



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Den kinestetiska inläraren

Rörelsens och sinnenas betydelse för inläringen inom särskolan

Josefin Gillholm och Niklas Knutsson

LAU 370
Handledare: Ivar Armini
Examinator: Florentina Lustig
Rapportnummer: VT10-2611-100



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Abstract

Examensarbete inom lärarutbildningen

Titel: Den kinestetiska inläraren – Rörelsens och sinnenas betydelse för inläringen inom särskolan

Författare: Josefin Gillholm och Niklas Knutsson

Termin och år: VT 2010

Kursansvarig institution: Sociologiska institutionen

Handledare: Ivar Armini

Examinator: Florentina Lustig

Rapportnummer: VT10-2611-100

Nyckelord: Rörelse (motorik), sinnen, inlärningsförmåga, pedagoger inom särskola

Sammanfattning:

Syftet med vårt arbete var att undersöka om och i så fall hur rörelse påverkar inlärningsförmågan. Vi har utgått från frågeställningarna: Vilken inverkan har rörelse/motorisk träning för inlärningsförmågan? och Vad anser pedagogerna om rörelse i undervisningen?

Vi har genom litteraturstudier och tidigare projekt undersökt vad som händer i kroppen vid rörelse och om det i sin tur kunde påverka inlärningsförmågan. Vi har även intervjuat pedagoger inom särskolan för att ta reda på vad de anser att rörelse kan göra och hur det används i verksamheten. Vi har med hjälp av litteraturstudier och tidigare projekt kunnat förtydliga pedagogernas svar om vad de anser att rörelse gör för inlärnings- och koncentrationsförmågan.

Det vi kommit fram till i undersökningen är att rörelse kan påverka inlärningsförmågan på olika sätt beroende på syfte och mål med den rörelseträning som i så fall bedrivs. Vi har utifrån litteraturstudier även sett att en inlärningsituation är beroende av hur väl den sensoriska miljön ser ut.

Vi anser att detta arbete är av stor vikt för oss som blivande idrottslärare med specialpedagogisk inriktning eftersom uppsatsen handlar om hur elever på ett fördelaktigt vis kan hjälpas genom att pedagoger har förståelse och kunskap om hur inläring – och koncentrationssvårigheter eventuellt kan underlättas.

Förord

Idén till vårt arbete fick vi när vi skrev vår uppsats i LAU 210 om motorikens betydelse för vardagslivet för elever i särskolan. Vi ville fortsätta inom ämnet motorik och särskola och valde därför att undersöka om och i så fall hur rörelse påverkar lärandet. Detta var av intresse för oss eftersom våra inriktningar är just specialpedagogik och idrott och hälsa. Under arbetets gång har våra tankegångar kring arbetet förändrats något då vi gjort litteraturstudierna. Vi har gått från att se rörelse som en inlärningsmetod för att även inrikta oss mot den kinestetiska inläraren, våra sinnens betydelse för inläringen.

Den litteratur vi hittade om ämnet delade vi upp och sammanfattade för varandra för att båda skulle få en bred inblick i litteraturen inom ämnesområdet. Efter sammanställning av litteraturen utförde vi intervjuer. Intervjuerna transkriberades och ytterligare litteraturstudier gjordes.

Vi har suttit tillsammans och skrivit arbetet eftersom vi anser att båda skulle vara lika delaktiga i den text som skrivits.

Innehållsförteckning

Förord.....	3
Innehållsförteckning.....	4
1. Inledning.....	6
1.1 Bakgrund.....	6
1.2 Syfte och Frågeställning.....	7
1.3 Viktiga begrepp och begreppsförklaringar.....	8
1.3.1 Begreppsordlista.....	8
1.3.2 Särskola.....	8
2. Litteraturgenomgång.....	9
2.1 Hjärnans uppdelning.....	9
2.2 Hjärnans och nervsystemets reaktioner på rörelse.....	9
2.3 Perceptionsförmåga.....	10
2.4 Automatiserade rörelser.....	11
2.5 Mognad och utvecklingsförmåga.....	12
2.6 Inläring.....	13
2.7 Koncentrationsförmåga.....	14
2.8 Dilemman med rörelse i undervisningen.....	14
2.9 Tidigare projekt.....	15
2.9.1 Bunkefloprojektet.....	15
2.9.2 BBO-projektet.....	16
2.9.3 Ballerup-projektet.....	16
3. Vad säger styrdokumentet?.....	17
3.1 Skollagen.....	17
3.2 Lpo 94 och kursplaner.....	17
3.3 Salamandeklarationen.....	18
4. Metod.....	19
4.1 Val av metod.....	19
4.2 Utformning av intervjufrågor.....	19
4.3 Undersökningsgrupp.....	20
4.3.1 Informanter.....	20
4.4 Genomförande.....	20
4.5 Bearbetning av information.....	21
4.6 Etiska aspekter.....	21
4.7 Studiens tillförlitlighet.....	22
5. Resultat.....	23
5.1 Tema inställning till rörelse i undervisningen.....	23
5.1.1 Anna.....	23
5.1.2 Bettan.....	23
5.1.3 Cecilia.....	24
5.1.4 Dagny.....	24
5.1.5 Eva.....	24
5.2 Tema verksamhet – Hur arbetar pedagogerna idag?.....	25
5.2.1 Anna.....	25
5.2.2 Bettan.....	25
5.2.3 Cecilia.....	26
5.2.4 Dagny.....	26
5.2.5 Eva.....	26

5.3 Tema styrdokument.....	27
5.3.1 Anna	27
5.3.2 Bettan	27
5.3.3 Cecilia.....	27
5.3.4 Dagny	27
5.3.5 Eva.....	28
5.4 Sammanfattning av resultat.....	28
5.4.1 Tema inställning till rörelse i undervisningen.....	28
5.4.2 Tema verksamhet – Hur arbetar pedagogerna idag?.....	28
5.4.3 Tema styrdokument.....	29
6. Analys/Diskussion.....	30
6.1 Tema inställning till rörelse i undervisningen.....	30
6.2 Tema verksamhet – Hur arbetar pedagogerna idag?.....	32
6.3 Tema styrdokument.....	33
7. Slutsats	34
8. Referenser.....	36
Böcker	36
Tidskrifter.....	37
Internetadresser	37
9. Bilaga 1 – Intervjufrågor	38

1. Inledning

Carla Hannaford (1998), neurofysiolog och forskare, menar att de kinestetiska inlärarna är överrepresenterade bland barn i skolan som får specialundervisning (1998:147). ”Kinestetiska (av grekiskans kinesis - rörelse) inlärare behöver ’sätta ny information i kroppen’. De kan behöva röra sig av och an eller gunga på stolen för att lära sig på bästa sätt.” (Berg & Cramér, 2003:22). De inhämtar kunskap via muskler och leder (kinestetiska sinnen). De behöver en välstimulerad sensorisk miljö för att gynna deras inlärningsstil (Hannaford, 1998:30).

Intresset för vårt ämnesval bygger på den erfarenhet vi införskaffat oss under lärarutbildningen genom våra inriktningar idrott och hälsa och specialpedagogik.

Vi vill med vår studie undersöka om och i så fall hur rörelse kan påverka elevers inläring.

Hannaford (1998) menar att de kinestetiska inlärarna inte får tillräckligt med utrymme i dagens skola så som den är organiserad. Hon skriver att skolan förväntar sig att eleverna ska lära sig på ett visst sätt även om det inte gynnar vissa elevers inlärningsstilar (1998:20-21). Vi vill utifrån denna problematik, som Hannaford menar finns, se om det finns stöd för rörelse i litteraturen och tidigare projekt. Har rörelse någon inverkan på inläringen och vad säger pedagoger inom särskolan om detta?

Vår studies utbildningsvetenskapliga och didaktiska relevans handlar om att se om och i så fall hur en fysiskaktiv/varierad undervisning kan påverka elevers inläring. Kan en aktivering av de kinestetiska sinnen (rörelse) påverka inläringssituationen? Vi har intervjuat pedagoger inom särskolan för att få reda på hur de anser att rörelse i undervisningen kan påverka deras elever.

1.1 Bakgrund

Som titeln beskriver finns det barn som skulle kunna gynnas av en mer aktiv/varierad undervisning, de kinestetiska inlärarna. Vårt arbete kommer att fokusera på att beskriva vad som händer inom oss när vi rör oss, och se om detta kan påverka inläringen, som Hannaford (1998) beskriver. Hon menar att en kombination av rörelse och en välstimulerad sensorisk miljö kan gynna de kinestetiska inlärarna (1998:34).

Det är tydligt att ämnet engagerar många och framstående forskare. Även oss som blivande lärare, då vi har ett ben som idrottlärare och det andra med intresset för specialpedagogik. Vi har under vår utbildning fått med oss att undervisningen behöver vara varierad för att gynna alla elevers lärande, som det skrivs i Läroplanen för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet (Lpo 94), ”Skolans uppdrag är att främja lärande där individen stimuleras att inhämta kunskaper...” (1994:5).

Under våra verksamhetsförlagda utbildningar har vi sett att eleverna till stor del sitter ner och lyssnar till läraren eller använder sig av läroböcker. Vi undersöker därför vad litteratur, tidigare projekt och pedagogerna inom särskolan säger. Kan elever gynnas av en mer aktiv/varierad undervisning?

Att rörelseträna skulle enligt Ericsson (2005), forskare i pedagogik, kunna leda till att rörelser automatiseras och då inte behöver ta den kraft som den annars skulle ha gjort samt att eleverna istället skulle kunna fokusera på arbetet (2005:56).

Bunkefloprojektet är ett exempel på forskning som gjorts för att bl. a undersöka en utökad rörelsetränings inverkan på skolprestationerna. Ericsson, som är en av initiativtagarna till projektet menar att rörelse har en positiv inverkan för elevernas skolprestationer (Ericsson 2005).

Andra liknande projekt som genomförts i Norge (BBO-projektet) och Danmark (Ballerup-projektet) visar att rörelse inte har någon direkt påverkan på elevernas inlärningsförmåga. Den norska forskaren Mjaavatn, en initiativtagare till BBO-projektet, menar att Ericsson är den enda som fått data som visar på att rörelse påverkar inläringen till det bättre. Han ställer sig frågande till detta eftersom han inte fått samma data från sitt projekt eller i andra studier (Thors, 2007). Vi kommer att presentera projekten och deras resultat senare under litteraturgenomgången i tidigare projekt.

I dagens samhälle finns det en allmängiltig sanning om att rörelse är nyttig för oss, den gör att vi mår bra i både kropp och själ. Denna tankegång förstärks av en mängd forskning som förespråkar rörelse, bl. a Mjaavatn som menar att fysisk aktivitet gynnar koncentrationsförmågan (Thors, 2007).

Hannaford (1998) menar, som vi skrev tidigare, att barn som får specialundervisning till stor del är kinestetiska inlärare (1998:147). Vi valde därför att intervjua pedagoger inom särskolan för att se hur de tror att rörelse påverkar undervisningen. Detta p.g.a. att det i särskolan ofta handlar om alternativa inlärningsmetoder för att främja alla elevers lärande.

1.2 Syfte och Frågeställning

Syftet med vårt arbete är att genom tidigare projekt och litteraturstudier se om rörelseträning har någon effekt för inlärningsförmågan. Vi har valt att intervjua fem pedagoger inom särskolan för att ta reda på deras inställning till en mer fysisk aktiv undervisning och hur de tror att det skulle påverka deras elever.

Våra frågeställningar är:

- Vilken inverkan har rörelse/motorisk träning för inlärningsförmågan?
- Vad anser pedagogerna inom särskolan om rörelse i undervisningen?

1.3 Viktiga begrepp och begreppsförklaringar

Nedan kommer vi att lyfta fram, förklara och beskriva hur vi använder begreppen i vårt arbete. Vi anser att det är viktigt eftersom alla begrepp kan användas på olika sätt och i olika sammanhang. Vi kommer även här att göra en kort redovisning av vad skolformen särskola, är och vilka elever som är inskrivna där.

1.3.1 Begreppsordlista

- Kinestetiska inlärare – inlärare som lär sig genom att få testa, känna, lyssna och röra på sig. En fysiskt aktiv inlärningsstil (Berg & Cramér, 2003).
- Rörelse/motorik – I arbetet har rörelse och motorik samma betydelse, det vi skiljer på är fysisk aktivitet, t. ex. gå ett varv runt huset eller idrottslektion medan motorisk träning innebär att öva upp en särskild rörelseförmåga.
- Grovmotoriska rörelser – Innefattar alla stora muskelgruppers rörelser, som att krypa, gå och springa (Forsström, 1995).
- Finmotoriska rörelser – Innefattar de mindre precisa muskelgruppernas rörelser, som ansiktsmuskulaturen, hand och fingerrörelser. Öga - handkoordination (Forsström, 1995).
- Automatiserade rörelser – Innebär de rörelser som sker automatiskt efter viljestyrd ingångsättning, som att gå och springa. Vi behöver inte lägga ner någon större kraft på att fundera på hur vi ska genomföra rörelsen, den sker automatiskt (Ericsson, 2005).
- Sensomotorik – Samspelet mellan nerv – och muskelsystemet som styr våra rörelser samt de intryck vi får från våra sinnen (perception & kognition) som normalt sätter igång våra rörelser (Annerstedt & Gjerset, 1997).

1.3.2 Särskola

Särskola är en skolform som är indelad i två olika delar, grundsärskola och träningskola. I grundsärskolan går elever med en lätt utvecklingsstörning – och eller med någon funktionsnedsättning. De läser efter en särskild kursplan men med samma skolämnen som i grundskolan. I träningskolan går elever som har flera funktionsnedsättningar som leder till att de behöver träna för att klara sig i vardagslivet, de läser efter fem olika ämnesområden: Estetisk verksamhet, kommunikation, motorik, vardagsaktiviteter och verklighetsuppfattning.

I skollagen, kap 6, § 3, står det ”Särskolan omfattar obligatorisk särskola (grundsärskola och träningskola)... Träningskolan är avsedd för elever som inte kan gå i grundsärskolan. Styrelsen för särskolan avgör om en elev som tas emot i särskolan skall gå i grundsärskolan eller träningskolan.”

(<http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=3911&bet=1985:1100>).

2. Litteraturgenomgång

Forskning tyder på att rörelse indirekt främjar inläringen genom att det underlättar för eleven i sitt skolarbete. Eleven behöver t.ex. inte lägga kraft på skrivandet i sig utan kan lägga den kraften på att producera innehållet i texten (Holle, forskare och sjukgymnast, 1983:33).

Den litteratur vi har hittat är inte specifikt inriktad på elever inom särskolan men vi ser inte att det försvårar vår studie eftersom vi anser att litteraturen är lika applicerbar på elever inom särskolan.

2.1 Hjärnans uppdelning

Hjärnan kan delas in i två delar, höger – och vänster hjärnhalva, som står i kontakt med varandra genom nervförbindelser. Den högra hjärnhalvan kallas av Hannaford (1998), för gestalthjärnhalvan. Den behandlar bl.a. bilder, känslor och helhetsintryck. Den vänstra hjärnhalvan kallar hon för logiska hjärnhalvan, den behandlar bl.a. detaljer, språk och abstrakt tänkande. Det är kommunikationen i nervförbindelserna mellan hjärnhalvorna som avgör hur effektivt inläringen sker (1998:18-19). Vidare skriver hon att det ofta är en hjärnhalva som är dominerande hos en individ och den dominansen gör att vi föredrar att t.ex. använda en hand mer än den andra och vid inläringssituationer föredrar vi att få information från vissa sinnen framför andra. Vissa individer lär sig t.ex. bäst genom att se saker medan andra genom att känna på saker (1998:17).

Hannaford (1998) skriver vidare att om man skulle fråga någon vilken del av kroppen som de lär sig med så menar hon att de förmodligen skulle svara hjärnan. Hon menar dock att hjärnan bara är en del av helheten. Hjärnan kan inte lära sig allt själv utan behöver få information från alla våra sinnen (1998:17).

2.2 Hjärnans och nervsystemets reaktioner på rörelse

Hjärnan och nervsystemet påverkas av rörelse och rörelseförmågan påverkas i sin tur av hjärnans och nervsystemets utveckling. Det är alltså en process som står i beroende av varandra. Vi kommer nu att närmare beskriva vad det är som sker i kroppen och vad det är för processer som startas och utvecklas vid rörelseträning.

Först behöver vi, för att förstå kommande resonemang, gå igenom vad nerver och nervtrådar består av och vad de har för uppgifter. En nervcell (neuroner) består av en cellkropp och nervtrådarna axon och dendriter. Axonet leder elektriska impulser från nervcellen ut i kroppen, dendriter leder elektriska impulser från kroppen till nervcellen.

Vidare finns det tre huvudtyper av nervtrådar,

- Inåttledande som ger information från våra sensoriska sinnen.
- Sammanbindande neuroner som bildar nätverk av nerver som bl. a. har till uppgift att lagra minnen.
- Utåttledande eller motoriska neuronerna ger information till kroppen från centrala nervsystemet.

(Langlo Jagtøien m. fl. 2000:49)

När vi utför en rörelse sker det genom att hjärnan skickar ut en utåtledande signal om vad det är för rörelse som ska utföras. När signalen kommit fram och utförts av muskeln skickas det en inåtgående signal tillbaka till hjärnan som talar om hur rörelsen utfördes. Hjärnan jämför sedan den utskickade signalen med den signalen som utfördes och korrigerar den utåtgående signalen om det skulle behövas (Berg & Cramér 2003:33-34).

För varje upprepad rörelse som sker utvecklas ett fettlager runt nervtrådarna, detta kallas myelinisering [myelinskikt]. Myelinisering är väldigt viktigt för att våra rörelser ska kunna bli precisa och snabba. När nervtrådarna är täckta av myelinskikt går signalen från hjärnan både snabbare och effektivare till rätt muskler (Berg & Cramér 2003:38). När man utfört rörelsen tillräckligt många gånger har nervtrådarna utvecklats och täckts av myelinskikt, då kan rörelsen bli automatiserad. Kroppen behöver då inte ödsla någon kraft på att fundera över hur rörelsen ska utföras. Det sker automatiskt tack vare det välutvecklade nervsystemet som enligt Annerstedt & Gjerset (1997:83) bildas av upprepad rörelseträning.

Rörelse påverkar även flödet av olika signalämnen i hjärnan som ytterligare kan effektivisera utvecklingen av rörelsemönster och även koncentrationen. Vid rörelse ökar hjärnans vakenhet. Det kan förklaras av att vid rörelse frigörs signalämnena dopamin och noradrenalin som fungerar som signalämne i bland annat hjärnans pannlober, hjärnstam, lillhjärna och basala ganglierna. Rörelse gör att signalämnena ökar vilket i sin tur leder till att signalerna mellan nervcellerna i centrala nervsystemet går snabbare och effektivare. Även blodgenomströmningen ökar vid rörelse (Shephard 1997 i Ericsson, 2005). Hannaford (1998) skriver att forskning påvisar att rörelse har en direkt inverkan på hjärnans produktion av neurotrofiner [signalämnen] som stimulerar tillväxten av nervceller och ökar nervförbindelserna i hjärnan (1998:104). Vidare säger hon att man idag också kan bevisa att de delar i hjärnan som aktiveras och utvecklas vid rörelse också är aktiva vid kognitivt arbete (1998:101).

Rörelser utvecklar och förbättrar hjärnans och nervsystemets funktioner på en mängd olika sätt. För att kroppen ska veta vilken rörelse som ska utföras och senare utvecklas genom de processer som vi ovan presenterat behöver hjärnan hjälp. De sensoriska sinnen berättar om var vi befinner oss, hur det ser ut, vad som hörs, vad som känns, vad som luktar och eller vad som smakar. Alla dessa sinnesintryck är avgörande för hur hjärnan koordinerar rörelsernas utförande och är därför viktiga att lyfta fram för att förstå hur rörelse skulle kunna hjälpa de kinestetiska inlärarna (Hannaford 1998 & Langlo Jagtøien m.fl., 2000).

2.3 Perceptionsförmåga

Vi utför rörelser hela tiden och vi får hela tiden information från våra sensoriska sinnen om hur vi förhåller oss till omgivningen och vilka rörelser som behöver aktiveras. Vi ska nu presentera de olika sinnen som ger oss informationen och hur perceptionsförmågan påverkas av rörelser.

Perception är den samlade informationen från våra nerver, muskler och sinnen, perceptionsförmåga handlar om hur väl vi kan bearbeta informationen vi får från omgivningen och utifrån den samt tidigare erfarenheter utföra en för situationen korrekt anpassad rörelse (Annerstedt & Gjerset, 1997:81 & Sandborgh – Holmdahl & Stening 1993:10,21).

Sinnena kan fördelaktigt delas in i två kategorier för att göra det tydligare,

- De yttre sinnena – visuella [synen], auditiva [hörseln], taktila [känslan], smak och lukt, dessa ger information om hur det ser ut runt omkring oss.
- De inre sinnena – kinestetiska [musklerna och lederna] och det vestibulära sinnet [balansen], säger oss hur vi befinner oss i förhållande till omgivningen.

(Langlo Jagtøien m.fl. 2000:51).

Forsström, (1995) skriver att ”Individen är *aktivt informationssökande* och använder sina sinnen med urskiljning. Rörelseförmågan är till hjälp när man ska *inrikta* sinnesorganen mot det viktiga.” (1995:9). Hon menar att motoriken står i intimt samspel med perceptionen, vi förflyttar oss och tar in information med hjälp av våra sinnen, vi förflyttar oss mot det vi vill undersöka (1995:11). I en välstimulerad sensorisk miljö skapas förutsättningar för att bilda ett välutvecklat nätverk som i förlängningen påverkar inläring, tanke och kreativitet positivt (Hannaford, 1998:30).

Kadesjö (2007) är forskare kring barn med beteendeproblem och utvecklingsavvikelser. Han menar, som även Forsström och Hannaford, att perceptionsförmågan är mycket viktig för att det snabba spelet mellan sinnen och muskler ska fungera problemfritt. Störningar i detta samspel kan påverka koncentrationsförmåga och motoriska förmågan negativt (2007:130-131). Den motoriska förmågan är någonting som Matti Bergström, läkare och professor i fysiologi vid Helsingfors Universitet, anser att skolan ska vara beredd på att öva upp (Bergström, 2010:46). Även Ericsson (2003) skriver att kinestetiska perceptionssvårigheter kan leda till svårigheter till att bedöma muskelkraft och rumsuppfattning. Detta kan vara en effekt av att vissa rörelsemönster inte ännu är automatiserade, men att de kan tränas upp med hjälp av motorisk träning (2003:26).

2.4 Automatiserade rörelser

Sammanfattningsvis kan man säga att en automatiserad rörelse är en rörelse som vi utför utan att tänka på hur det går till, t.ex. gång (Ericsson, 2003:36). Detta förklaras av Annerstedt & Gjerset (1997), att under våra tidiga år skapar vi en rörelsebank med motoriska mönster som kan plockas fram av hjärnan när det behövs, rörelsen är lagrad i nervsystemet (1997:83). Holle (1983) tar upp exemplet att man en gång lärt sig cykla så att rörelsen blivit automatiserad är det inte svårt att efter ett långt uppehåll cykla iväg utan att tänka på hur man ska göra. (1983:33). Vidare skriver Annerstedt & Gjerset (1997) att när en rörelse är automatiserad krävs ingen energi eller medvetenhet för att starta rörelsen vilket innebär att man kan fokusera på andra moment (1997:83).

Parlenvi & Sohlman (1985) menar att all motorik måste automatiseras, detta för att barnen inte ska behöva tänka på hur de ska styra rörelsen. När barnens medvetande befrias från att styra rörelserna kan de ägna uppmärksamheten åt tankeförmåga (1985:55).

Ericsson (2003) skriver att avvikande vakenhetsgrad ofta handlar om sinnesintegration - och automatiseringsproblem, vilket innebär att få rörelser är automatiserade som i sin tur kan leda till att rörelsen ser olika ut från gång till gång (2003:36).

Holle (1983) påpekar vikten av att möta barn där de befinner sig, när det gäller automatiserade rörelser innebär det att man inte bör eller kan träna finmotoriska rörelser innan de grovmotoriska rörelserna är automatiserade (1983:32-33).

2.5 Mognad och utvecklingsförmåga

Ericsson (2003) tar upp Vygotskys teorier kring utveckling. Vygotsky menar att utvecklingen är beroende av inläringen. Vygotsky menar att undervisningen ska ligga ett steg före den utvecklingsnivå barnet befinner sig på, en potentiell utvecklingszon (2003:29). När det handlar om utveckling och mognad av motoriska färdigheter finns det forskare, bl.a. Holle (1978), som anser att man inte ska lägga inläringen på en för barnet avancerad nivå.

Holle (1978) menar att man inte kan veta hur långt ett barn med funktionsnedsättning kan nå eller hur lång tid det kommer att ta. Hon menar att det i arbete med dessa barn är viktigt med kunskaper om de olika stadierna i barns motoriska utveckling. Detta för att inte träna barnet på en för avancerad nivå eftersom det inte är säkert att barnet befinner sig på den utvecklingsnivå som denne kanske borde utifrån sin ålder (1978:20-22). Om en elev vid skolstarten inte uppnått den mognadsnivå som behövs anser Holle (1983) att man genom att stimulera barnet kan öka barnets självförtroende och att det på så sätt kan gynna barnets fortsatta skolgång (1983:15). Holles teorier om mognadens betydelse för utvecklingen stärks av Piagets stadieteori.

Enligt Piaget måste barnet klara av en del i utvecklingen innan man kan gå vidare till nästa. Utvecklingen ses som steg som är kvalitativt skilda från varandra. Det är ändå viktigt att poängtera att Piaget stadieteori ger mer utrymme för miljöpåverkan än rena mognads teorier (Langlo Jagtøien, m.fl. 2002:64). Ericsson (2003) tar även hon upp Piagets teori som betonar mognadens roll för den sensomotoriska och kognitiva utvecklingen, men även att barnen genom självvalda aktiviteter och sociala interaktioner gynnar sin utveckling (2003:32). Ericsson (2005) menar att barns mognad är en viktig del i den motoriska utvecklingen, detta bevisas av modern hjärnforskning. Men även om mognadsnivån spelar in så är den stora skillnaden miljön, en miljö som stimulerar rörelse och tar vara på barnets naturliga vilja att röra sig leder till att man kan se att den motoriska utvecklingen påverkas positivt (2005:32-33). Mellberg (1993) förtydligar detta genom att skriva att barns drift till rörelse är mycket stark och om man hindrar dem från att röra sig så hindrar man den motoriska utvecklingen. Men även den utveckling som sker i samband med denna, t.ex. utveckling av perception och tankeverksamhet (1993:4).

Precis som Holle (1983) skrev om barn som inte var skolmogna, så tar Stenberg (1992) upp vad forskaren E J Kiphard kommit fram till i sin forskning. Kiphard menar att skolmogna barn ofta är sena i sin rörelseutveckling och att det kan leda till svårigheter i skolarbetet, t.ex. att hålla i pennan. Kiphard menar att om barnet genomgår en harmonisk rörelseutveckling leder det till en god emotionell och social utveckling. Detta kan i sin tur leda till en god kognitiv inlärningsförmåga. Om barn har rörelsestörningar kan det leda till problem med den kognitiva inläringen genom bl.a. beteendestörningar. Kiphard menar, precis som Holle (1983), att om man upptäcker rörelsestörningar snabbt kan man hjälpa barnet i dess utveckling. Kiphard säger vidare att den motoriska träningen framförallt ska skapa självkänsla och självförtroende hos barnet, som är nödvändiga egenskaper för att lyckas i skolan (1992:30-33).

Kadesjö (2007) skiljer på avvikande motorik och omogen motorik. Han skriver att barn med avvikande motorik har tidigt i livet råkat ut för komplikationer som kan ha påverkat hjärnans utveckling. De barnen kan p.g.a. dessa komplikationer ha kvar rester av nyföddhetsreflexerna vilket innebär att rörelser kan utlösas ofrivilligt. Barn med omogen motorik kännetecknas av att deras motoriska utveckling inte följer deras biologiska ålder. Deras rörelsemönster ses ofta

som dåligt samordnade och yviga på grund av att barnet inte tar sig tid för att tolka de sensoriska intrycken och kroppens läge i rummet (2007:100-103).

2.6 Inläring

Forsström (1995) hänvisar till Marianne Frostig som skriver att motorisk och intellektuell förmåga är beroende av varandra. Frostig menar att om ett barn inte klarar de teoretiska uppgifterna i skolan kan det bero på att barnet inte lärt sig behärska de rörelser som krävs för att utföra en uppgift som t.ex. att skriva. Hon menar att om rörelsen automatiseras så underlättar det för barnet och gör så att barnet kan koncentrera sig på innehållet i det man gör (1995:33). Kadesjö (2007) förtydligar det med att beskriva att en god skrivare kan ge uttryck för sin kreativitet, förutsatt att man har den motoriska förmågan att skriva. Har barnet inte det får han/hon lägga ner all sin energi på att forma bokstäverna. Han menar att det är viktigt att man har förståelse för svårigheterna i att skriva för att kunna undvika låsningar och bristande motivation för eleven i sitt skrivande (2007:140-141).

Hannaford (1997) hävdar att all inläring startar genom våra sinnen, de lagras som erfarenheter och mönster i våra nätverk av nerver. Dessa mönster uppdateras och förfinas efter varje ny och okänd erfarenhet. Det är dessa mönster som blir vår referenspunkt i all framtida inläring (1997:50).

Ayers (1983) anser, precis som Hannaford ovan, att utveckling av de sensomotoriska funktionerna är viktiga för de kognitiva processerna, som sedan ska leda till inläring. Detta tas även upp av Sandborg – Holmdahl & Stening (1993). Vi behöver använda oss av alla våra sinnen i samband med inläring. De lägger en särskild vikt vid att motorisk träning är en viktig del i utvecklingen av en god perceptionsförmåga (1993:10). Hannaford (1998) förklarar vidare varför rörelse är en viktig ingrediens för ett framgångsrikt lärande. Hon menar att man vid rörelse ruskar liv i hjärnan samtidigt som man får tid att förankra den nya kunskapen. Hon skriver att det optimala inläringstillståndet är när båda hjärnhalvorna är lika aktiva. Hon påpekar även vikten av en stressfri miljö (1998:34). Hannaford (1997) skriver att kärnproblematiken kring elever med koncentration - och inläringssvårigheter ligger i att de försöker överleva i dagens utbildningssystem. Den stress som eleverna känner i deras försök att överleva leder till att de stänger av kanalerna för inläring (1997:136,138).

Ericsson (2003) skriver att sambanden mellan motorik och kognition inte är helt tydliga, men hon presenterar ett försök till förklaring som gjorts av Moser, De tre förklaringsgrupperna är,

- Sensomotoriska perspektivet; barnets tidigare motoriska erfarenheter är en förutsättning för kognitiva processer. Vid eventuella motoriska brister kommer trivsel, lek och inläring att hämmas. Moser menar att den motoriska träningen gynnar automatiseringen av rörelser och detta leder till att koncentrationssvårigheterna vid inlärningsprocesserna kan förhindras.
- Neurofysiologiska perspektivet; Den motoriska träningen gör att nervsystemets struktur och funktion förändras. Den fysiska aktiviteten höjer vakenheten i hjärnan och det kan göra att koncentrationsförmågan förbättras i klassrummet.

- Psykologiska perspektivet; Den fysiska aktiviteten kan göra att den psykiska förmågan förstärks, motivation, kommunikation, koncentrationsförmåga och självförtroende förbättras. Dessa förutsättningar kan göra att inlärningsmöjligheterna förbättras. (Moser 2000 i Ericsson, 2003:47-49).

Ericsson (2003) tar upp att barn med svag muskelspänning ofta har svårt att sitta still i t.ex. en inlärningsituation. Hon menar att det är de stora muskelgrupperna som ska bära upp kroppen som inte får tillräckligt med muskelspänning för att kunna sitta stilla. Barnet behöver röra på sig för att öka muskelspänningen i musklerna. Men det finns då risk för att barnet tappar koncentrationen på uppgiften (2003:36).

2.7 Koncentrationsförmåga

Ericsson (2005) skriver att ”Motoriska samordningsproblem kan tänkas störa barns koncentrationsförmåga i inlärningsituationer, eftersom kraft och uppmärksamhet hela tiden behövs för att samordna kroppens rörelser” (2005:38). Samma sak menar Parlenvi & Sohlman (1985) när de skriver att ett barn inte klarar av att koncentrera sig förrän de nått tillräckligt långt i sin utveckling. Det är först när rörelsen blivit automatiserad som barnet kan lägga fokus på uppgiften som ska utföras istället för att fokusera på att sitta still (1985:55,60). Vidare hänvisar Ericsson (2005) till andra forskare som menar att koncentrationsförmågan kan bero på en motorisk osäkerhet av de grovmotoriska rörelserna, som inte blivit automatiserade. Det leder till att energin går åt till att utföra rörelserna istället för att koncentrera sig på den uppgift som ska göras (2005:72-74).

Kadesjö (2007) säger liksom många andra att koncentrationssvårigheter har en koppling till den motoriska utvecklingen (2007:130). Låg vakenhet i hjärnan är även det en orsak till koncentrationssvårigheter. Ericsson (2005) säger att den låga vakenhetsnivån i hjärnan kompenseras med hyperaktivitet för att väcka hjärnan. Detta kan t.ex. i skolan uppfattas som koncentrationssvårigheter. Vidare skriver hon att barn som är hyperaktiva behöver trygghet och struktur och påpekar därför vikten av att den motoriska träningen skall vara välplanerad för att ge bästa resultat (2005:64-65).

Holle (1983) menar att brist på koncentration hos barn kan ha många olika faktorer. Det kan bero på en lindrig hjärnskada men även på att barnet är sent utvecklat och inte förstår hur eller vad man ska göra. Hon skriver att dessa barn ofta anses vara mycket störande för undervisningen. Vilket kan bero på att barnet vill dra till sig uppmärksamheten på något sätt när det inte kan göra det genom att vara duktig i skolämnet (1983:17).

2.8 Dilemman med rörelse i undervisningen

Holle (1978) betonar vikten av att ha kunskap om barnets utveckling för att kunna möta barnet på deras nivå. Vi ser det som ett hinder om man inte har den kunskap som krävs för att avgöra vilken typ av motorisk träning som barnet behöver för att utveckla sin perceptionsförmåga och öka sina möjligheter till kognitiv inläring.

Andra dilemman som finns är att alla barn och vuxna inte tycker om att röra på sig. Svårigheterna blir att finna de rörelseformer/uttrycksformer som upplevs som motiverade för att kunna skapa en positivare inställning till rörelse och utveckling av den motoriska förmågan.

En annan aspekt att ta hänsyn till är de barn som inte vill röra på sig på grund av funktionsnedsättningar som hämmat deras motoriska utveckling, så som balans och kinestetiska förmåga. Här behöver man verkligen lägga ner tid på att ta fram anpassade motoriska program så dessa barn får känna att de lyckas i samarbetet med sin kropp och på så sätt stärka deras självförtroende för att utöva rörelse.

Ericsson (2005) skriver att motorisk träning visar positiva effekter på självförtroende och koncentration och då indirekt för inläringen. Men dilemmat handlar om att dra generella slutsatser då forskarna har svårt att finna likvärdiga kontrollgrupper inom ämnesområdet (2005:55).

2.9 Tidigare projekt

Vi kommer nedan att presentera tre olika projekt som har gjorts, ett i Sverige, ett i Norge och ett i Danmark. Projekten syftar till att undersöka om motoriken har ett samband med inlärningsförmågan och i så fall på vilket sätt. Förbättrades elevernas studieresultat om mer fysisk aktivitet lades in på schemat?

2.9.1 Bunkefloprojektet

Ett exempel på ett projekt som Ingegerd Ericsson (2005) varit delaktig i är Bunkefloprojektet, på Ängslättsskolan i Bunkeflostrand. Det syftade till att se eventuella samband mellan utökad fysisk aktivitet och individuellt anpassad motorisk träning skulle förbättra koncentrationsförmågan och skolprestationer.

Målsättningen med projektet var att alla elever, på en skola, skulle få minst ett grovmotoriskt pass om dagen då fokus skulle ligga på rörelseglädje. De elever med motoriska svårigheter skulle få minst ett pass i veckan med ett individuellt utformat träningsprogram. Det som testades var om barnens grovmotorik förbättrades med en ökad fysisk aktivitet. Om barnens koncentrationsförmåga förbättrades med hjälp av den ökade fysiska aktiviteten, samt om skolprestationerna förbättrades i ämnena matematik och svenska. Dessa resultat jämfördes sedan med en kontrollgrupp som inte fått extra fysisk aktivitet eller specifik motorisk träning (Ericsson, 2005).

De grupper som under projektets tid fick extra fysisk aktivitet eller individuella motoriska träningsprogram jämfördes med deras egna tidigare resultat men även mot en kontrollgrupp som inte fick den ökade fysiska aktiviteten varje dag (Ericsson, 2005).

Resultatet visade att de elever som fick en ökad fysisk aktivitet förbättrade sin motoriska förmåga. Resultatet gällde även för de elever inom gruppen som hade koncentrationssvårigheter. Ericsson kan inte se ett direkt samband med att fysisk aktivitet skulle förbättra koncentrationsförmågan. Däremot kunde man se en förbättring av koncentrationsförmågan hos de elever som fick specifik motorisk träning. Den grupp som haft en timmes fysisk aktivitet per dag förbättrade sina skolprestationer i ämnena matematik och svenska. Gruppen med stora motoriska brister och koncentrationssvårigheter visar även de att deras skolprestationer i matematik och svenska förbättrades. Detta i jämförelse med den kontrollgrupp med liknande problematik, som endast hade de två ordinarie idrottstimmar (Ericsson, 2005).

Slutsatserna av detta projekt är att en ökad fysisk aktivitet eller ökad specifik motorisk träning skulle förbättra elevernas skolprestationer (Ericsson, 2005).

2.9.2 BBO-projektet

Per Egil Mjaavatn, forskningsledare på Norges teknisk- naturvetenskapliga universitetet i Trondheim, han var projektledare för BBO-projektet (Barn, bevegelse og oppvekst 2000-2004). BBO-projektets syfte var att undersöka hur utökade idrottstimmar, fysisk aktivitet varje dag, påverkade barns fysik, hälsa, inläring och sociala utveckling. I BBO-projektet fann man inga samband mellan fysisk aktivitet och inläring. Mjaavatn menar däremot att kopplingen som finns mellan motorik och inläring är att de barn som har bra motorik är bra på att leka. De blir därmed populära bland övriga barn och då motiverade till att gå i skolan. De som trivs i skolan kan prestera bättre, säger han.

Mjaavatn kritiserar Ericssons slutsatser av Bunkefloprojektet där hon anser att fysisk aktivitet påverkar barns skolprestationer. Han menar att Ericsson inte fått ett tillförlitligt resultat. Mjaavatn menar att alla barn som får uppmärksamhet presterar bättre. Vidare säger han att det lugn som den fysiska aktiviteten leder till förbättrar barns koncentrationsförmåga och att inläringen då indirekt påverkas (Thors, 2007:36-39).

2.9.3 Ballerup-projektet

Projektet genomfördes år 2000-2003 i Ballerup, en kommun utanför Köpenhamn. I detta projekt så fördubblades antalet idrottslektioner för att sedan studera vilka effekter det gav. Skillnaderna mellan Ballerups kommun och kontrollkommunen var inte stora, utökandet av idrottstimmar hade inte påverkat elevernas inläring. Däremot kunde man utläsa att elevernas samarbetsförmåga i Ballerup kommun hade förbättrats.

Det som skiljer projekten åt är att Ballerup projektet inte hade fysisk aktivitet varje dag, som de hade i Bunkeflo- och BBO-projektet. (Thors, 2007:36-39).

3. Vad säger styrdokumentet?

Vi kommer nedan att presentera vilket stöd rörelse får i styrdokumentet. Vi kommer att ta upp vad som står i skollagen, läroplanen för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet (Lpo 94) och Salamancadeklarationen. Kopplingar till övrig litteratur, tidigare projekt och till intervjuerna kommer att göras senare i arbetet.

3.1 Skollagen

I skollagen, kapitel 6 1§, står det skrivet att särskoleutbildning ska syfta till att ge varje elev utbildning utefter deras förutsättningar som, i den mån det går, motsvarar utbildningen som ges i grundskolan. (<http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=3911&bet=1985:1100>)

Det står även att utformningen av utbildningen ska anpassas efter elevernas ålder, mognad och förutsättningar och att de själva ska ha inflytande över sin utbildning (kap 6, 2§)

I särskoleförordningen kan vi läsa att det i 4 § står att särskolan ska ha ändamålsenliga lokaler och den utrustning som krävs för en tidsenlig utbildning. (<http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=3911&bet=1995:206>)

3.2 Lpo 94 och kursplaner

I Lpo 94 finner vi stöd för rörelse i framförallt övningsämnenas kursplaner för grundsärskolan.

I Lpo 94 står det att undervisningen ska anpassas till elevernas förutsättningar och behov. Undervisningen ska främja fortsatt lärande och kunskapsutveckling med utgångspunkt i elevernas tidigare erfarenheter (1994:4). Det står även att skolans uppdrag är att "... främja lärande där individen stimuleras att inhämta kunskaper." (1994:5).

I Kursplanerna för den obligatoriska särskolan (2002) står bland annat att ämnet bilds syfte och roll i utbildningen är "Bilder och bildarbete är i sig också ett redskap för utveckling och lärande." (2002:9). I ämnet hem- och konsumentkunskap står det att ämnets karaktär och uppbyggnad bland annat är att eleverna utvecklar sin grov- och finmotorik, koordinationsförmåga samt spatiala förmågan. De får även upplevelser genom de olika sinnen: smak, lukt, hörsel, syn och känsel (2002:14).

I ämnet musik och dess syfte och roll i utbildningen läser vi att musik påverkar eleverna på flera medvetandenivåer, "... viktigt redskap för lärande, rekreation, bearbetning av intryck samt för gestaltning och förmedling av tankar och idéer." (2002:124).

I ämnet idrott och hälsa finner vi stöd för rörelse. Vår koppling till inlärning gör dock att vi väljer att bara presentera det som är aktuellt för arbetet så som att eleverna genom egna upplevelser och erfarenheter skapa lust och vilja för att röra sig. Efter avslutad skolgång skall elever i grundsärskolan behärska grovmotoriska grundformer.

Fortsättningsvis läser vi i mål att sträva mot, "Utvecklar sin fysiska, psykiska och sociala förmåga och en positiv självbild" (2002:18) Elever skall även sträva efter att utveckla sin rörelseförmåga. I ämnets karaktär och uppbyggnad står det skrivet att "Ämnet präglas av en helhetssyn på människan, dvs. att kropp, känslor och tankar är beroende av varandra, och kan

på så sätt medverka till att elevens kroppsuppfattning utvecklas.” (2002:19) Det står även att man genom musik, rytm och rörelse kan främja elevers motoriska förmåga.

I tränings skolans kursplaner kan vi se ett markant större stöd för rörelse än inom grundskolans. Tränings skolan syftar till att förbereda eleverna i tränings skolan inför deras vardagsliv. Ämnesområdet motorik syftar till att stärka elevens grov- och finmotoriska utveckling, utefter elevens förutsättningar. Eleven ska lära sig att använda kroppen som redskap för att utforska omvärlden. Ämnesområdet ska även ge eleven motoriska erfarenheter för att utveckla en förståelse av omvärlden. Det skrivs även att olika gruppaktiviteter ger en gemenskap bland eleverna (2002:56).

I både grundskolans och tränings skolans kursplaner under mål att uppnå står det alltid skrivet att, eleven ska efter sina förutsättningar uppnå de mål som följer i varje ämne/ämnesområde.

3.3 Salamandeklarationen

Salamandeklarationen är ett dokument som tagits fram för att skapa riktlinjer för hur man bör agera och hjälpa barn i behov av särskilt stöd. Det är frivilligt att skriva under deklARATIONEN. Men eftersom Sveriges riksdag har skrivit på har man också förbundit sig att följa och rätta sig efter de råd och riktlinjer som behandlas.

I deklARATIONEN har man bl.a. skrivit på att:

- Varje barn har unika egenskaper, intressen, fallenheter och inlärningsbehov,
- Utbildningssystemet skall utformas och utbildningsprogrammen genomföras på sådant sätt att den breda mångfalden av dessa egenskaper och behov tillvaratas

(2006:11)

Vidare skriver deklARATIONEN om flexibla kursplaner. Kursplaner och skolans undervisning ska anpassas efter det behov och förutsättningar som eleven har, det är alltså inte eleven som ska anpassa sig till skolans undervisning och kursplaner. Vidare läser vi att, ”Den vägledande principen bör vara att ge alla barn samma undervisning, samtidigt som man ger ytterligare assistans och stöd för dem som behöver det.” (2006:24)

DeklARATIONEN säger även att skolledningen ansvarar för att göra skolorna uppmärksamma på elever som är i behov av särskilt stöd och se till att den kompetens som behövs finns i skolan. Det påpekas också att all personal på skolan är engagerade och samarbetar för att tillfredsställa elevernas inlärningsbehov (2006:25-26) Det står att ”Lärarna spelar dock en nyckelroll i sin egenskap av ledare för undervisningsprocessen och skall stödja eleverna genom användning av tillgängliga resurser både inom och utanför klassrummet.” (2006:26)

4. Metod

Vårt val av studie har grundat sig i vårt intresse för ämnena/ inriktningarna idrott och hälsa och specialpedagogik. När vi valt ämnesområde började vi söka litteratur och tidigare projekt inom ämnet rörelse som metod för att främja inläringen. Vi hittade mycket bra litteratur och inspirerades även av tidigare examensarbeten som gjorts inom lärarprogrammet vid olika universitet. Vid litteraturstudierna har vi upptäckt att de ledande forskarna/ författarna hänvisar till varandras forskningar och utredningar. Vi anser därför att vi har fått en god bild av hur man inom ämnesområdet ser på rörelse som metod i undervisningen. Vi har även fått ytterligare en inriktning under arbetets gång. Litteraturstudierna visade att rörelse i kombination med en välstimulerad sensorisk miljö var av stor vikt för de kinestetiska inlärnarna. Denna inriktning har gjort att vi gått från att se rörelse som metod i undervisningen till att se rörelse som en del i undervisningen, för att främja inläringen.

4.1 Val av metod

Vi valde att göra en kvalitativ studie. Vi ville undersöka pedagogers inställning till rörelse i undervisningen och se om de hade en uppfattning av att rörelse kunde påverka inläringen. För att besvara vår frågeställning har vi, tillsammans med litteraturstudier, valt att utföra intervjuer med totalt fem pedagoger från två olika skolor.

Vi ville att pedagogerna skulle få möjlighet att uttrycka sig muntligt istället för skriftligt. Vi valde intervju som metod för att pedagogerna skulle få utrymme för att beskriva sina tankar och funderingar kring rörelse i undervisningen. Vi är dock medvetna om att en enkät med svarsalternativ hade kunnat ge oss möjlighet att utöka vår undersökningsgrupp och därmed kunna göra resultatet mer generaliserbart. Vi diskuterade möjligheterna att i kombination med intervjuerna skicka ut en enkät eller utföra observationer men valde att inte göra detta på grund av tidsschemat. Vi kan dock se att en så kallad metodtriangulering (kombination av olika undersökningsmetoder), som Stukát (2005:124) beskriver kunde ha gjort att vårt resultat blivit bredare med fler pedagogers röster om ämnesområdet.

4.2 Utformning av intervjufrågor

Utifrån vår frågeställning formulerades intervjufrågorna (bilaga 1), dels utifrån eget huvud men även efter inspiration från tidigare examensarbeten vid olika universitet. Vi valde att ha fasta frågor, med samma formulering till alla informanter, men lät informanterna svara fritt utifrån dessa frågor, inga fasta svarsalternativ användes. Det ställdes mycket få följdfrågor under intervjuerna, detta för att vi ansåg att pedagogernas svar var tydligt formulerade och att vi fick svar på våra frågor. Vi valde att inte ha förutbestämda svarsalternativ eftersom vi ville ha pedagogernas egna åsikter och tankar kring ämnet. Vi har därmed, enligt Stukát (2005:39,63) utfört halvstrukturerade intervjuer.

4.3 Undersökningsgrupp

Vi valde att kontakta två skolor som vi sedan tidigare är bekanta med, vi intervjuade tre pedagoger på ena skolan och två pedagoger på den andra. Vårt urval begränsades på skolorna eftersom vi valt att endast intervju pedagoger som på något sätt arbetar inom särskolan. Anledningen till att vi inte kontaktade fler pedagoger inom särskolan på andra skolor var för att vi ansåg att fler intervjuer skulle vara för tidskrävande med intervjutillfälle, transkribering och analys.

4.3.1 Informanter

Nedan kommer kort information av de pedagoger vi intervjuat. Alla intervjuade pedagoger arbetar i kommuner utanför Göteborg. Tilläggas bör att Anna, Bettan och Eva arbetar i samma grundsärskoleklass. Cecilia och Dagny arbetar på samma skola, men inte med samma elever. Namnen vi använder är fingerade.

- Anna, 42 år arbetar i grundsärskolan för senare åldrar. Anna är utbildad fritidspedagog och lärare i årskurs 1-6. Hon har även läst ett år specialpedagogik. Förutom detta är hon på fritiden en aktiv fotbollsledare. Intervjuad den 14 april 2010.
- Bettan, 60 år, arbetar i grundsärskolan för senare åldrar. Bettan har gått en ettårig utbildning till förskolelärare och har förutom det läst pedagogik och psykologi. Innan hon studerade till förskolelärare så läste hon sociologi. Hon är även utbildad specialpedagog. Intervjuad den 14 april 2010.
- Cecilia, 30 år är klasslärare i grundskolan för tidigare åldrar, hon har en särskoleinskriven elev i klassen och en elev med autism. Cecilia är utbildad i matematik och naturorienterade ämnen för årskurserna 1-7. Hon har i sin lärarutbildning även läst en termin idrott och hälsa. Cecilia är även idrottsledare på fritiden för barn och ungdomar mellan 4-18 år. Intervjuad den 16 april 2010.
- Dagny, 56 år arbetar i träningskolan med barn i åldrarna 7- 13 år. Hon är från början utbildad textilslöjdlärare och har förutom det läst olika kurser för att stärka sin roll som pedagog. Intervjuad den 19 april 2010.
- Eva, 63 år arbetar i grundsärskolan och är utbildad förskolelärare och ungdomsledare. Hon har arbetat i särskolan i tio år och har under den tiden gått mycket kurser för att hålla sig uppdaterad. Intervjuad den 14 april 2010.

4.4 Genomförande

Vi valde att spela in intervjuerna för att inte missa någon väsentlig information. Pedagogerna var innan intervjun medvetna om att vi skulle spela in och hade gett sitt medgivande till detta. Intervjuerna utfördes i enskilda rum där vi kunde prata ostört. För att pedagogerna skulle känna en trygghet valde vi, som Stukát (2005:40) skriver, att utföra intervjuerna på skolorna samt att pedagogerna fick bestämma lämplig plats för intervjun. Intervjuerna tog mellan 15-20 minuter att genomföra.

Vi bestämde oss för att en höll i strukturen av intervjun och såg till att alla frågor ställdes. Vi delade på ansvaret att ställa eventuella följdfrågor, som Stukát (2005:41) skriver att om man väljer att vara två intervjuare kan man också välja att ha olika fokus under intervjutillfället. Den som inte höll i strukturen fokuserade på eventuella gester, reaktioner på frågor och engagemang under intervjutillfället.

4.5 Bearbetning av information

Transkriberingen av intervjuerna gjordes samma dag eller dagen efter. Efter transkribering skrevs intervjuerna ut på papper och bearbetades genom att markera stycken som hade relevans för vårt arbete. Vi valde även att dela in pedagogernas svar i olika teman för att förtydliga innehållet och för att senare kunna göra kopplingar till litteraturens olika utgångspunkter. Följande teman skapades:

- Inställning till rörelse i undervisningen
- Verksamheten – hur arbetar pedagogerna idag?
- Styrdokument – pedagogerna reflekterar över vad som står skrivet om rörelse i styrdokumentet.

4.6 Etiska aspekter

Vi har valt att utgå från de etiska regler från HSFR som Stukát (2005:130-134) presenterar. Pedagogerna vi intervjuade informerades innan om att deltagande var frivilligt och att de när som helst kunde meddela att de inte längre vill vara med i vår studie. De informerades även om att vi båda skulle medverka under intervjun samt att intervjun skulle spelas in. Vi valde att inte presentera syftet med studien innan intervjuerna, eftersom vi tror att pedagogernas svar då kunde färgas av det ämnesområde vi skrev om. De fick heller inte se frågorna i förväg för att de då skulle förstå syftet med studien. Ingen av pedagogerna var dock tveksamma till att ställa upp även om de inte visste syftet med intervjun. Vi informerade om syftet med vår studie efter vi ställt de frågor som skulle göras under intervjutillfället och responsen från samtliga pedagoger var positiv.

Eftersom vi inte intervjuat eller observerat några elever så har vi heller inte kontaktat vårdnadshavare för att berätta att vi skulle besöka skolan för att intervju pedagogerna. Pedagogerna fick möjlighet att välja om de ville kontakta vårdnadshavarna eller inte inför vårt besök.

Pedagogerna informerades om att vi skulle använda oss av fingerade namn och inte säga i vilken kommun skolorna ligger för att garantera fullständig anonymitet. De informerades om att vi var de enda som skulle lyssna på inspelningarna och de var även medvetna om att inspelningarna skulle transkriberas. Den information vi samlar in från pedagogerna via intervjuer kommer endast att användas i denna studie. Vi har efter sammanställning av intervjuerna visat pedagogerna denna och fått deras godkännande för att använda den i vårt arbete.

4.7 Studiens tillförlitlighet

Reliabiliteten i vårt arbete anser vi vara ganska tillförlitlig då vi använde oss av fasta frågeformuleringar under intervjuerna. Detta gör att exakt samma frågor, med samma frågeformuleringar, ställdes vid intervjuerna. Vi är dock medvetna om att reliabiliteten dras ner av att fasta frågor ändå kan uppfattas olika beroende på tolkningen hos informanten. Vid bearbetning av de transkriberade intervjuerna såg vi att informanternas svar besvarade våra frågor, det fanns ingen anledning att misstänka att frågorna misstolkats av pedagogerna.

Reliabiliteten dras ner något p.g.a. att vi efter intervjuer och vidare litteraturstudier hittade ytterligare en utgångspunkt, sinnenas betydelse, för att resonera kring inläring. Vi har därför inte ställt några frågor om just sinnenas betydelse, vilket vi tror hade kunnat ge ytterligare underlag för arbetet.

Precis som Stukát (2005:128) skriver så är validitetsbegreppet svåriskuterat. Vi anser dock att vi genom våra intervjuer och litteraturstudier har undersökt det vi avsåg att undersöka. Vi kan däremot se att fler frågor till informanterna hade kunnat ge mer information om arbetets övergripande syfte: rörelsens och sinnenas inverkan på inläringen.

Vi är medvetna om att vårt resultat inte är generaliserbart utan att resultatet endast gäller den grupp vi har intervjuat.

5. Resultat

I resultatet kommer vi att lyfta fram de svar som vi genom intervjuerna fått för att besvara vår frågeställning om hur pedagogerna ser rörelse som metod i undervisningen. Vi presenterar informanternas/pedagogernas svar utifrån olika teman som representerar de frågor (bilaga 1) som ställdes under intervjutillfällena.

Vi väljer även att presentera varje informants svar under varje fråga för att lätt kunna följa likheter och skillnader mellan hur informanterna resonerar.

5.1 Tema inställning till rörelse i undervisningen

I detta tema presenterar vi de svar från informanterna som berör frågorna; Vilken inställning de har till rörelse i undervisningen? Hur de tror att en undervisning med mer rörelser (fysisk aktivitet) skulle påverka sina elever? Samt vilka hinder informanterna ser med rörelse i undervisningen?

5.1.1 Anna

”Ja den är ett måste.” Detta är Annas inställning till rörelse i undervisningen. Hon menar att man inte kan sitta stilla en hel lektion och tro att eleverna ska vara koncentrerade hela tiden. Hon ger förslag på vardagliga rörelseavbrott i undervisningen som att hämta papper eller att gå till läraren för att få hjälp istället för att läraren ska gå till dem. Hon fortsätter att beskriva att rörelse ger ett flöde i arbetet, att eleverna har det lättare att ta till sig det som står i boken. Hon säger ”... kryper det i fötterna så stänger hjärnan av, så är det!” Hon fortsätter ”kroppen behöver ju flödet och man behöver städa och det vet man ju själv också att man städar genom att röra på sig, tankar och frustrationer.”

Anna tror att utökad rörelse skulle gynna hennes elever som hon har idag, men för att det ska ge en positiv inverkan tror hon att det behöver komma från någon annan än henne. Hon förklarar att hon redan är så fokuserad på det hon gör och att hon inte har förmågan att ge eleverna utökad rörelseträning i form av specifika program för varje elev. Vidare berättar hon att man som lärare måste använda olika sätt att lära sig på, ”... det är vårt jobb att se till att om en elev behöver mycket rörelse så ska vi ju se till att den får det.”

De hinder som Anna ser med rörelse i undervisningen är att det blir stökigt. Hon berättar att hennes elever måste ha ett mål/syfte med rörelsen för att det ska kännas tryggt. Annars leder det bara till att de tappar fokus på arbetet.

5.1.2 Bettan

”Jag tror rörelse är jätteviktigt...” Bettan beskriver att hon ser att rörelse är väldigt viktigt och har en positiv inställning till rörelse. Det ser vi även senare då hon beskriver elever som enligt henne själv känner när de inte kan sitta still mer och då får de gå upp och/eller ut för att röra på sig och sedan kan komma tillbaka och jobba. Hon upplever att rörelse gör så att ”kroppen, sinnet lugnar ner sig och jag [eleven] kan koncentrera mig [eleven] igen.”

Bettan ser att rörelse påverkar hennes elever till det bättre, hon lyfter fram ett exempel om en elev som fick gå och hoppa studsmatta när koncentrationen försvann. När han kände att nu kan jag koncentrera mig igen gick han tillbaka och arbetade. Bettan säger att om han inte fick hoppa studsmatta hade han inte kunnat arbeta.

Tiden är enligt Bettan ett hinder för att hinna med mer rörelse i undervisningen, hon säger att "... det är så mycket annat som ska hinnas med, dagarna blir splittrade."

5.1.3 Cecilia

"Väldigt positiv inställning..." Cecilia menar att eleverna lär sig mer om man får möjlighet att testa flera olika sätt att lära sig på, hon ser rörelse som ett sätt att förtydliga lärande. Hon ser även att rörelse är för henne ett väldigt enkelt sätt att ta till i undervisningen som leder till en god stämning och man har roligt tillsammans. Hon avslutar med att säga att "Barn älskar rörelse och det ska vi ge dem, mm ja."

Cecilia anser att en utökad rörelseträning är välkommen, hon säger att hennes elever älskar att gå ut och röra på sig och hon ser det som en möjlighet att lära sig genom rörelse och handlande istället för att läsa sig till det.

Hinder med rörelse i den undervisningen som bedrivs idag anser Cecilia inte finnas. Hon anser annars att hinder kan vara om man ska introducera något nytt och kan då handla om t.ex. brist med pengar. Hon ser även att hindren minskas när eleverna blir äldre, de kan då lättare förflytta sig och söka nya miljöer att bedriva verksamheten i.

5.1.4 Dagny

Dagny har en positiv inställning till rörelse, hon beskriver sin cykeltur till och från jobbet som ren terapi, vidare berättar hon att hennes goda inställning till rörelse smittar av sig i undervisningen och att eleverna får ta del av den. Hon arbetar gärna med mycket rörelse och musik för att hon ser att det engagerar och aktiverar eleverna. Vilket hon ser som positivt för hennes elever som annars är väldigt stillasittande.

Dagny anser att en utökad rörelse träning skulle påverka hennes elever till det bättre. Hon säger att om det enbart varit hon som hade lagt upp undervisningen så hade de varit igång hela tiden, men undervisningen måste varieras, lite teori och lite praktiskt för att eleverna ska må bra. Hon berättar vidare att rörelse är någonting som alla mår bra av, men att de skulle kunna lägga lite mer tid på det.

Dagny ser endast praktiska hinder med rörelse i undervisningen, detta eftersom skolan har byggts om och att de därför har förlorat några av de lokaler som de tidigare hade tillgång till.

5.1.5 Eva

"Ja det är jätteviktigt." Eva fortsätter att berätta varför hon anser att det är viktigt med rörelse "är man inte ute och rör sig så har man mycket sämre förmåga att ta in kunskap sen." Hon kopplar även detta till sina elever som har koncentrationssvårigheter och som behöver rörelse för att det ska bli lugn och ro när de arbetar. Eva ser att eleverna efter t.ex. idrotten är "skönt trötta" och kan då jobba flitigt med sina arbetsscheman. Eva säger att de gärna lägger undervisningen utomhus där rörelse förekommer naturligare än i klassrummet.

Eva menar att det är skillnad på om rörelseträningen blir specifik för enskilda elever eller om man bara är ute och rör på sig. Skillnaden hon ser är att den specifika rörelseträningen kan hjälpa eleverna att utveckla sin motoriska förmåga medan att bara röra på sig hjälper till att

skapa lugnet som gör det lättare för koncentrationsförmågan. Eva ger ett exempel på när eleverna tappar koncentrationen på hemkunskapen, hon säger ”då kan de ta ett varv runt huset eller ut i gungan och slå några slag”. Hon avslutar resonemanget med utökad rörelseträning med att det bara skulle vara positivt och att vi måste vara rädda om vårt rörelsebehov och vår rörelseträning.

Eva säger att det inte finns några direkta hinder med rörelse utan vill man så går det. Hon poängterar också att det handlar mycket om personalens intresse och förmåga att fånga tillfällena som ges för att använda sig av rörelse.

5.2 Tema verksamhet – Hur arbetar pedagogerna idag?

I tema verksamhet presenterar vi de svar från informanterna som berör frågorna; Hur ser det ut med rörelse i undervisningen idag? Anser informanterna att de har förutsättningar för att bedriva rörelse som en del av undervisningen? Samt om informanterna blivit erbjudna utbildning kring rörelse och om de tycker att det är önskvärt?

5.2.1 Anna

Den rörelseträning som Anna ser att de använder sig av i verksamheten idag handlar mycket om förflyttningar i klassrummet, hämta böcker eller fråga läraren. Vidare förklarar hon att rörelse ingår i olika moment i klassrummet och inte bara i idrotten. Hon berättar att en undervisning utan inslag av rörelse skulle hennes elever inte orka med, då skulle de inte lära sig något.

Anna anser att de har förutsättningar för att använda rörelse som en del av undervisningen, men att hon idag ser att man skulle kunna utnyttja förutsättningarna bättre. Eftersom de är fem pedagoger i klassen så har de goda förutsättningar för att upptäcka när det finns ett rörelsebehov och då kan man bryta in och göra något annat.

Anna tycker att det skulle vara bra att få erbjudande om utbildningar kring rörelse och rörelsen betydelse, eftersom hon tycker att det är svårt att leta själv och särskilt inom ett område som man själv inte har förkunskaper inom. Hon anser att hon inte fått något erbjudande om utbildning.

5.2.2 Bettan

Bettan anser att rörelsemomenten mest blir koncentrerade till idrottstimmarna. Utöver de dagarna som de är ute och rör på sig så har de ingen planerad rörelse. Utan hon säger att de läser av när en elev behöver gå ut för att röra på sig. Senare kommer hon på och berättar att de har massage och drama på schemat där rörelse ingår och som upplevs som en skön stund för de flesta eleverna.

Hon ser inte att de har förutsättningarna för att bedriva rörelse som en del av undervisningen, även om hon anser att de har bra lokaler. De har en innegård som inbjuder till rörelser men eftersom de behöver visa hänsyn till andra klassrum kan de inte utnyttja den till fullo.

Hon berättare vidare att då det fanns mer pengar i verksamheten så erbjöds det mer vidareutbildningar. Hon minns att hon har häften där olika rörelsemoment finns beskrivet,

men säger samtidigt att det ändå är önskvärt med utbildning eftersom det är bra att bli påmind. Hon anser även att rörelse inte prioriteras på de vidareutbildningar som de har blivit erbjudna.

5.2.3 Cecilia

Cecilia säger att de i klassen använder varierande arbetssätt i och med skolans profilering kring utomhuspedagogik. Hon bedriver sin undervisning både inomhus och utomhus, där hon blandar praktisk och teoretisk undervisning. Hon påpekar att hennes intresse för rörelse präglar hennes sätt att lägga upp undervisningen på. Hon upplever att elever med koncentrationssvårigheter många gånger har det svårare när de ska göra något teoretiskt men om de gör i princip samma uppgift som syftar på samma mål utomhus upplever hon att det är lättare för dem att förstå. Detta gäller även för den elev som följer grundsärskolans kursplan.

Hon ser att de har förutsättningar för att bedriva rörelse i undervisningen, detta eftersom skolan profilerar sig med undervisning utomhus minst en dag i veckan och då hon har friheten att planera in extra rörelse i undervisningen. Hon säger också att hon bedriver rörelse i klassrummet men att de då är mer begränsade eftersom utrymmet blir mindre och rörelsen får anpassas därefter.

Hon säger att hon inte fått erbjudande om någon vidareutbildning inom området rörelse men påpekar att hon själv läste idrott som en specialisering i sin utbildning och därför känner sig trygg inom området. Hon berättar vidare att några av hennes kollegor inte känner trygghet i att använda rörelse i undervisningen och därmed är det önskvärt med vidareutbildning.

5.2.4 Dagny

I Dagnys klass rör sig elever och pedagoger minst en gång om dagen och då i ett rejält rörelsepass, som hon beskriver det. Hon påpekar att musiken är ett viktigt instrument för eleverna i träningskolan då de tycker om att sjunga och dansa. Dagny säger att om hennes elever får välja så sitter de helst still och att det då är viktigt att hon och de övriga pedagogerna tar tag i rörelsemomentet, hon upplever att de får färg i ansiktet och blir glada, ”... jag menar det är ju allmänt välbefinnande, så är det ju bara.” Hon säger även att pedagogerna blir mycket piggare av de rörelsemoment som genomförs i klassen.

Dagny anser att förutsättningarna ligger i att man har lokaler som är anpassade på rätt sätt utefter elevernas förutsättningar för att allt ska fungera optimalt. Hon anser inte att det i dagsläget ser ut så här men säger ändå att det fungerar.

Den utbildning/information om rörelseträning som hon fått är från habiliteringen (t.ex. sjukgymnast eller talpedagog) där hon fått ett specifikt rörelseprogram för en elev.

5.2.5 Eva

Eva berättar att hon ansvarar för bilden där det är naturligt att de använder sig av rörelse, de tränar på finmotorik, öga – hand koordination, när de målar. Eva beskriver även att de haft omgångar med rytmik i klassen. I övrigt är det övningsämnen som står för rörelsen, i idrotten promenader, jogging och specifika motoriska rörelsepass, även i musiken använder de rörelse. Hon tar även upp att de haft en sexveckorsperiod med drama en timme per vecka, där kroppsuppfattning och rumsuppfattning blir en viktig del som vi försöker få in mer och mer medvetet i undervisningen.

Eva anser att personalen är en av de största förutsättningarna, där framförallt viljan är en viktig del.

Erbjudande eller information om utbildningar säger hon att de främst har fått från habiliteringen där programmen består av att träna upp motorik i fingrar och ansikte. Hon anser det vara önskvärt med utbildning eftersom hon nu tycker att hon gör det mest på känsla. Hon säger att när hon får programmen från habiliteringen så känner hon en trygghet för hon då vet vad det är eleven ska träna på. En annan anledning till att utbildning är önskvärd är för att det är bra med uppdatering samt för att få tips på hur man kan göra i situationer där man fastnar.

5.3 Tema styrdokument

I tema tre presenterar vi de svar från informanterna som berör frågan; Vad anser informanterna att rörelse (fysisk aktivitet) får för stöd i styrdokumentet?

5.3.1 Anna

”Det vet jag inte, men eftersom det i våra styrdokument [grundskolans] har det så mycket friare och att vi ska förmå våra elever att lära utifrån deras förutsättningar och direkt när det står utifrån deras, så är ju rörelsen där.” Hon fortsätter att berätta att träningskolans kursplaner är tydligare med det än vad grundskolans är. Hon säger att det gäller att läsa mellan raderna, det är deras jobb att se till att en elev får det utrymme för rörelse som den behöver.

5.3.2 Bettan

Bettan anser inte att det står särskilt tydligt skrivet i deras styrdokument utan att det mest tas upp i idrott och hälsas kursplan. Vidare berättar hon att hon inte närmare kollat efter det och att hon med varm hand lämnar det ansvaret till de mer kunniga inom området, så som idrottsläraren.

5.3.3 Cecilia

Hon säger, ”Jag är en sån här optimist när jag läser styrdokumentet, jag tänker att jag försöker hitta egna ingångar till att det är rörelse.” Med detta menar hon att det inte alltid står tydligt utskrivet att det ska utföras med praktiska övningar utan det är upp till tolkaren att upptäcka, se möjligheterna. Hon menar att man inte alltid måste läsa sig till för att förstå utan att vissa saker går att testa.

5.3.4 Dagny

Dagny presenterar de olika ämnesområdena (estetisk verksamhet, vardagsaktiviteter, kommunikation, motorik och verklighetsuppfattning) som står skrivet om i träningskolans kursplan och säger att för hennes elever ingår rörelse i alla ämnesområden. Som exempel tar Dagny upp ämnesområdet kommunikation där de arbetar med tecken som stöd, då tränas finmotorik samt ansiktsmuskulaturen. Inom vardagsaktiviteter kan det handla om att gå och handla eller hämta posten.

5.3.5 Eva

Eva anser att rörelse är viktigt men att det inte får tillräckligt med stöd i styrdokumentet. Hon hänvisar till att det får stöd i idrott och hälsas kursplan men att det inte är tillräckligt, det krävs i de andra ämnena också.

5.4 Sammanfattning av resultat

5.4.1 Tema inställning till rörelse i undervisningen

När vi sammanfattar våra informanternas svar under tema inställning till rörelse i undervisningen kan vi se att alla har en positiv inställning till att använda rörelse i undervisningen. Det påpekas att eleverna får lättare att koncentrera sig. De blir lugnare och rörelsen ses även som ett roligt och förtydligande inslag i undervisningen. Pedagogernas vilja och engagemang till rörelse är viktigt för att smitta av sig till eleverna.

Alla informanter anser att en utökad rörelseträning skulle gynna deras elever, men att det mellan informanterna skiljer sig lite i hur man tror att man ska genomföra det för bästa effekt.

Informanterna är inte helt eniga om hur de ser på vad som är hinder eller inte. Det finns risker med att det blir stökigt, att det inte finns tid, pengar, utrymme/lokaler. Det som skiljer informanterna åt är också hur man anser att man kan undvika hindren. Det handlar om pedagogernas vilja, att det bygger på struktur och tydliga målbilder för rörelse i undervisningen.

5.4.2 Tema verksamhet – Hur arbetar pedagogerna idag?

Vi ser att informanterna ser olika på hur mycket rörelser de har i undervisningen, särskilt intressant är de skillnader som framkommer hos de pedagoger (Anna, Bettan & Eva) som arbetar i samma klass men som ser olika på hur mycket rörelse de har i undervisningen samt hur de ser på förutsättningarna för att bedriva rörelser. Informanternas syn på rörelse i undervisningen kan gå från förflyttningar i klassrummet, utomhus pedagogik, förlagd till de praktiska ämnena och till ingen särskild rörelseträning sker i undervisningen. Två av pedagogerna nämner specifika motoriska program som skolorna har fått från habiliteringen.

När vi tittar på hur de ser på sina förutsättningar kan vi konstatera att den stora skillnaden är att acceptera det utrymme man har och anpassa rörelseträningen därefter och att pedagogernas vilja är avgörande. Det kan även handla om att lokaler inte är optimala eller att spetskompetens saknas för att känna sig trygg i utövande av rörelse i undervisningen.

Alla pedagoger är eniga om att det skulle vara önskvärt med information eller utbildning kring rörelse som en del av undervisningen, för en ökad trygghet eller för att friska upp gamla tankar. De två informanter som uppger att de fått någon form av information eller utbildning om rörelseträning för sina elever uppger att den informationen kommer från habiliteringen. En av informanterna har sedan tidigare läst idrott och hälsa vilket hon kan se som en trygghet för att använda sig av rörelse i undervisningen.

5.4.3 Tema styrdokument

Vi ser två ganska tydliga skillnader mellan hur informanterna läser styrdokumentet och att de som hittar stöd för rörelse är de som väljer att utnyttja tolkningsfriheten. Att se möjligheterna till att anpassa undervisningen så att rörelse ingår som en självklar del av undervisningen. Informanten som arbetar i träningsskolan uppger att rörelse får tillräckligt med stöd i deras styrdokument eftersom dessa syftar till att förbereda eleverna för vardagslivet. De andra informanterna hänvisar till de kursplaner där det faktiskt står utskrivet att rörelse ska finnas med i undervisningen, följaktligen ser dessa informanter därmed att rörelse inte får tillräckligt med stöd i styrdokumentet.

6. Analys/Diskussion

I analysen kommer vi att utgå från de tre teman som vi har i resultatet; inställning, verksamhet och styrdokument.

6.1 Tema inställning till rörelse i undervisningen

Alla pedagogerna är positiva till att använda sig av rörelse i undervisningen. De nämner positiva effekter som ökad koncentrationsförmåga, lugn i klassrummet och rörelse som ett roligt och förtydligande inslag i undervisningen. Bettan säger att rörelse behövs för att kroppen och sinnet ska lugna ner sig. En förklaring till att pedagogerna anser att koncentrationen ökar hos eleverna kan vara som Ericsson (2005) och Hannaford (1997) beskriver, nämligen att rörelse gör att koncentrationsförmågan hos en individ kan effektiviseras. Detta sker eftersom rörelsen gör att det frigörs signalämnen. Det gör att kontakten mellan nerverna i hjärnan förbättras vilket medför att signalerna kan gå snabbare och att eleverna inte lika lätt tappar koncentrationen (Ericsson 2005 & Hannaford 1997:101). En annan förklaring är att barn som har motoriska samordningsproblem, svårigheter med rörelsemoment, får lägga sin uppmärksamhet på att samordna kroppens rörelser (Ericsson 2005:38). Även Parlenvi & Sohlman (1985) skriver att barn med motoriska samordningsproblem kan ha koncentrationssvårigheter, men författarna riktar sig mer till att förklara det genom automatiserade rörelser och att barnen inte har kommit tillräckligt långt i sin motoriska mognad. De anser att barnet kan koncentrera sig på uppgiften först när rörelsen är automatiserad (1985:55,60). Holle (1983) tar även hon upp eventuella orsaker till koncentrationssvårigheter, förutom det som författarna ovan tagit upp så skriver hon att en orsak kan vara att barnet har en funktionsnedsättning som gör att det blir svårt med koncentrationen (1983:17). Utifrån de svar pedagogerna har gett oss kan vi dra slutsatsen att de anser att rörelse förbättrar deras elevers koncentrationsförmåga. Vi kan även genom litteraturstudier se att rörelse har en positiv inverkan på barns koncentrationsförmåga, detta genom både neurologiska och motoriska förklaringar.

Anna säger ”... kryper det i fötterna så stänger hjärnan av, så är det!” Hon fortsätter med att säga att rörelse behövs för att kunna få ett flöde och ”städa” när det blir för mycket. Detta kan återigen förklaras av automatiserade rörelser. Ett barn med ännu inte fullt utvecklad motorisk förmåga måste lägga kraft på att kontrollera sin kropp vilket gör att koncentrationen försvinner från uppgiften (Holle, 1983:17). Som tidigare skrivits så menar Hannaford (1998) att rörelse är en viktig ingrediens för att ruska liv i hjärnan, men även för att få tid till att förankra kunskap (1998:34). Holle (1983) påpekar också vikten av att rörelsen som utförs inte får vara på en för avancerad nivå, detta för att barnen ska känna att de lyckas med det de utför (1983:32-33). En ytterligare aspekt är stressfaktorn. Ett barn behöver avbrott för att ta till sig det som lärts ut. Undervisning utan avbrott kan leda till stress hos barnen och enligt Hannaford (1997) leder stress till att hjärnan stänger av kanalerna för inlärningen och istället fokuserar på att överleva i situationen (1997:136,138).

Tre av pedagogerna (Anna, Cecilia & Dagny) uttrycker även tydligt att det som pedagog är viktigt att ha en varierad undervisning eftersom alla lär på olika sätt. Detta stärks av att Hannaford (1998) skriver att ett optimalt inlärningstillstånd är när båda hjärnhalvorna är aktiverade, den gestaltande (högra) och den logiska (vänstra). En varierad undervisning gör att den sensoriska miljön blir rikare och välutvecklade nätverk skapas, vilket påverkar inlärningen och kreativitet positivt. Hannaford påpekar även att alla individer är olika och att vi föredrar att lära oss med hjälp av vissa sinnen framför andra (1998:17,30).

Pedagogerna är även positiva till att utöka rörelseträningen i undervisningen. De tror att det skulle ge deras elever mycket. Men de tycker lite olika när det gäller upplägg av en sådan utökad rörelseträning. Eva gör skillnad på specifik motorisk träning och bara vara ute och röra på sig. Hon säger att den specifika motoriska träningen utvecklar den motoriska förmågan hos eleverna och att bara gå ut och röra på sig är mer inriktat på att förbättra koncentrationsförmågan. Hon menar att båda delarna av rörelseträningen är lika viktiga, men att de syftar till olika saker. I Bunkefloprojektet kunde man se att de barn som fick specifik motorisk träning nämnvärt förbättrade sin motoriska förmåga koncentration och skolprestationer (Ericsson, 2005). Mjaavatn menar dock att detta inte stämmer, utan att alla som får uppmärksamhet kan öka sina skolprestationer (Thors, 2007).

Vi kan av ovanstående se att forskarna här inte är helt överens om sambanden mellan fysisk aktivitet och skolprestationer. Däremot är de överens om att rörelse är viktigt för barns koncentrationsförmåga, precis som de pedagoger vi har intervjuat tar upp. Mjaavatn menar att fysisk aktivitet istället har en indirekt påverkan på barns skolprestationer. Genom popularitet och motorisk säkerhet skapas trygghet hos barnen och det leder till bättre inlärningsförmåga (Thors, 2007). Genom de litteraturstudier vi gjort kan även vi dra de slutsatserna att sambanden är indirekta mellan rörelse och inläring. Rörelse skapar bra förutsättningar genom att skapa välfungerade neurologiska nätverk. Upprepad fysisk aktivitet skapar förutsättningar för eleverna att automatisera sina rörelser. Vid rörelse aktiveras och utvecklas även elevernas perceptionsförmåga som hjälper dem att sortera och avläsa intryck från vår omgivning (Forsström 1995, Hannaford 1998, Ericsson 2003, Annerstedt & Gjerset 1997)

Anna tar avstånd ifrån att själv stå för en specifik motorisk träning då hon anser att det måste någon med en mer adekvat utbildning stå för. Holle (1978) poängterar vikten att ha kunskap om barns motoriska utveckling för att inte lägga undervisningen på en för avancerad nivå. Piagets stadieteori är en av flera som belyser den motoriska utvecklingen som till viss del mognadsbestämd. Han menar t.ex. att man behöver automatisera sina grovmotoriska rörelser innan man kan kräva att de finmotoriska rörelserna ska kunna utvecklas till fullo. Den motoriska utvecklingen beskrivs vidare av Piaget att den kan påverkas av miljön. En miljö som främjar och motiverar rörelse är positivt för den motoriska och sensoriska utvecklingen (Langlo Jagtøien m.fl. 2002).

Mellberg (1993) menar att barns vilja att röra sig är stark, hindras barn från att röra sig hindrar man inte bara deras motoriska utveckling. Hon menar att man även hindrar utvecklingen av perception och tankeverksamhet (1993:4) Anna och Cecilia säger att barn som behöver röra sig för att lära ska få det och att de flesta barn älskar rörelse. De flesta pedagogerna anser att de hinder som finns för att utföra fysisk aktivitet huvudsakligen är frågor om tid, pengar, lokaler och kunskap. Utifrån litteraturen kan vi se att en varierad undervisning skulle hjälpa många elever till ett bättre lärande. Den varierade undervisningen behöver inte kosta mer pengar eller kräva större lokaler. Däremot kan vi se att pedagogerna skulle behöva tid för att planera och strukturera en undervisning av mer kinestetisk karaktär, rörelse och förnimmelse. För detta behöver även pedagogerna stöttning och utbildning från skolledning för att känna sig trygga i en sådan undervisning.

6.2 Tema verksamhet – Hur arbetar pedagogerna idag?

Utifrån pedagogernas svar kan vi se att de inte är helt eniga – och/eller medvetna om den rörelseträningen som bedrivs i klassrummet. Bettan anser att den rörelse de har i klassrummet blir när pedagogerna ser att ett barn behöver röra på sig för att kunna koncentrera sig. Vi kan här se en koppling till Ericsson (2005) när hon skriver om att barn behöver öka vakenheten i hjärnan, som stimuleras av fysisk aktivitet. Om eleverna har en sänkt muskelspänning försvåras deras förmåga att sitta still och de behöver då röra sig för att öka muskelspänningen. Både Anna och Ericsson (2003) nämner att när eleverna tar de här avbrotten för att röra sig finns det risk för att det blir stökigt och att koncentrationen på uppgiften blir sämre. Det handlar återigen om att kunna se sina elevers behov och skapa trygghet. De behöver kanske röra sig för att öka muskelspänningen och koncentrera sig. Anna anser dock att man inte bara kan bryta upp vad de håller på med utan att eleverna vet vad pedagogerna har för syfte och mål med t.ex. ett rörelseavbrott, annars kan det hos eleverna uppstå förvirring. Eva uttrycker att hon anser att rörelseavbrott är viktigt för alla men kanske speciellt för deras elever, där vissa har svårt att koncentrera sig. Från tidigare projekt kan vi i Bunkefloprojektet se att barn med motoriska svårigheter och koncentrationsproblematik är de stora vinnarna med en utökad och specifik rörelseträning (Ericsson 2005).

Hannaford (1998:30) skriver att en välstimulerad sensorisk miljö kan leda till förbättrad inläring, tanke och kreativitet, detta är någonting som Cecilia säger underlättar för hennes elever. Hon beskriver att när de har sin undervisning utomhus, upplever hon att elever med koncentrationssvårigheter och den elev som går efter särskolans kursplan har lättare att ta till sig kunskap. Hon menar att när de arbetar efter samma mål inne som ute, så lär sig barnen effektivare i utomhusmiljön. I en utomhusmiljö behöver barnen aktivera fler sensoriska sinnen för att läsa av miljön.

Dagny säger att hennes elever i träningskolan är väldigt stillasittande men att hon försöker att få dem att röra sig så ofta som möjligt. Hon upplever att både pedagoger och elever blir piggare av rörelsepassen. Hon menar att eleverna blir glada och de får färg i ansiktet, sedan säger hon att "... jag menar det är ju allmänt välbefinnande, så är det ju bara.". Det som händer vid rörelse är att det frigörs signalämnen men även att blodgenomströmningen ökar. Färgen i ansiktet som Dagny ser hos eleverna kan bero på den ökade blodgenomströmningen, vilket kan öka förutsättningarna för rörelse och kognitivt arbete (Ericsson 2005 & Hannaford 1998).

Eva säger att de i bilden tränar finmotoriken, öga hand koordinationen när de klipper, klistrar och målar. Forsström (1995) hänvisar till Frostig som menar att om automatiseringen inte är fulländad så får barnet svårt att klara av de finmotoriska rörelserna, t.ex. skriva och måla (1995:33). Eva anser att den finmotoriska träningen gynnar hennes elever i övrigt skolarbete.

6.3 Tema styrdokument

Två av pedagogerna (Anna & Cecilia) utnyttjar tolkningsfriheten i styrdokumentet. De säger att de på något sätt hittar möjligheterna till att variera undervisningsformerna eller till att använda sig av rörelse i undervisningen. Anna tar upp att det i grundsärskolans kursplaner står skrivet att eleven utifrån sina förutsättningar ska uppnå målen och påpekar därefter att det för hennes elever ingår rörelse för att de ska lyckas med sitt skolarbete. Här kan vi se en koppling till skollagen som tydligt uttrycker att utbildningen ska anpassas efter ålder, mognad och förutsättningar samt att eleven ska ha inflytande över sin utbildning (kap 6, 2§). Cecilia ser sig själv som en optimist när hon läser styrdokumentet och anser att om man vill så kan man hitta egna ingångar till rörelse. I Lpo 94 kan vi läsa att skolans uppdrag är att ”... främja lärande där individen stimuleras att inhämta kunskaper.” (1994:5). Vi kan här se att pedagogerna hänvisar till att rörelse eller varierade undervisningsformer är nödvändigt för deras elever för att nå fler elever till att utveckla kunskap.

Övriga pedagoger hänvisar framförallt till kursplanerna i ämnena idrott och hälsa, bild och musik, där de kan se att rörelse får stöd. Det är även de ämnena där vi har hittat stöd för rörelse, där det på något sätt står utskrivet att rörelse ingår. Vi har även funnit stöd i ämnet hem- och konsumentkunskaps kursplan där det i ämnets karaktär och uppbyggnad står att eleverna utvecklar grov- och finmotoriska färdigheter.

Dagny som arbetar i träningsskolan anser att rörelse ingår i alla ämnesområden. Detta kan även vi utläsa av träningsskolans kursplaner. Precis som Dagny menar så syftar träningsskolan till att förbereda eleverna inför vardagslivet. Då ingår aktiviteter som dans, tecken som stöd, hämta posten, gå och handla, m.m. och det tränar både grov- och finmotorik och de sensoriska sinnen.

Salamancadeklarationen betonar vikten av personalens engagemang och samarbetsförmåga för att kunna tillfredsställa elevernas inlärningsbehov, vilket även pedagogen Eva ser som en förutsättning för att kunna tillgodose elevernas inlärningsbehov.

Salamancadeklarationen framhåller även att det inte är eleverna som ska anpassas efter kursplaner och undervisning utan det är skolan som ska se till att elevernas behov tillfredsställs för att de ska klara kursplanernas mål och undervisningen.

7. Slutsats

Kinestetik står för rörelse och förmågor. De kinestetiska receptorerne sitter i våra leder och muskler. De kinestetiska inlärnarna är de elever som bäst lär sig när de upplever saker genom sina sinnen och aktivering av sina muskler. Aktivering av muskler förutsätter alltid någon rörelse. Rörelse i sin tur förutsätts alltid av att vår perceptionsförmåga klarar av att tolka de sinnesintryck vi får från våra sinnen, alltså inte bara muskler och leder. Utifrån tidigare projekt, litteraturstudier och våra intervjuer kan vi även se att rörelse är den faktor som ständigt återkommer när man pratar om utvecklingen av vår perceptionsförmåga och indirekt för inlärningsförmågan. För de kinestetiska inlärnarna blir rörelse en central del i sitt sätt att utvecklas och ta till sig skolans undervisning.

Vår slutsats utifrån arbetet är att, det finns två olika sätt att se på hur rörelse gynnar de kinestetiska inlärnarna inom särskolan. Det första sättet är att rörelse är ett sätt för eleverna att öka koncentrationsförmågan, då signalämnena frigörs som ökar hjärnans vakenhet, blodtillförseln ökar samt en ökad muskelspänning. Det andra sättet och kanske det som visat sig vara av störst betydelse för både inläring och koncentration är de automatiserade rörelserna. När vi på ett kontrollerat och tryggt sätt upprepar rörelser skapas neurologiska nätverk som gör att vi kommer ihåg rörelserna. För att skapa dessa neurologiska nätverk måste vi röra på oss. De utvecklas inte enbart genom mognad vilket bevisas av litteratur och tidigare projekt. Rörelserna som blivit automatiserade kräver mindre energi då eleverna inte behöver fundera på hur de ska utföra rörelserna. Men en icke automatiserad rörelse kan ta en elevs hela fokus, t.ex. att sitta still på en stol, hålla i pennan, hålla koll på vart på pappret man ska skriva och hur man ska föra pennan är väldigt avancerade motoriska rörelser. Testa själv att skriva med fel hand och fundera på vad det är du fokuserar på, är det texten eller hur du för pennan med fel hand? Automatiserade rörelser har inget direkt samband med inläring, men utifrån tidigare projekt och litteratur ser vi det som en förutsättning för att eleverna ska kunna tillgodose sig skolans undervisning.

Forskning går som sagt lite isär när det gäller samband mellan rörelse och inläring. Alla är eniga om att rörelse är betydelsefullt, men om påverkan sker direkt eller indirekt råder det olika meningar om.

Pedagogerna inom särskolan som vi intervjuat är alla eniga om att rörelse är avgörande för deras elevers koncentrationsförmåga och inläring. Vi kan även se att tidigare projekt framhåller att barn med koncentrationssvårigheter, som också pedagogerna säger finns inom särskolan, gynnas av rörelse. Vi kan dock dra slutsatserna att pedagogernas erfarenheter av rörelse i undervisningen samt deras utbildning påverkar deras syn på rörelse idag.

Vi kan se att det är viktigt att pedagogerna känner sig trygga i sitt arbete och i planeringen av undervisningen. För att gynna de kinestetiska inlärnarna och andra elever är det viktigt att variera sin undervisning, använda sig av olika undervisningsmetoder för att få med sig fler elever under samma lektion. Hannaford (1998) menar att det finns två typer av elever, de som har en dominerande höger hjärnhalva (de kinestetiska inlärnarna) och de som har en dominerande vänster hjärnhalva (de logiska inlärnarna). Precis som Hannaford så anser vi att en optimal inläringssituation är när båda hjärnhalvorna samarbetar. Det är då en förutsättning att nervförbindelserna fungerar optimalt och dessa nervförbindelser tränas bl.a. upp genom rörelse. Vi kan även se att det finns stöd i styrdokumentet för att använda en varierad och för eleven stimulerande undervisning. Skolans uppdrag är att "... främja lärande där individen stimuleras att inhämta kunskaper." (Lpo, 1994:5).

Vi anser att detta område har stor relevans för oss i vårt kommande läraryrke. Det är vår uppgift, skolans uppdrag, att se till att alla elever stimuleras till att utveckla kunskaper. Att då ha förståelse och kunskap om vad elevers koncentrations- och inlärningsproblematik eventuellt kan bero på är av stor nytta för oss som blivande lärare. Vi har genom vårt arbete sett att rörelse är en viktig del för och i undervisningen och genom tidigare projekt och litteraturstudier vet vi även varför det är viktigt. Vi anser att vi genom detta arbete nu bättre kan argumentera för vad rörelsen gör och vilken betydelse den har för eleverna i deras skolgång.

Vi vill avsluta med en text som vi hämtat från Riksidrottsförbundets skrift ”Varför idrott och fysisk aktivitet är viktigt för barn och ungdom – Fakta och argument”

”Hela kroppen behövs
Ögon kan se och öron kan höra,
men händer vet bäst hur det känns att röra.
Huden vet bäst när någon är nära.
Hela kroppen behövs för att lära.
Hjärnan kan tänka och kanske förstå,
men benen vet bäst hur det är att gå.
Ryggen vet bäst hur det känns att bära.
Hela kroppen behövs för att lära.
Om vi skall lära oss nåt om vår jord,
så räcker det inte med bara ord.
Vi måste få komma det nära;
Hela kroppen behövs för att lära”

– Okänd

(Riksidrottsförbundet, 2009)

8. Referenser

Böcker

Annerstedt, Claes & Gjerset, Asbjörn (1997). *Idrottens träningslära*. Malmö: SISU Idrottsböcker.

Ayres Jean (1983). *Sinnenas samspel hos barn*. Stockholm: Psykologiförlaget

Berg, Lars-Eric. & Cramér, Anna. (2003). *Hjärnvägen till inläring – rörelser som sätter hjärnan på spåret*. Jönköping: Brain Books AB.

Ericsson, Ingegerd (2005). *Rör dig – Lär dig*. Malmö: SISU Idrottsböcker.

Forsström, Agneta (1995). *Perception och motorik – i teori och praktik*. Umeå: SIH läromedel.

Hannaford, Carla, PhD. (1998) *Dominansfaktorn*. Jönköping: Brain Books AB.

Hannaford, Carla, Ph.D. (1997) *Lär med hela kroppen – inläring sker inte bara i huvudet*. Jönköping: Brain Books AB.

Holle, Britta (1978). *Normala och utvecklingshämjade barns motoriska utveckling*. Stockholm: Natur och kultur.

Holle, Britta (1983). *Läsberedd – Skrivberedd? Praktisk vägledning*. Stockholm: Natur och Kultur.

Kadesjö, Björn (2007). *Barn med koncentrationssvårigheter*. Stockholm: Liber AB.

Langlo Jagtøien, Greta, Hansen, Kolbjørn & Annerstedt, Claes (2002). *Motorik, lek och lärande*. Göteborg: Multicare Förlag AB.

Mellberg, Britt-Marie (1993). *Rörelselek, en metod att stimulera barns utveckling*. Stockholm: Liber AB.

Parlenni, Paul & Sohlman, Birgitta (1985). *Lär med kroppen det fastnar i huvudet – barns motoriska och intellektuella utveckling*. Stockholm: Sveriges Utbildningsradio AB.

Sandborg – Holmdahl, Gun & Stening Birgitta (1993). *Inläring genom rörelse*. Stockholm: Liber utbildning AB.

Skolverket (2002). *Kursplaner obligatoriska särskolan*.

Skolverket (1994). *Läroplanen för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet*.

Stenberg, Dorrit (1992). *Vi finns! Om sambandet mellan brister i rörelsefunktionerna och inlärningsförmåga*. Stockholm: HLS förlag.

Stukát, Staffan (2005). *Att skriva examensarbete inom utbildningsvetenskap*. Lund: Studentlitteratur AB.

Svenska Uneskorådet (2006). *Salamanca deklARATIONEN och Salamanca +10, 2/2006*.

Tidskrifter

Bergström, Matti (2010). *Kreativt kaos*. Pedagogiska magasinet 2010, nr 2, s 44-47.

Riksidrottsförbundet (2009, utgåva 7) *Varför idrott och fysisk aktivitet är viktigt för barn och ungdom – Fakta och argument*

Thors, Christina (2007). *Det rör sig om inläring: lär sig eleverna bättre om de får mer fysisk aktivitet i skolan?: tema: den bildade kroppen*. Pedagogiska magasinet 2007, häfte 2, s 36-39.

Internetadresser

Särskoleförordningen. Hämtat 29 april 2010, från
<http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=3911&bet=1995:206>

Skollagen. Hämtat den 22 april 2010, från
<http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=3911&bet=1985:1100>

9. Bilaga 1 – Intervjufrågor

Intervjufrågor

Namn:

Ålder:

Datum:

- Vad har du för yrkesutbildning?
- Andra erfarenheter/utbildningar som är relevanta för dig som pedagog?
- Vad har du för inställning till rörelse i undervisningen?
- Hur tror du att en utökad rörelseträning skulle påverka dina elever?
- Hur ser det ut idag i verksamheten, hur eller varför använder ni inte rörelser som en del av undervisningen?
- Anser du att ni har förutsättningar för att bedriva rörelseträning som en del av undervisningen?
- Har ni fått erbjudande om eller information om rörelseträning för era elever?
Är det önskvärt?
- Vilket stöd anser du att rörelse får i skolans/särskolans styrdokument?
- Övrigt att tillägga?