvis jeg presenterer materialet rett fra intervjuene.

Metodekritikk

Når man velger seg en forskningsmetode er det viktig å være kritisk til metoden man bruker og hvordan man samler inn dataen (Bergsland & Jæger, 2014, s.81). Når jeg skal se på min forskning vil jeg ta utgangspunkt i de to begrepene *reliabilitet* og *validitet*.

Reliabilitet er et kriterium for kvalitet i forskning og det handler om det arbeidet du har presentert, er til å stole på. Spørsmålet blir da om en kritisk vurdering av prosjektet gir et bilde av at forskningen er utført på en pålitelig måte. Å svare på spørsmål som «hvem er du som har undersøkt dette» i tillegg til å fortelle om egen bakgrunn og førforståelse, så vil man gi leseren en mulighet til å vurdere din reliabilitet (Dalland, 2020, s. 58).

Validitet handler om hvor relevant eller godt dataene representerer det du skal forske på, og i hvilken grad resultatene er gyldige for det utvalget og det fenomenet som er undersøkt. Nærheten man har til feltet, vil være med å bidra til å sikre validitet fordi man kan være sikker på at dataen man samler inn, er relevant for de spørsmålene man ønsker svar på (Bergsland & Jæger, 2014, s.80).

Det å bruke kvalitative intervjuer for å få svar på min problemstilling, synes jeg var en god beslutning. Med strategisk utvalgte informanter, var jeg sikret informanter som hadde de nødvendige dataene jeg hadde behov for i oppgaven min. Dette fører til at informasjonen jeg fikk hadde høy validitet. Intervjuguiden min la grunnlaget for hvilke funn jeg fikk. Spørsmålene jeg stilte var preget av åpne spørsmål og spørsmål som baserer seg erfaringene til informantene. De åpne spørsmålene er ikke ledende, noe som gjør at informantene kan svare bortimot det de vil. Det samme gjelder spørsmålene om hvilke erfaringer informantene har. Hvis de svarer likt på disse spørsmålene, vil det være med å bygge opp under min reliabilitet. I og med at jeg skrev for hånd førte det til at jeg mest sannsynlig gikk glipp av kroppsspråk som understreket eller svekket et utsagn, eller at jeg ikke klarte å skrive ned ordrett hva informantene sa. Derfor ville det vært bedre og hatt en lydopptaker under gjennomføringen av intervjuene. På den måten ville det vært lettere og fått med seg alle de små kommunikasjonssignalene som man folk bruker. I tillegg ville det vært lettere å holde en god flyt i samtalen og det ville kanskje vært enklere å stille oppfølgingsspørsmål. Å bruke observasjon som metode, i tillegg til intervju kunne også vært hensiktsmessig. På den måten

får man førstehåndserfaring på hvordan informantene bidrar til bevegelsesglede på tur. Det kan også være elementer som ikke blir sagt under intervjuet, som man kan få med seg hvis man har observasjon. Det kan for eksempel være kroppsspråk eller hvordan man kommuniserer med barn/voksne, hvor man igjen får se virkningene av de valgene pedagogene gjør. Men på grunn av at vi står midt i en pandemi, så ble observasjon uaktuelt med tanke på smittefaren.

Det at jeg kjente begge intervjupersonene fra før av, gjorde at jeg følte meg trygg i intervjusituasjonen. Hvis jeg var usikker på noe, nølte jeg ikke med å spørre opp igjen. I tillegg har en av informantene mine vært min praksislærer og jeg kjenner til hvordan han og avdelingen jobber fra før. Dette kan ha påvirket hvordan samtalen utartet seg, og hvordan jeg tolker det informanten sier. I og med at jeg ikke ble helt nøytral i intervjuet, kan det være en svakhet.

Etiske betraktninger

Forskningsetikk handler om å ta vare på personvernet og sikre at personene som deltar i forskningen, ikke blir påført unødvendige belastninger eller skade (Dalland, 2020, s.168). Som forsker er det mitt ansvar at informantene ikke blir påført skade i forkant, under og i etterkant av intervjuet. Mitt prosjekt skal ikke være belastende på noen som helst måte, fordi opplysningene blir anonymisert og det vil ikke være noen ettervirkninger av prosjektet. Da jeg spurte informantene om de ønsket å delta i mitt prosjekt, sendte jeg ut et informasjons- og samtykke skriv. Bergsland & Jæger mener at det skal være en selvfølge å gi informantene informasjon om hvem man er, hvor man kommer fra og prosjektets formål (2014). I det skrivet var det presisert hva jeg skulle gjøre med dataen, utdanningen min, at de på et hvilket som helst tidspunkt har full rett til å trekke samtykke og hva det innebærer for informanten å delta. Prosjektet er ikke behandlet av NSD, noe som vil si at jeg anonymiserte alle opplysninger jeg fikk. I tillegg var det ikke nødvendig å samle inn personvernopplysninger i tråd med retningslinjene til NSD, fordi jeg kun tok notater under intervjuet. Hvis jeg skulle brukt lydopptaker, hadde NSD vært nødt til å behandle prosjektet.

Funn og drøfting

I denne delen av oppgaven skal jeg trekke frem svar fra informantene mine som er med på å besvare problemstillingen min. I denne oppgave ønsket jeg å få svar på *hvordan kan barnehagelæreren bidra til at de eldste barna i barnehagen opplever bevegelsesglede på tur*. Jeg bygger besvarelsen min på de to intervjuene jeg hadde med informantene mine, og jeg vil diskutere funnene i lys av relevant teori.

Bevegelsesglede

For å få et svar på min problemstilling er det relevant å høre hva informantene mine legger i begrepet bevegelsesglede. Det er relevant fordi det kan påvirke hvordan de planlegger gjennomfører og evaluerer turene sine, hvor bevegelse står sentralt. Hva de legger i bevegelsesglede var et av de første spørsmålene jeg stilte informantene mine, og jeg ba de om å komme med et eksempel hvor de følte på bevegelsesglede fra barndommen. Det var for å få et bedre blikk deres syn på begrepet bevegelsesglede. Informant 1 sier at han tenker på energiske bevegelser, glade bevegelser og latter. Han mener at bevegelsesglede er at barn mestrer kroppen sin og at barna ikke går, men de spretter. Han trekker frem et eksempel fra barndommen hvor han og kameratene var på løkka og spilte fotball. Han sier at de sprang og sprang, at det var lite organisert og veldig selvstyrt. Timene gikk uten at man tenkte over det.

Informant 2 sier at bevegelsesglede er at man koser seg når man beveger seg. Han tenker på lek, klatring og springing når han hører begrepet bevegelsesglede. Han sier at de (han og vennene sine) lekte i skogen fra morgen til kveld, der de for eksempel brukte å klatre og fekte med pinner.

På måten informantene beskriver begrepet bevegelsesglede, så er det store likheter sammenlignet med Arnesens beskrivelse av bevegelsesglede. Han beskriver følelsen bevegelsesglede som den gangen man var barn, og man hadde masse tid til å leke, løpe, hoppe og klatre med vennene sine. Og den eneste grunnen for at man gjorde det, var fordi man synes det var så utrolig morsomt (Arnesen m.fl., 2010, s.15). Informant 1 trekker frem energiske bevegelser og etter min tolkning vil det si bevegelser med moderat til høy intensitet, som for eksempel løping, hopping og klatring. Her er det store likheter med informant 2 som nevner klatring og springing og hvordan Arnesen beskriver følelsen av

bevegelsesglede. Informant 2 mener at bevegelsesglede er at barn mestrer kroppen sin, noe som stemmer godt med det Haga skriver «mestring gir selvtillit og skaper bevegelsesglede (2018, s.277). Både informant 1 og informant 2 nevner I eksemplet fra barndommen at de lekte henholdsvis fra morgen til kveld og at timene gikk uten at man tenkte over det. Det tolker jeg dithen at de indirekte snakker om begrepet *flow*. Det er en tilstand man kommer i hvis aktiviteten/oppgaven er akkurat passe utfordrende. Man føler at den kompetansen man innehar, gjør det mulig å utføre oppgaven (Öhman, 2012, s.163). Ut ifra Arnesens beskrivelse av bevegelsesglede og svarene jeg har fått fra informantene, virker det som om informantene mine har gode kunnskaper om hva bevegelsesglede er og sånn sett har gode forutsetninger for å bidra til å gi svar på problemstillingen min.

Informantenes påvirkning på lek når de er på tur

«Ved at barna i tidlig alder får mulighet til å ivareta og utvikle gode vaner og blir glad i å bevege seg vil de ha et godt utgangspunkt for resten av livet, samtidig som helsegevinsten er stor» (Arnesen m.fl., 2010, s.15). De voksne i barnehagen har stor påvirkning på barnas hverdag, og har mange muligheter til presentere aktiviteter med bevegelse for barna. I intervjuet med informant 1 er det tydelig at han mener det er situasjonsbetinget hvordan man skal påvirke barns lek på tur. Han er bevisst sin posisjon, og hva den betyr. Det kommer frem i intervjuet at han mener at han like mye kan ødelegge leken som å berike leken, hvis han kommer inn på feil tidspunkt eller hvis han forstyrrer barna. Som Öhman poengterer er det ikke bra å legge seg opp i barnas lek som forstyrrer, tar over, spør på en måte som ikke er konstruktiv eller distraherer (2012, s.240). Informant 2 forteller også at det er mange roller man kan ta på seg, men det er situasjonsavhengig og at det ikke finnes en fasit på dette. Blant annet Pelligrini og Galda mener at lærere forstyrrer barns naturlige lekeprosess gjennom å gripe inn i den (Öhman, 2012, s.244). Når barna er konsentrerte og leker godt, bør de voksne la de være i fred. Her kan de heller vise at de er tilstede, ved å være i nærheten. Gjennom non-verbal kommunikasjon kan man oppmuntre barna til videre utforskning av leken, uten selv å delta eller avbryte. Hvis de voksne alltid skal inn i leken, kan barna oppleve at det blir unødvendig mye stopp i leken.

Informant 1 sier at han prøver å inspirere, vise hva man kan gjøre, sett i gang lek og delta i lek. Han forteller videre at han kan hjelpe barn som trenger ekstra støtte inn i lek, og at de

noen ganger har planlagte aktiviteter for å motivere til lek. På måten informanten beskriver hvordan han kan påvirke leken på tur, kan man trekke en sammenligning til hvordan Arnesen beskriver en begeistringssmitter. En begeistringssmitter er engasjert i det barna er opptatt av. En begeistringssmitter inspirerer, motiverer og tilrettelegger for at barna skal ha mulighet til å oppleve bevegelsesglede (Arnesen, 2010). Tar man på seg en rolle som begeistringssmitter vil det være positivt for hele gruppen, og spesielt når man er pedagogisk leder. Som Rammeplanen påpeker så er det den pedagogiske lederen har ansvaret for å iverksette og lede det pedagogiske arbeidet (2017, s.16). Den pedagogiske lederen kan være med å inspirere de andre ansatte til å by på seg selv og vise sin lekenhet. Det er et godt bilde på hva en god rollemodell er, ikke bare for barna men også for de voksne på avdelingen.

Men hva om man er det motsatte av en begeistringssmitter? Det motsatte av en begeistringssmitter er en person som ikke har motivasjon til å gjøre en innsats. Den har en negativ energi, som mest sannsynlig vil påvirke gruppen. Barna vil bli overlatt til seg selv og det er mange barn som ikke har noen problemer med, men det kan være noen som ikke har noen å leke, som ikke får være med å leke eller det vil være noen som trenger en voksens hjelp til å sette i gang med lek. Dette er ikke veien å gå, hvis man ønsker å bidra til hvordan barna kan oppleve bevegelsesglede på tur.

Informant 2 kommer med noen eksempler på hva han kan gjøre for å påvirke barns lek på tur. Her trekker han frem at han kan lage fiskestenger med naturmaterialer eller å oppmuntre til regelleker som for eksempel gjemsel. Videre sier han at han kan være observerende og til stede, hvor han følger med slik at barna kan få utforske og styre alene. Han oppsummerer med at det er mange roller man kan ta på seg, men at det er veldig situasjonsavhengig. Som jeg skrev tidligere, så mener også informant 1 at det er situasjonsbetinget hvordan man skal påvirke barns lek på tur. Dette virker å gå overens med det Arnesen mener «Man må sørge for at det er en balanse mellom aktiviteter der barna får god tid til å utvikle og utfordre seg selv, og aktiviteter hvor de voksne inspirerer og motiverer» (2010, s.28). Barn trenger å få god tid til å utforske, for de vil stadig finne nye elementer i leken som de vil utforske. Jeg har hørt flere ganger av bekjente som sier «barn springer rundt med pinner og bruker de som sverd, skal de ikke lære noe i barnehagen?». Det de ikke vet er at barna lærer mye når de går rundt og repeterer de samme lekene om

igjen og om igjen. Öhman presiserer at barn vil ofte gjenta de samme aktivitetene flere ganger enn hva voksne kan begripe (2012). I barnehagen er det satt av mye tid til nettopp det å utforske, fordype seg, og bruke nysgjerrigheten og det er det vi kaller frilek. Det er ikke en tilfeldighet, men heller en nødvendighet. Så kan man diskutere hvor mye tid som skal forbeholdes frileken, men det er ikke noe jeg skal forsøke å svare på i denne oppgaven. Men det man må huske på er at man må prøve å finne en balanse mellom voksenstyrte aktiviteter og aktiviteter hvor barna har frihet til å kunne utforske selv.

En stor påvirkning på hva barn leker på tur er også planlegging av turen. Er man i skogen er det naturlig å tenke at klatring og konstruksjonslek er sentralt, men hvis man er i fjæra vil leking med vann og andre naturmaterialer være vesentlig. I Rammeplanen står det at «Barnehagen skal bidra til at barna blir glade i naturen» (2017, s.52). Når man planlegger en tur er det viktig å tenke på hvilke muligheter man har på de forskjellige plassene, og hva man ønsker å oppnå (didaktisk tenkning). Jørgensen skriver at naturen gir mangfoldige muligheter for bevegelsesutfordringer som fremmer leken (2018, s.263). Informant 1 sier at årsplanen ofte bestemmer hvor turen går, og at de ofte drar tilbake til samme plass flere ganger for at barna skal bli kjent med plassen og på den måten ta opp leken der de slapp sist gang. For eksempel hvis vinteraktiviteter er på planen drar de en plass hvor det er mulig å drive med slike aktiviteter. Dette tyder på at planlegging er i fokus. Hvis man har planlagt å gi barna erfaringer med vann, ville det vært lite hensiktsmessig å dra til lekeplassen. Det er lite sannsynlig at det vil fremme leken. Det ville vært mer hensiktsmessig å dratt til fjæra eller en bekk, hvor barna for eksempel kan springe i vannet, frakte vann fra a til b eller bade. Dette kan være inspirasjon som fører videre til lek og bevegelsesglede.

Informant 2 uttaler at de ofte drar tilbake til samme turplass flere ganger, slik at barna blir kjent med området og de får muligheten til å fortsette leken der de slapp forrige gang. Som, nevnt tidligere, har Öhman skrevet at barn vil ofte repetere aktivitetene mer enn hva vi voksne kan begripe (2010). Det å dra tilbake til samme plass vil barna ha mulighet til å fortsette den gamle aktiviteten eller finne ny lek. Kanskje vil barna finne ut at det går an å bade den første gangen man er i fjæra, men neste gang vil barna se at området inviterer til å leke pirater med pinner de finner. Det handler om at barna ser ulike affordances i området. Affordances handler om hvilke muligheter området har å tilby hvert enkelt barn. Barna vil ta

i bruk de mulighetene de ser (Fjørtoft, 2018), men det er ikke nødvendigvis slik at barna ser alle mulighetene etter at de har vært på området én gang. Derfor vil det være lurt å dra tilbake til samme plass flere ganger, fordi det kan dukke opp nye affordances som inspirerer til blant annet bevegelseslek eller en fordypning i en allerede påbegynt lek. Gjennom god og hensiktsmessig planlegging vil barnehagelærerne bidra til at barna får mulighet til å oppleve bevegelsesglede.

Frihet i lek med venner

I intervjuet kommer det frem at både informant 1 og informant 2 gjentatte ganger nevner at venner og frihet er viktig for å få en følelse av bevegelsesglede. Informant 2 forteller blant annet at når barna er i en fri flyt hvor de styrer seg selv og føler mestring, så skaper det bevegelsesglede. Informant 1 opplever at det som skaper bevegelsesglede hos barn, er når de får frihet til å undre og ta i bruk områder på egen hånd. Han er opptatt av løse rammer, slik at det finnes utforskningsmuligheter. Hvis bevegelse og lek er målet med turen ville han ikke tatt med gruppen til byen for eksempel, fordi der vil det være tydelig rammer og regler. Det kommer under planleggingen som jeg skrev om tidligere.

Autonomi, frihet og venner er stikkord som informantene bruker. I Öhman's bok *Det viktigste er å få leke* referer hun til Hjorth som mener at barna foretrekker å leke med andre barn som også kan leke. De fleste barn søker etter andre barn som vil leke (2012). Ut i fra teorien, er det få barn som klarer å oppleve bevegelsesglede alene. I Arnesens beskrivelse av bevegelsesglede blir også venner nevnt. Arnesen beskriver følelsen av bevegelsesglede som den følelsen da man hadde masse tid til å løpe, klatre, hoppe og leke med sine venner, og grunnen til at man gjorde det var fordi man syntes det var så utrolig gøy (2010, s.15). I følge Arnesens beskrivelse er man avhengige av å ha noen å hoppe, løpe, klatre og leke med for å få følelsen av bevegelsesglede. En konsekvens av å jobbe med inkludering, vil være å bidra til at barn opplever bevegelsesglede på tur. Barn inspirerer andre barn til å være aktiv, og hvis alle har noen å leke med vil barnehagelæreren bidra til at barn opplever bevegelsesglede på tur fordi man har jobbet med inkludering og vennskap. Hvordan man skal jobbe med inkludering vil ikke jeg gå inn på i min oppgave, fordi det ikke er med på å svare på problemstillingen. Man bør legge til rette slik at barn kan få felles opplevelser med vennene sine, for eksempel kan det være å ha en organisert aktivitet. Denne aktiviteten kan barna ta

med inn i sin lekverden og spille videre på fordi de fikk oppleve dette sammen. Hvis barna ikke har fått oppleve denne aktiviteten sammen, kan det oppstå gnisninger og misforståelser mellom barna. For å eksemplifisere dette bruker jeg to oppdiktete personer. Hvis gruppa har blitt delt opp i mindre grupper, og gruppa til Ola (5) har lært seg hvordan man leker Sura/Stiv heks mens gruppen til Johan (5) har laget trehytte. Ola syns Sura var gøy og vil leke dette med Johan (5) i etterkant. Fordi Johan ikke var med og erfarte dette med Ola kan det oppstå misforståelser, fordi Johan ikke kan reglene og det ikke blir slik Ola hadde sett det for seg.

En vanlig turdag i barnehagen hos informant 2 er at de går ut når seinvakten kommer på jobb, og at de er tilbake i barnehagen rundt klokken 2. Det vil si at de har ca.4 timer til rådighet når de er på tur. I forrige avsnitt nevnte jeg at informantene syns autonomi og frihet er vesentlige faktorer for å oppnå bevegelsesglede. I løpet av en tur på 4 timer vil man ha rikelig tid man kan sette av til frilek, hvor barna kan få utforske området og sette i gang lek. Hvis man hadde dratt på tur og vært ute i en times tid, er det mindre sannsynlig at barna hadde kommet i flytsonen og funnet en lek de syns er morsom. I tillegg ville man avbrutt midt i en eventuell lek, noe som gjør at barna ikke får lekt ferdig eller fordypet seg.

Informant 1 ga følgende eksempel da han snakket om hvorfor det er så viktig å gi barn tid til å leke: *Vi hadde gått inn i Trollskogen og lagt i fra sekkene og barna fikk leke fritt. Den første tiden var preget av konflikter og generelt litt negativ stemning blant barna. Men etter lunsjen begynte en gjeng å leke bankranere, de sprang rundt om i området og ranet liksom-banker. Leken varte helt til vi måtte dra på grunn av grunnbemanningen, og jeg tror omtrent hele barnegruppa var innom i løpet av turen. Poenget er at vi kunne dratt før lunsj fordi det virket som om det var en dårlig dag for de fleste, men barna fant til slutt en lek som fenget.*

Det var et godt eksempel på at barn kan trenge tid for å komme seg inn i lek. De respekterte leken i den forstand at de drøyde hjemturen så lenge de kunne. Dette er i tråd med det Öhman skriver i sin bok «Når barn kan holde liv i leken, er det viktig for dem å få leke lenge slik at de rekker å leke og utforske ferdig, og ikke avbrytes unødige» (2012, s.243). Barna fikk frihet til å utforske, de fikk masse tid til å utforske og etterhvert ble det til lek. Mange ville kanskje prøvd å organisere en felles aktivitet for å prøve å inspirere barna. Det kunne også gitt en positiv opplevelse for barna, men det viser hvor viktig det er å finne en «balanse

mellom situasjoner og aktiviteter hvor vi inspirerer og motiverer, og hvor barna får god tid til å utvikle og utfordre seg selv» (Arnesen m.fl., 2010, s.28).

Avslutning

For å samle inn datamaterialet til denne oppgaven har jeg brukt intervju som kvalitativ forskningsmetode, for å forsøke å få svar på min problemstilling som var:

Hvordan kan barnehagelæreren bidra til at de eldste barna i barnehagen opplever bevegelsesglede på tur

Etter å ha analysert, tematisert og forsket på dataen jeg har innhentet fra mine informanter sitter jeg igjen med en del tanker og forhold som er viktige å vurdere for at barn skal kunne få en følelse av bevegelsesglede på tur. Jeg hadde selv noen tanker om dette temaet før jeg begynte å skrive oppgaven, men etter forskningen min har jeg fått mer kunnskap om dette temaet.

Min konklusjon for problemstillingen er følgende:

Gjennom oppgaven har jeg funnet ut at bevegelsesglede er en følelse barn kan få, hvis man lekte bevegelseslek sammen med vennene sine og grunnen må være at de gjør det fordi lek er gøy. Det finnes ingen fasit på hvordan man kan oppnå bevegelsesglede. Alle er sitt eget individ som trenger forskjellig stimuli og det er hva som gleder barna vil også variere. Desto yngre man er når man opplever bevegelsesglede, jo bedre vil det være for barnas helse og motoriske utvikling. I barnehagen kan man legge et grunnlag for god fysisk helse, gjennom positive opplevelser med bevegelseslek. I oppgaven har jeg funnet ut at barn liker å leke det samme om igjen og om igjen, og hvis barn liker bevegelsesleker så vil de også leke disse lekene om igjen og om igjen. Barnehagelærerne bør derfor planlegge å dra tilbake til samme turområdet flere ganger, slik at barn får mulighet til å ta igjen leken.

Det kommer frem at barnehagelæreren må være bevisst sin posisjon og rolle på tur. Skal man være en i gang setter, skal man hoppe inn i leken å prøve å berike eller skal man være observerende? Dette er situasjons avhengig, og barnehagelæreren må bruke sin faglige

kunnskap og skjønn. Man bør gi barna god tid til å utforske et område, fordi de vil stadig vekk finne nye elementer som kan være med å påvirke leken.

Inspirasjon, motivasjon og tilrettelegging er tre ord som er viktige for å bidra til at barn opplever bevegelsesglede på tur. Som Arnesen skriver så «kan man ikke planlegge bevegelsesglede, men at det er av uvurderlig betydning å legge til rette for det» (2010, s.25). Tilretteleggingen begynner allerede i planleggingsfasen av turen, men man kan også tilrettelegge når man er på tur hvis man har en planlagt aktivitet eller hvis man observerer at barna vil ha større utbytte av at man tilrettelegger for deres behov der og da. Det vil være fordelaktig å gå inn i en rolle som begeistringssmitter. Gjennom oppgaven kom det frem at en begeistringssmitter er en aktiv voksen som motiverer både voksne og barn ved at man er positiv og engasjert. I oppgaven kom jeg frem til at de voksne bør presentere et bredt spekter av aktiviteter for barna, men at man må reflektere over hvilke turplasser som egner seg til de gitte aktivitetene. Gi barna felles opplevelser med aktiviteter, slik at barna kan bli inspirert av og ta med den aktiviteten inn i sin egen lek. I og med at man opplever bevegelsesglede i samspill med andre barn, vil dette være en vesentlig faktor.

Personlige refleksjoner

Dette har vært et tema som jeg har vært interessert i lenge, og det å kunne få forske på det har vært spennende. Jeg har fått erfaringer og kunnskap som jeg vil ta med meg inn i barnehagen, og som jeg tror vil påvirke min holdning og bevissthet rundt bevegelsesglede og tur. Barnehagelærerne har en viktig, men også utfordrende jobb med å gi barn positive opplevelser med bevegelse. De positive konsekvensene av å være i bevegelse, som bedre helse og at det legger et godt grunnlag for å like bevegelse senere i livet er to ting jeg ikke har tenkt på når jeg selv har jobbet i barnehage. Jeg kan for eksempel bruke de positive konsekvensene som argument for at vi voksne i barnehagen skal være aktive og støttende til barna, når jeg selv kommer ut i jobb. I tillegg til all kunnskapen jeg har fått utover denne perioden, vil jeg si at jeg har hevet kompetansen min innenfor dette temaet.


Litteraturliste

- Arnesen, E. S., Gulbrandsen, K., Gundersen, A. H. & Hovden, L. (2010) *Bevegelsesglede i barnehagen: begeistringssmitte og tilrettelegging*. Oslo: Kommuneforlaget
- Bergsland, M. & Jæger, H. (2014). *Bacheloroppgaven I barnehagelærerutdanningen*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk
- Bjørngen, K. (2019). *Bevegelsesglede i barnehagen*. I Frønes, M., H. & Glaser, V. *Praksisbok for barnehagelærerstudenten* (s. 163-176). Oslo: universitetsforlaget
- Bagøien, T. E. & Senter for barnehageutvikling (2003) *Barn i friluft: om verdifullt friluftsliv*. Oslo: SEBU forlaget
- Dalland, O. (2020). *Metode og oppgaveskriving* (7.utg). Oslo: Gyldendal norsk forlag AS
- Johannessen, A., Tufte, P.A. & Christoffersen L. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*. (5.utg.) Oslo: Abstrakt forlag.
- Kvam, M. (2016). *Inaktivitet – en folkesykdom*. <https://nhi.no/trening/aktivitet-og-helse/fysisk-aktivitet-og-helse/inaktivitet-en-folkesykdom/>
- Kunnskapsdepartementet (2017). Hentet fra: <https://www.udir.no/globalassets/filer/barnehage/rammeplan/rammeplan-for-barnehagen-bokmal2017.pdf>
- Tjora, A. (2018). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3.utg). Oslo: Gyldendal norsk forlag AS
- Fjørtoft, I. (2018) *Barn og bevegelse: læring gjennom landskap*. I E. B. H. Sandseter, T. L. Hansen & T. Moser. *Kroppslighet i barnehagen: pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse* (3.utg, s.184-199). Oslo: Gyldendal norsk forlag AS
- Haga, M. (2018) *Allsidig bevegelseserfarong, fysisk utfoldelse og bevegelsesglede*. I E. B. H. Sandseter, T. L. Hansen & T. Moser. *Kroppslighet i barnehagen: pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse* (3.utg, s.269-280). Oslo: Gyldendal norsk forlag AS
- Hagen, T., L. (2018) *Bevegelseslek i natur og barnehagens nærmiljø*. I E. B. H. Sandseter, T. L. Hansen & T. Moser. *Kroppslighet i barnehagen: pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse* (3.utg, s.363-372). Oslo: Gyldendal norsk forlag AS

Jørgensen, K., J. (2018) *Barn og fysisk aktivitet i et samfunnsperspektiv*. I E. B. H. Sandseter, T. L. Hansen & T. Moser. *Kroppslighet i barnehagen: pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse* (3.utg, s.255-268). Oslo: Gyldendal norsk forlag AS

Öhman, M. (2012). *Det viktigste er å få leke*. Oslo: Pedagogisk forum

Vedlegg



DronningMaudsMinne
HØGSKOLE FOR BARNEHAGELÆRERUTDANNING

Avtale om publisering

Forfatter(e): Eirike Ebbesen

Tittel på oppgave: Bevegelsesødøde på tur

Type oppgave: Bachelor Master

Dato for innlevering: 30.09.21

Studenten(e) har ifølge åndsverkloven § 2 opphavsrett til oppgaven. Dronning Mauds Minne Høgskole ønsker å publisere oppgaver som oppnår resultat A eller B i sitt bibliotek til fordel for kommende studenter.

Studenten godkjenner at Dronning Mauds Minne Høgskole kan publisere skriftlig og/eller elektronisk utgave av oppgaven uten vederlag til studenten. Den elektroniske utgaven kan i så fall bli gjort åpent tilgjengelig under *Creative Commons Navngivelse-IkkeKommersiell-Ingen bearbejdelser 4.0 Internasjonal*-lisensen.

Oppgaven er båndlagt fordi den inneholder sensitive opplysninger, konfidensielle opplysninger, eller opplysninger som kan identifisere enkeltpersoner. Ja Nei

Hvis ja på forrige spørsmål: Kan oppgaven publiseres når båndleggingsperioden er over? Ja Nei

Oppgaven er unntatt offentlighet fordi den inneholder taushetsbelagt informasjon. Ja Nei

Troudheim 23.09.21 Eirike Ebbesen
Sted og dato Signatur

Informasjons- og samtykkeskjema

Vil du delta i bachelorprosjektet

«Hvordan kan barnehagelæreren bidra til at de eldste barna i barnehagen opplever bevegelsesglede på tur»?

Informasjon til informanten:

Høsten 2018 startet jeg på barnehagelærerutdanningen på DMMH, hvor jeg nå er på tredje og siste året i utdanningsløpet. Denne våren skal jeg skrive min bacheloroppgave. I den forbindelse vil jeg se nærmere på hvordan barnehagelærere kan tilrettelegge og bidra til **at barna i barnehagen opplever bevegelsesglede på tur**. I dette skrivet gir jeg deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Hva innebærer det for deg å delta?

For å få et godt innblikk i denne tematikken har jeg valgt å bruke intervju som metode for å samle inn data. Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det at du vil svare på de spørsmålene jeg stiller i intervjuet. I intervjuet vil jeg stille spørsmål som handler om din rolle på tur, hvordan dere ønsker å påvirke barna på tur og jeg ønsker å vite litt om deres egne erfaringer og opplevelser på tur med barn og personalet.

Hvordan jeg oppbevarer og bruker dine opplysninger

Jeg vil sørge for at intervjuobjektet blir anonymisert ved å bruke koder om navn (for eksempel ved bruk av fiktive navn) og arbeidsplass (for eksempel barnehage 1, barnehage 2 osv.). Det vil kun være meg som kjenner identiteten til intervjuobjektene og hvilke barnehager jeg har vært i.

Jeg vil også informere om at du som informant har full rett til å avbryte og trekke samtykke både før, under og etter intervjuet. Om dette blir tilfelle vil all dataen jeg har fått fra vedkomne bli slettet, og ikke brukt i sammenheng med oppgaven senere.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning er ansvarlig for prosjektet.

Har du spørsmål, så ta kontakt.

Med vennlig hilsen

Eirik Ebbesen & prosjektansvarlig Børge Moe

Tlf: 41031914

Mail: Eirik.ebbesen@hotmail.com

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «Hvordan kan barnehagelæreren bidra til at de eldste barna i barnehagen opplever bevegelsesglede på tur». Jeg samtykker til å delta i intervjuet og prosjektet:

Dato:

Siden prosjektet ikke er behandlet av NSD, kan jeg/vi ikke innhente din underskrift. Samtykket blir derfor gitt ved at du krysser av i boksen ovenfor.

Intervjueguide

Hvor lenge har du jobbet i barnehage?

- hvilke erfaringer har du fra tidligere barnehager, turvirksomhet ulik. Erfaringer.

Har du etterutdannet deg, etter du var ferdig med bacheloren? (Kurs, årsstudium, master o.l.)

Hvilke tanker får du, når du hører begrepet bevegelsesglede?

Har du noen minner fra barndommen hvor du opplevde bevegelsesglede?

(Hvis ja) Har disse minnene påvirkning på deg i dag?

Hvordan forbereder du til tur? Planlegging, spontanitet, tilrettelagte aktiviteter osv.

Hvilke turområder har dere mulighet til å dra til/benytt dere av? Naturen, lekeplasser, byen.

-Har dette noe å si for hvordan dere planlegger/ gjennomfører?

Hva gjør du for å påvirke barnas lek på tur?

Er du delaktig i leken når dere er på tur?

(Hvis ja) Hvorfor

(Hvis nei) Hvorfor ikke

Hva opplever du, skaper bevegelsesglede hos barn?

Har du erfart at det er forskjeller på gutter og jenter, på hva som gir dem bevegelsesglede?

Hvordan bidrar du til for at barn kan oppleve bevegelsesglede på tur?

Hvordan foregår en vanlig tur/ hva er typisk vanlig tur i deres barnehage?

Erfaringer: hvordan presenterer dere turen til barn som ikke nødvendigvis har så lyst til å gå tur?