



Förskolebarns och pedagogers åsikter om hälsa och lek utomhus

- en jämförelse mellan traditionella förskolor
och naturförskolor**

Madeleine Carlsson & Marie Sandblom

Examensarbete, C-nivå, 15 högskolepoäng

Institutionen för individ och samhälle

Lärarprogrammet 2005

November 2008

Arbetets art: Examensarbete 15 hp, Lärarprogrammet

Titel: Förskolebarns och pedagogers åsikter om hälsa och lek utomhus – en jämförelse mellan traditionella förskolor och naturförskolor

Engelsk titel: The views of preschool children and their teachers about outdoor play and health - a comparative study between a traditional preschool and a preschool with an outdoor profile

Sidantal: 41 sidor

Författare: Madeleine Carlsson & Marie Sandblom

Handledare: Mia Svedäng

Examinator: Paula Berntsson

Datum: November 2008

Sammanfattning

Genom våra egna erfarenheter från vår uppväxttid har vi fått ett naturintresse som lever kvar även i vuxen ålder. Som blivande förskolelärare med miljö- och naturintresse ville vi ta reda på vilka förutsättningar utomhuspedagogik hade i förskolan. Naturen har alltid varit en viktig del i människans liv och det är betydelsefullt att ge barn goda möjligheter till att vistas utomhus. Regelbunden utevistelse skapar kunskap om naturen och om vårt samspel med den.

Syftet med undersökningen var att jämföra traditionella förskolor med naturförskolor för att se ifall det är någon skillnad i barns lek och uttryck av fantasi utomhus samt om mängden utevistelse påverkade barns hälsa. De frågor vi hade som utgångspunkt var om barns utelekar och lekmaterial skiljer sig åt mellan traditionella förskolor och naturförskolor, vad pedagogerna hade för uppfattning om utevistelsen och ifall barn som vistades mycket utomhus var friskare.

Undersökningen är till största del av kvalitativ art grundad på barnintervjuer och öppna enkäter till pedagoger på förskolor. Dessutom finns en kvantitativ del i studien i form av statistik över barnens närvaro.

Studiens visade att barn på naturförskolor är friskare än barn på traditionella förskolor under vinterhalvåret. Däremot syns ingen större skillnad i sjukfrånvaro mellan förskolorna under sensommaren. På de olika förskolorna är barns lek relativt likartad och de använder oftast samma typ av lekmaterial. Pedagogerna upplevde att det bara finns positiva effekter av att barn vistas mycket utomhus på förskolan, både vad det gäller psykiska och fysiska reaktioner hos barnen.

Nyckelord

Förskola, Barn, Utomhuspedagogik, Lek, Hälsa

Förord

Detta examensarbete har inneburit en lång och arbetsam process med både med- och motgångar. Vi har lärt oss oerhört mycket längs vägen och känner oss berikade med ny kunskap i ämnet och om hur en forskningsstudie kan genomföras.

Vi vill tacka alla som på ett eller annat sätt har hjälpt oss med vårt arbete. Det är tack vare att förskolorna i vår studie tog emot oss, som detta arbete över huvud taget har varit möjligt att genomföra. Framför allt vill vi tacka alla barn som ställde upp i våra intervjuer. Dessutom vill vi sända ett stort tack till alla pedagoger som svarat på vår enkät samt till rektorer och föräldrar på förskolorna.

Ett varmt tack till vår handledare Mia Svedäng som har hjälpt oss på många olika sätt och varit ett stöd för oss i processen med examensarbetet.

Dessutom vill vi tacka Henrik Svedäng som har hjälpt oss i databearbetningen av närvarostatistiken.

Slutligen vill vi tacka oss själva! Vi känner glädje och stolthet över det vi genomfört tillsammans under tiden examensarbetet skapades.

Trollhättan i november 2008

Madeleine Carlsson & Marie Sandblom

Innehållsförteckning

Inledning	1
Syfte	2
Frågeställningar	2
Litteraturgenomgång	2
Människan och naturen	2
Utomhuspedagogik.....	3
Naturförskolor	6
Naturens påverkan på människans hälsa.....	7
Lekens betydelse för barns lärande.....	8
Metod	11
Metodval	11
Urval	12
Barnintervjuer	12
Enkäter till pedagoger.....	13
Närvarostatistik.....	14
Etiska aspekter	14
Databearbetning och analys	15
Resultat	16
Utevistelsens omfattning på förskolorna.....	16
Pedagogernas åsikter om mängden utevistelse	18
Barnens lekar utomhus.....	20
Lekmaterial på utegården	24
Pedagogernas deltagande i barns enskilda lekar	26
Gemensamma lekar med pedagogerna	27

Barnens positiva reaktioner på utevistelse	28
Fler synpunkter från pedagogerna.....	34
Sammanfattning	35
Diskussion	36
Resultatdiskussion.....	36
Metoddiskussion.....	39
Förslag till vidare forskning.....	40
Referenslista	
Bilaga 1	
Bilaga 2	
Bilaga 3	
Bilaga 4	

Inledning

Upplevelser i barndomen är för många människor till stor del förknippade med olika aktiviteter i utomhusmiljön. Närheten till naturen är något som vi båda har växt upp med. Det skapar en skön känsla när man tänker tillbaka på vad man gjorde när man var liten, allt ifrån cykelturerna på grusvägarna till skogspromenaderna med familj och medhavd matsäck. Upplevelser av det slaget skapar minnen som man kan ta fram långt senare och njuta av igen. Dessa positiva upplevelser har fått vårt intresse för natur- och friluftsliv att gro och även i vuxen ålder vistas vi gärna ute i naturen. Intresset för friluftsliv har lett till att vi på var sitt håll varit aktiva i olika föreningar, till exempel Friluftsfrämjandet och Scouterna, och vi har båda sett och känt de positiva effekterna av att vistas utomhus. Vi förstår nu hur viktiga de tidiga mötena med naturen varit för vårt friluftsintrasse. I barndomen lade vi grunden för det intresse som senare växte och ville ta nya uttryck. Detta vill vi gärna se att barn idag också får med sig så att de förstår den rika skatt som finns i det gröna runt oss.

Leken är en viktig del av barns utveckling och har en stor inverkan på barndomen. Vuxna har ett stort ansvar för att se till att barn får leka och att leken får fortsätta vara den viktiga kulturform för barn som den alltid har varit (Lillemyr, 2002). Naturen är en viktig plats för lek och utforskande av omvärlden för alla barn. I läroplanen för förskolan framhåller man lekens betydelse för barn:

I lekens och det lustfyllda lärandets olika former stimuleras fantasi, inlevelse, kommunikation och förmåga till symboliskt tänkande samt förmåga att samarbeta och lösa problem (Lpfö 98, 1998, s.9).

Utomhusvistelsen bör ge möjlighet till lek och andra aktiviteter både i planerad miljö och i naturmiljö (Lpfö 98, 1998, s. 11).

Tidigare fanns naturen alldeles utanför dörren eftersom de flesta människor då var bosatta på landsbygden. Idag bor allt fler i områden utan tillgång till natur. Som det moderna samhället ser ut idag vistas vi allt mer inomhus och har till stor del tappat kontakten med vårt ursprung. Istället finns det många andra saker som konkurrerar om vår uppmärksamhet (Zettersten & Kvarnbäck, 2007). Regelbunden kontakt med naturen saknas idag för många barn, som istället tillbringar mycket tid med olika inomhusaktiviteter som till exempel datorn och TVn (Ericsson, 2002). Vi anser att barn idag behöver lära sig förstå vilka positiva effekter för både kropp och själ det finns i att vistas i naturen. Det är viktigt med balans mellan inomhus- och utomhusaktiviteter i förskola och på fritiden. Kunskap om naturen och om varje människas del i den grundläggs när individen är mycket ung. Det är därför viktigt att redan små barn får pedagogisk verksamhet utomhus (Nilsson, 2008). Om barn tidigt i livet får en vana av regelbundna utevistelser skapas goda förutsättningar för ett sunt fritidsliv och en god hälsa (Johansson, 2004).

Under vår lärarutbildning läste vi en valbar kurs i utomhuspedagogik. Kursen gav oss nya funderingar och tankar om hur verkligheten ser ut i förskolan. Vi ville därför i denna studie undersöka hur barn och deras aktiviteter ser ut utomhus på förskolan och vilka förutsättningar utomhuspedagogiken har där.

Syfte

I denna studie var syftet att jämföra traditionella förskolor med naturförskolor för att studera om det var någon skillnad i barns lek utomhus mellan de två förskoletyperna. Vi ville undersöka detta genom att höra både barnens och pedagogernas tankar och åsikter om utevistelse på förskolan och dess effekter på barnen. Dessutom ville vi jämföra de båda förskoletyperna för att se om det var någon skillnad i barnens hälsa. Vi hade sedan innan en hypotes om att barn på naturförskolor var friskare på grund av mer utevistelse jämfört med barn på traditionella förskolor.

Frågeställningar

- Skiljer sig barns utelekar mellan traditionella förskolor och naturförskolor?
- Vad använder barn för typ av lekmaterial utomhus och skiljer det sig mellan de två förskoletyperna?
- Vad har pedagoger för inställning till utevistelse och vilka effekter av utevistelse ser de hos barn?
- Är barn som går på naturförskolor friskare än barn som går på traditionella förskolor?

Litteraturgenomgång

Människan och naturen

Förr i tiden såg man på naturen och utevistelse på ett helt annat sätt än idag. Eftersom jordbruk då var dominerande både levde och verkade man i utemiljöer. Då såg man naturen som en del av sin vardag. Den skulle användas till mat och försörjning (Sjölander, 2007). Befolkningen spenderade de flesta av dygnets alla ljusa timmar utomhus och livet innebar att arbeta. När industrialismen kom flyttade många människor från landsbygden till städerna och började arbeta inomhus i fabriker. Tiden delades då tydligare in i arbetad tid och fritid (Eskilsson, 2000). Numera arbetar oftast båda föräldrarna och de allra flesta svenska barn vistas heldagar i förskola under veckorna. Förskolelärarna har fått en betydelsefull uppgift eftersom det är i förskolan barnen tillbringar största delen av sin vakna tid. Föräldrar tvingas ofta erkänna att deras tid inte räcker till för aktiviteter utomhus med barnen. En studie gjord av Friluftsrådet och Unilever (2008) visade att fyra av fem svenska föräldrar idag skulle vilja ha mer kvalitetstid med sina barn. De vill att barnen skall få tillgång till mer vistelse i naturmiljö, som de själva många gånger hade när de var små, och kunna leka fritt i mycket större utsträckning. Föräldrar och barn har idag för mycket runt sig som konkurrerar ut tiden de kunde ha tillsammans (Friluftsrådet & Unilever, 2008). Det finns gränser för vad man hinner med efter arbetet, hämtning på förskolan och efter middagen (Löge Haugen & Lysklett, 2006).

Under senare år har den moderna livsstilen minskat mängden av utevistelse för många människor. Detta är en följd av att allt fler nu lever i stadsmiljöer. Numera konkurrerar ofta inomhusaktiviteter av olika slag ut friluftsliv under människors fritid. Hultman (2000) belyser att Sveriges Riksdag redan i början av 1900-talet beslutade

att göra en utredning för att se vilken tillgång till naturen människorna hade i städerna. Detta ledde fram till Fritidsutredningen år 1940. I Fritidsutredningen pekade man på att friluftsliv är viktigt för att förebygga ohälsa i olika form, både fysisk och psykisk (Hultman, 2000). Fritidsutredningen ledde bland annat till att begreppet Allemansrätten etablerades. Sedan 1994 är Allemansrätten inskriven i Sveriges grundlag (Hagberg, 2007). Denna rätt innebär att alla människor har rätt att vistas i skog och mark under förutsättning att man visar hänsyn och respekt för natur och djur samt inte skadar något (Nationalencyklopedin, 2008c).

En livsstil som baseras på regelbundna vistelser i naturen leder till ett friskare vardagsliv enligt Norling (2001). Om individen redan i unga år får känna av de positiva effekterna av att vistas ute, grundläggs både en vana och ett behov av friluftsliv (Skogslund, 1994). Många hälsovinster kan då skapas, både för barn och vuxna. Det är viktigt att ha kontakt med sitt ursprung och att veta hur man skall leva tillsammans med naturen (Sellgren, 2004). Även Klöfver (2000) tar upp detta och menar att vi i vårt moderna samhälle har skapat ett behov hos människor av att konsumera, ett tillväxtsamhälle, vilket står i skarp kontrast till naturens behov av hushållning. Behovet av handfast kunskap är därför ytterligare en orsak till att barn idag behöver få vistas mycket ute i naturen med kunniga vuxna som handledare. För att kunna ta ansvar för sitt eget handlande och kunna se hur det man gör påverkar omgivningen så måste man ha både kunskap och känsla för sin omvärld. Framtidens vuxna, det vill säga dagens barn, behöver få dessa förutsättningar för vi gemensamt skall kunna skapa ett samhälle där vi lever tillsammans med naturen (Klöfver, 2000). Denna kunskap kan förskolan till stor del bidra med. Pedagoger behöver ha goda kompetenser för att ge barnen positiva upplevelser i utomhusmiljö. Det är dessa upplevelser som oftast lägger grunden för barnens intresse för natur och uteaktiviteter i vuxen ålder (Löge Haugen & Lysklett, 2006). Idag läggs mycket tid och pengar på att rehabilitera sig från sjukdomar av olika slag, vilket skulle kunna undvikas om individen redan från början hade för vana att vistas utomhus och på så sätt kunde göra mycket för att förebygga ohälsa (Eskilsson, 2000).

Utomhuspedagogik

Teoretiska utgångspunkter

Regelbunden utevistelse och kontakt med naturen ger ofta människan nya kunskaper som har betydelse under hela livet. Det räcker inte med att bara via litteratur läsa sig till kunskap, vilket det moderna samhället har blivit ivriga förespråkare av, utan för hållbar kunskap behöver man lära sig med hela kroppen (Drougge, 2007 & Glantz, Grahn & Hedberg, 2007). I modern tid innebär begreppet utomhuspedagogik att man skapar ett samspel mellan upplevelse och eftertanke och gör erfarenheter i verkliga situationer. Pedagogiken innefattar många olika ämnesområden, som gör att lärandet sker på den plats där den är mest gynnsam och på så viss vävs kunskap samman från litteraturen, kulturen, naturen och samhällslivet (Centrum för miljö- och utomhuspedagogik, 2004). Genom historien har flera personer varit förespråkare för de tankar och idéer som ligger till grund för dagens utomhuspedagogik. Redan Aristoteles (384-322 f.Kr) ansåg att lärandet bäst sker i meningsfulla och verkliga situationer då människans kropp, sinnen och erfarenheter kan samspeja för att skapa ny kunskap. Det är också i verkliga och i

handfasta situationer människan har lärt sig ny kunskap i flera tusen år, vilket historien har berättat via arkeologiska utgrävningar och andra historiska fakta. Dagens inläringssituation med studier av litteratur inomhus i klassrumsmiljö är ett relativt nytt fenomen. I den moderna utbildningsmiljön sätter man upp teoretiska exempel på situationer som eleven skall lära sig något från och skapar konstgjorda lärandesituationer, vilket inte är detsamma som att lära genom direktkontakt med de verkliga situationerna. En mycket liten del av människans kommunikation sker genom språket och desto mer sker med hjälp av kroppsspråk och gester. Miljöer där människan direkt konfronteras med lärandesituationer ger individen varaktig kunskap och annan viktig information om mänsklig kommunikation, vilket är vad pedagoger i utomhuspedagogik strävar efter. Det är genom våra sinnen, det vill säga via känsel, hörsel, syn med mera, som vi lär oss menade Rousseau (1712-1778). På sin tid betonade han att barn behöver möta och lära av verkligheten (Brügge & Szczepanski, 2007b). Rousseau ville att både teoretisk och praktisk kunskap skulle finnas sida vid sida och samspela för att ge individen de bästa förutsättningarna (Claesdotter, 2005).

Fröbel (1782-1852) har betytt mycket för det svenska skolväsendet genom att han i sitt hemland Tyskland startade upp en pedagogisk verksamhet som han kallade Kindergarten, eller Barntädgårdar som det kallades på svenska. Pedagoger i Sverige inspirerades av Barntädgårdarna och tog med sig pedagogiken och startade upp verksamhet även här (Wallström, 1992). Barntädgårdarna utvecklades senare till dagens förskolor, och de bär fortfarande många spår av de pedagogiska tankar Fröbel förde in i verksamheten (Grindberg & Langlo Jagtöien, 2000 & Wallström, 1992). Precis som Rousseau ansåg Fröbel att det var viktigt för människor att se de stora sammanhangen och att skolans ämnen därför skulle integreras med varandra i undervisningen. Naturen var en betydelsefull informationskälla hävdade Fröbel och genom att studera den kunde människan lära sig hur livet hängde ihop (Wallström, 1992). Både Rousseau och Fröbel hade inställningen att barn utvecklas i olika takt och att pedagoger behöver känna av när det är rätt att inspirera dem till vidare utveckling och när man behöver vänta in att barnet är redo för nya utmaningar (Lillemyr, 1990).

Dewey (1859-1952) menade att kunskap som är skapad på praktisk väg är minst lika betydelsefull som den kunskap som kan hämtas via andrahandskällor som till exempel litteratur. Han ansåg att man fick den ultimata inläringssituationen genom att kombinera handling och tanke. Enligt Dewey får praktiska handlingar oss att tänka och våra tankar påverkar vårt handlande (Brügge & Szczepanski, 2007b). Dewey myntade uttrycket "*Learning by doing*" (Dewey, 1997, s.24), vilket visar på vilket sätt han ansåg att undervisning skulle bedrivas. Senare har även Vygotskij (1896-1934) och Piaget (1896-1980) tagit till sig dessa tankar, speciellt vad det gäller barns lek och pedagogiken kring den (Lindqvist, 1996). Idag ser även Granberg (2000) på detta på samma sätt som Dewey gjorde och menar att små barn är mycket fysiska när det gäller att ta in kunskap. "*Småbarn måste gripa för att begripa – de lär genom att göra*" (Granberg, 2000, s. 59). Därför är det viktigt att man inom förskolan använder handfast pedagogik när barn ska inhämta ny kunskap. Szczepanski är en av dem som starkt förespråkar utomhuspedagogik som en viktig undervisningsform. Anledningen till att han talar sig varm för handlingsinriktat platsrelaterat lärande är att han anser att bara för att man har läst sig till en kunskap betyder inte det att man förstår vad man har lärt sig. Szczepanski menar att det endast är genom att involvera kroppen och sinnen i den autentiska situationen som man verkligen har engagerat

sig, förstått och tagit till sig kunskap (Szczepanski, 2007). Utomhus kan både lek och lärande få samverka för att skapa en meningsfull lärandesituation. Allt som man kan göra inomhus kan man också göra utomhus menar Szczepanski samtidigt som han påpekar att för att undervisningssituationer skall fungera behöver de som är utomhus kunna hålla sig varma, torra och mätta (Claesdotter, 2005). Att många dra sig för att gå ut i ruskväder beror ofta på felaktig klädsel (Löge Haugen & Lysklett, 2006). Klädsel och val av aktivitet är något som är avgörande för hur man upplever vistelsen utomhus. Om man fryser eller är våt får man ingen positiv bild av aktiviteten, man blir distraherad och går miste om mycket av det spännande som finns i skog och mark. Om man väljer rymliga och slitstarka kläder i flera lager ökar möjligheterna för att trivas och kunna uppskatta utevistelsen i naturen (Brügge, 2007a).

Utomhuspedagogik i förskolan

Utomhuspedagogik i förskolan är viktig för att ge barnen möjligheter att lära om världen, samhället och naturen på ett positivt, kreativt och pedagogiskt sätt. I naturen upplever man tydligare de små detaljerna och de stora sammanhangen, det vill säga hur allting hänger ihop. Zettersten och Kvarnbäck (2007) pekar på att friluftsliv är ett verktyg som med fördel kan användas i en pedagogisk verksamhet som förskolan. De flesta av förskolans vardagsaktiviteter kan man med fördel flytta utomhus. Det kan vara samlingen, sagostunden eller någon form av kreativ verksamhet (Granberg, 2004). Leicht Madsen (1999) menar att genom att ge barnen möjligheter att utforska i spännande och varierade miljöer kan vi ge dem olika sinnesupplevelser. Barn lever i nuet och man behöver inte gå långa skogs promenader varje dag för att känna att man har varit aktiv utomhus. Det kan lika gärna röra sig om en dunge, en bäck, en park inne i staden eller något liknande. Det räcker oftast med ett litet område för att barn ska kunna utforska, hitta olika utmaningar och vara aktiva dag efter dag. Genom dessa aktiviteter och de sinnesintryck det skapar utvidgas barnens förståelse av sin omgivning (Leicht Madsen, 1999). Förskolegården är en tillräckligt stimulerande plats för barnen, eftersom det hela tiden finns något att upptäcka för dem. Under årstiderna varierar det som fångar barnens intresse eftersom växter och djur växlar (Granberg, 2000). Barn som leker mycket utomhus utvecklar en känsla för naturen när de ser och kan följa med i förändringarna som sker under årets gång. Ifall vuxna runt barnen fångar tillfällena finns det också många möjligheter för inläring av matematik och svenska samt andra ämnen som vanligtvis inte förknippas med naturvivelser (Björkman, 2005).

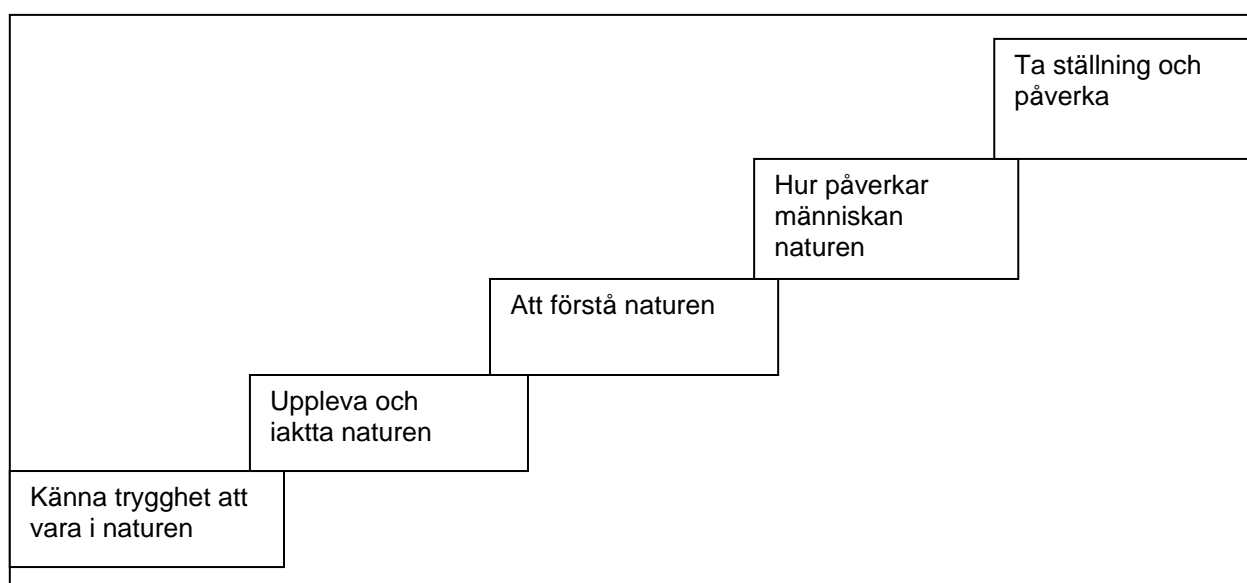
Pedagogens uppgift är att ha klara tankar om vad som behövs för att skapa nya aktiviteter utomhus. Personalen på förskolan måste även ha kunskap för att kunna ge utetiden ett givande innehåll. Det är lika betydelsefullt att planera och dokumentera utomhusaktiviteter som de aktiviteter man har inne (Löge Haugen & Lysklett, 2006). Forskning både i Sverige och i andra länder visar på hur viktigt en väl planerad utegård är för barnen på förskolorna. Claesdotter (2006b) framhåller att det är viktigt att pedagoger arbetar för att utemiljön på förskolan skall vara varierad och pedagogisk. Det finns mycket pedagogerna kan göra själva, som att se till att barnen har rekvisita till sina lekar. Det kan man skapa genom att ha trädstockar, buskar, blommande ofarliga växter och andra saker på utegården. Berry (1999) beskriver hur barnen reagerade på en förändring av utegården, från att ha varit av traditionell utformning ändrats till en kuperad och varierad gård med olika rum för barnen att vara i. De skapade områden med buskar där barnen kunde leka ifred, broar som

barnen kunde gå över, trädstammar att balansera på, en träaltan i olika nivåer med mera – allt för att stimulera barnens fantasi. Barnens lek förändrades i och med detta och pedagogerna såg att barnen uppslukades mer i leken och att de lärde sig flera olika färdigheter. Tidigare hade barnen oftare sprungit runt planlöst, men nu var de mer fokuserade och koncentrerade på den leken de lekte.

Naturförskolor

Naturförskolor dök upp i Sverige först på 1980-talet, vilket var relativt sent jämfört med länder som USA och Storbritannien där verksamheten startades upp redan 80 år tidigare. Orsakerna till denna skillnad kan ha varit många, till exempel har Sverige mycket orörd natur kvar och låg befolkningstäthet samt att vi i många år har haft Allemansrätten. Länder som till exempel USA har aldrig haft Allemansrätt. Den självklara tillgången till naturen som vi har haft förmånen att ha i Sverige har många människor i andra länder inte haft möjligheten till (Hedberg, 2004).

Under början av 1970-talet ordnade Friluftsrådet en utbildning för förskolepersonal som gav dem möjligheten att bli skogsmulleledare. Mulleverksamheten skulle få barn att bli mer miljömedvetna genom att på ett naturligt sätt lära dem att ta hand om miljön och samhället runt dem. Mulle skulle även vara grunden för ett hälsosammare liv. Det som kännetecknade mullepedagogiken var att den genom vistelse och lek i skog skulle lära barnen om naturen på ett inspirerande sätt (Årlemalm-Hagsér, 2008). År 1985 startades I Ur och Skur som är en professionell del i Friluftsrådets verksamhet. I Ur och Skur pedagogiken har vuxit fram ur Friluftsrådets mulleverksamhet för barn. Deras pedagogiska verksamhet är byggd runt friluftsliv, natur och miljö och ska på detta sätt ge barn nyttig kunskap. I Ur och Skur arbetar man efter en framtagen "utvecklingstrappa" (se figur 1), som beskriver hur man på sikt skall kunna bli en miljömedveten person. Trappan visar att man först behöver börja med att lära sig vistas utomhus och känna sig trygg där, för att man senare skall kunna ta till sig allt mer kunskap om naturen (Guter, 2005 & Drouge, 2007).



Figur 1. Utvecklingstrappan – målet är att göra barn mer miljömedvetna.

Den främsta anledningen till upprättandet av naturförskolor var att de skulle lära barnen på förskolan att få en relation till naturen. Den kunskap som barn fick genom utevistelse i naturförskolor kunde inte inhämtas på någon annat sätt (Hedberg, 2004). Att man i förskolan skall använda naturen som ett pedagogiskt verktyg är inget nytt. Det har stått skrivet i förskolans styrdokument i 35 år (Årlemalm-Hagsér, 2008). Det finns idag traditionella förskolor som arbetar med sin utegård för att göra den stimulerande, pedagogisk och lekvänlig för barnen, men naturengagemanget tillhör fortfarande en mindre del av deras verksamhet. Naturförskolor kallas istället förskolor som har natur- och friluftsliv som tydlig profil (Glantz, Grahn & Hedberg, 2007).

Naturens påverkan på människans hälsa

En studie som genomförts av Söderström och Blennow (1998) fokuserade på hur utevistelse påverkade barns hälsa i svenska förskolan. Den visade att barn i en I Ur och Skur förskola hade lägre sjukfrånvaro än de andra undersökta barnen i en traditionell förskola samt att de snabbare kom tillbaka efter sjukdom. Även Grahn m fl (1997) visade i sin studie att förskolebarn som gick i I Ur och Skur hade bättre motorik, bättre koncentrations förmåga och deras lekar var mer fantasifulla än de barn som gick på en traditionell förskola. Bakke och Hoås Moen (2005) fann emellertid inte någon tydlig skillnad i sjukfrånvaro mellan natur- och friluftsbarnhager och andra barnhager när de studerade 39 norska barnhager (förskolor). Detta trots att naturförskolorna hade mycket fler antal timmar utevistelse än de traditionella. Däremot såg de att de barn som vistades på natur- och friluftsbarnhager snabbare kom tillbaka efter sjukdom. Likaså såg de att de barn som vistades på barnhage få dagar under veckorna hade fler sjukdagar än de barn som var där ofta.

Genom friluftsliv skapas naturliga förutsättningar för fysisk rörelse på ett avslappnat och otvunget sätt. I motsatts till nutidens resultatineriktade sporter i organiserad form är friluftsliv och vistelse i naturen en prestationsfri och spännande rörelseform. I naturen är det upplevelsena som är i centrum och inte de fysiska rörelserna (Quennerstedt, Öhman & Öhman, 2007). Det naturliga ljuset, luften och terrängen utomhus ger positiva fysiska effekter så som bättre muskulatur, ökad smidighet och bättre sömn. Forskning har visat att personer som har fysiska besvär av olika slag, till exempel stressymptom och koncentrationssvårigheter, blir hjälpta av att vistas i naturen och många får ett friskare liv (Norling, 2001). Även hos barn som leker i naturen är stressnivån lägre, vilket troligtvis beror på rikedomerna på material i skogen som minskar risken för de konfliktsituationer som annars lätt uppkommer inomhus (Johnsson, 2008). Barn som vistas utomhus mycket och regelbundet har visat sig bygga upp ett bättre immunförsvar och är därför bättre skyddad mot sjukdomar och förkylningar. De flesta människor upplever sig inspirerade, pigga och glada när de vistas i utomhus. Alla sinnen stimuleras och ljuden i naturen får oss att slappna av i motsatts till många av de ljud som finns i städerna. De sociala relationerna påverkas i sin tur positivt av alla dessa faktorer (Trygg Hansa, 2008).

Utomhusvistelse i naturmiljö inbjuder till rörelse och ger barn många möjligheter till att lära med hela kroppen. Rörelserna kommer automatiskt för små barn och ger barnet mycket motorisk träning och många nya erfarenheter. Barn vill röra sig och det är på det sättet de lär sig. Muskler tränas, rörelser finslipas och kontrolleras, vilket på sikt leder till färdigheter på många plan. Färdigheter som behövs i många

situationer i barnets vardag, som ligger till grund för deras fysiska utveckling och som blir mer avancerade ju äldre barnet blir. Rörelse är därför på många sätt viktigt för barn och bör uppmuntras genom inspirerande lekmiljöer (Wallström, 1992 & Björkman, 2005).

Människor som ofta vistas i naturen uttrycker att de får ett mentalt lugn av utevistelsen och att de upplever en kontakt med naturen. Detta tillstånd av harmoni och kraft på samma gång, är ofta svårt att förklara i ord. Det är något som måste upplevas för att kunna förstås (Zettersten & Kvarnäck, 2007). När man frågar enskilda människor om vad de tycker är viktigast för dem för att upprätthålla god hälsa får man många olika svar (Quennerstedt, Öhman & Öhman, 2007). Att ha god hälsa innefattar inte bara den fysiska hälsan, utan att hela individens tillvaro fungerar socialt, psykiskt och fysiskt (Nationalencyklopedin, 2008a & Szczepanski, 2007). Man har inte hittat klara orsaker till varför friluftsliv påverkar människors mentala hälsa positivt, men eftersom människans ursprung är från naturen tyder mycket på att det finns biologiska förklaringar. Alla människor har olika erfarenheter av friluftsliv. Detta präglar individens upplevelser i naturen, det vill säga hur man tar tillvara och uppfattar sina besök där. En tidig negativ upplevelse kan påverka senare naturvistelser så att de inte blir lika positiva ur ett hälsoperspektiv som för en person som har tidiga positiva erfarenheter (Quennerstedt, Öhman & Öhman, 2007). Alla personer har sitt eget förhållningssätt till naturen. Många människor känner att naturen är viktig för att uppleva sammanhang och mening i livet. (Leicht Madsen, 1999).

Allergisjukdomar, diabetes, fetma och psykisk ohälsa är påtagliga hälsoproblem för barn idag enligt Miljöhälsorapport 2005. Rapporten menar att dessa problem ser ut att öka i framtiden (Socialstyrelsen, 2005). Det finns naturligtvis många orsaker till att dessa problem har uppkommit, men de flesta av dem skulle kunna lindras genom fler inslag av friluftsliv i barns vardag (Norling, 2001 & Wallström, 1992 & Quennerstedt, Öhman & Öhman, 2007).

Lekens betydelse för barns lärande

Leken är barns viktigaste sysselsättning och har en mycket stor del i deras utveckling. Den bidrar till delaktighet och deltagande och alla barn har rätt till att få leka (Brodin & Lindstrand, 2008). Det är genom leken barnen skapar förståelse, tolkar och finner kunskap om världen omkring dem (Grahn m fl 1997). Barn kopplar samman fantasi och verkligheten på ett kreativt sätt när de leker och genom att göra detta blir verkligheten runt dem mer begriplig (Granberg, 2000). Löfdahl (2004) pekar på att leken ända sedan 1930-talet har haft en hög status inom förskolan. I förskolans läroplan betonar man att förskolan medvetet skall använda leken för att uppmuntra barns lärande och utveckling. Pedagogerna skall inspirera och visa på nya aktiviteter samtidigt som de skall se till att barnen känner sig trygga på förskolan (Lpfö 98, 1998).

Den fria leken utomhus i skog och mark påverkar barn positivt på många sätt. Barnen får utlopp för sina tankar och de utvecklar sin fantasi. I samspel med andra barn lär de sig många sociala regler (Johnsson, 2008). Även Knutsdotter Olofsson (2003) belyser att barn som är duktiga på att leka har övat upp många sociala färdigheter så som turtagande, samförstånd och ömsesidighet. Motsatser till dessa

färdigheter är sådant som stör leken och barnet får direkt känna av de negativa effekterna av dem i och med att leken då avbryts. På så sätt lär sig barn att ta hänsyn istället för att vara maktlystna (Knutsdotter Olofsson, 2003). Mårtensson (2004) och Ericsson (2003) pekar på att naturmiljö uppmuntrar till samarbete och turtagning, snarare än till att jämföra sig med varandra och känna konkurrens. Detta verkar bero på att barnen prioriterar aktiviteterna, umgänget och att det finns mycket material som barnen kan använda i sina lekar. Johnsson (2008) lyfter fram att barnens hjärnfunktioner förbättras när de får använda sig av naturens alla möjligheter och försvinna in i lekens värld. Även Knutsdotter Olofsson (2003) menar att lek och kreativitet är bra för utvecklingen av hjärnan, speciellt hjärnbarken som förändras mycket under barnets första sex år.

Barn som leker tillsammans förbättrar både det sociala och det kognitiva (Löfdahl, 2004 & Lillemyr, 1990). Vid god kognitiv utveckling har man lärt sig att värdera intryck på många olika sätt, vilket gör att man snabbare uppfattar, tolkar och förstår olika situationer och därmed får lättare att agera på nya intryck (Nationalencyklopedin, 2008b). Med andra ord, hur en person ser på sin omvärld baseras på de upplevelser individen tidigare haft. Under livets gång läggs ny kunskap till och personen hanterar nya situationer utifrån det. Piaget (1895-1980) var starkt engagerad i kognitiv utvecklingspsykologi (Lillemyr, 1990). Då barn leker ger de objekt runt sig annan mening och en sopborste kan därför bli en häst att rida på och så vidare. Detta sätt att låtsas att saker och personer bli annat än vad de egentligen är, är en produkt av fantasi och när barn leker använder de sin fantasi hela tiden (Knutsdotter Olofsson, 2003). Vygotskijs uppfattning var att barn som har fått och bär med sig en god verklighetsuppfattning oftast har lättare att plocka fram och använda sin fantasi. Han menade också att fantasin som barn skapar i sina lekar, är ett sätt för dem att tolka och förstå sina egna reaktioner och erfarenheter (Löfdahl, 2004).

Rörelse i lek utomhus

Utomhusaktiviteter innebär att barnen rör på sig mycket och att vara fysisk aktiv är positivt på många sätt. Små barn springer, hoppar, ålar sig fram på marken, klättrar och klänger i träd och balanserar på stockar. Barns ständiga rörelse gör att de tränar och utvecklar sin motoriska förmåga (Granberg, 2000). Fysisk rörelse är en stor del av leken och kräver att barnet kan behärska sin motorik. När barnet rör sig och lär sig kontrollera sin egen kropp får de tilltro till sin egen kapacitet (Grindberg & Langlo Jagtöien, 2000). En förskola med en utegård som är lekvänlig och varierad med skogsdungar, kullar, slänter, kullfallna träd etcetera inspirerar till lek och fysisk aktivitet. Gungor och andra tillrättalagda miljöer är viktiga som komplement till den naturliga miljön på förskolan. Mårtensson (2004) såg i sin studie av förskolebarn bland annat att när de gungar skapas en rörelse som gör att barn ofta sjunger, pratar och skrattar samtidigt under aktivitetens gång.

Flera studier visar att det är viktigt att ge barn många möjligheter till fysisk rörelse och lek. Mårtensson (2004) såg i sin studie av barns utomhuslekar att man tydligt kunde urskilja två dominerande lekvarianter. I den ena varianten använder sig barnen av sina sinnen, det vill säga syn, lukt, smak med mera. I dessa lekar tar de in olika intryck från förskolegårdens miljö. Den andra typen av lek involverar rörelse på olika sätt samt aktiviteter där de visar sina känslor och tankar. Barnen springer, klättra, hoppar och jagar varandra i vilda lekar samt ger uttryck för fantasin i mer

lugna lekar (Mårtensson, 2004). I sin norska studie visade Berg (2005) att barn i natur- och friluftsbarnhagen uppvisade bättre grovmotorik jämfört med jämnåriga barn i vanliga barnhagen. Orsaken till att de har bra grovmotorik tros vara att de rör sig i kuperad terräng och att aktiviteterna de har i naturen ger dem regelbunden motorisk träning. Däremot såg de ingen skillnad när det gäller finmotoriken. Även Ericsson (2003) har genom observationer av barn i skolans tidigare år konstaterat att de motoriska färdigheterna ökade avsevärt om barnet fick utökad tid för fysisk aktivitet. I studien jämfördes under tre års tid två grupper, varav den ena gruppen fick extra mycket mer tid för fysisk aktivitet än den andra gruppen. Den utökade fysiska aktiviteten innefattade fler idrottslektioner, individuell hjälp för de barn som hade särskilda behov av mer träning samt rörelser i mindre grupper. Barnen i den grupp som fick röra på sig mer fick betydlig bättre grovmotorik, koordination och balansförmåga. Likaså visade det sig att lärarna uppfattade dessa barn som mer koncentrerade, fokuserade och uppmärksamma under lektionstid än de barn som hade mindre mängd fysisk aktivitet (Ericsson, 2003).

Utomhusmiljöer

Lekens möjligheter är extra stora utomhus och där finns det större ytor att röra sig på. Likaså skapar utemiljön på ett naturligt sätt olika rum som barnen får möjlighet att använda i sina lekar (Claesdotter, 2006a). Utomhusmiljöer ger barn möjlighet att på ett kreativt sätt undersöka omgivningen, finna utmaningar och pröva sina förmågor utifrån sin egen utvecklingsnivå (Brodin & Lindstrand, 2008). Söderström, Mårtensson, Grahn och Blennow (2004) gjorde tillsammans en enkätundersökning i Stockolmsområdet för att ta reda på vad förskolelärare hade för syn på utevistelsen. Den bekräftade att barns utomhuslek är mer kreativ och hade mindre inslag av konflikter jämfört med lekar inomhus. Pedagogerna uppfattade även att barnen var lugnare och gladare om de var mycket ute. Studien visade likaså att de förskolor som arbetade med utomhuspedagogik var ute längre under hela året, förutom vid vackert sommarväder då alla förskolor var ute lika mycket. De förskolor som inte hade utomhuspedagogik som inriktning men som hade en välplanerad gård med till exempel en skogsdunge, var ute längre med barnen när vädret var bra jämfört med de traditionella förskolor som saknade en kuperad gård (Söderström m fl, 2004).

Miljön ute varierar under årets gång och det finns hela tiden olika material för barn att använda. Barn kan i naturen själva hitta den rekvisita som behövs till den aktivitet som de för tillfället håller på med (Drougge, 2007). Enligt Fröbel är tillgången på material i leken viktig eftersom det är med hjälp av det som barn uttrycker sig. Variationen på material som finns i och runt leken kan vara avgörande för hur fantasifull leken blir (Wallström, 1992). När barn använder olika material som finns utomhus till exempel lera, vatten, snö och sand så lär de sig att förstå verkligheten som finns runt dem. De bearbetar på så sätt upplevelser och upptäckter (Knutsdotter Olofsson, 1987). Barn bryr sig inte om vad de är för leksak det leker med och det finns egentligen inget som säger att barn lär genom en specifik leksak. I stället är det barnets fantasi och föreställningsvärld som styr vad leksaken kommer att användas till i leken. Utomhus finns det mycket som lockar till lek och naturen har tillräckligt material för att tillgodose barnens olika behov (Granberg, 2004). Material i olika former och storlekar gör även att barn inspireras till att vilja göra olika kategoriseringar (stor, liten, rund och fyrkantig mm). Att lära sig kategorisera sitt material är grunden

för matematiken och lek med olika material är en förutsättning för kognitiv utveckling (Knutsson Olofsson, 1987).

Pedagogers roll i barns lek

Granberg (2000) anser att deltagande vuxna är ett måste för att se det barnen ser. Den vuxne måste vara lekberedd och kunna leka tillsammans med barnen och använda sig av samma material som de gör. När den vuxne visar intresse för barnens aktiviteter är de bra förebilder samtidigt som de uppmuntrar till lek. Småbarn är i behov av vuxna som kan "låtsas-smaka" på deras sandkladdkakor och som kan trösta ett ledset gosedjur. När den vuxne är närvarande kan de ge barnen bekräftelse och stöd för att på så sätt förstärka deras förmågor. När den vuxne svarar och bekräftar barnet så stärks deras självförtroende (Granberg, 2000).

Pedagoger inom förskolans verksamhet kan följa barns utveckling genom att observera dem när de leker. Det är ett bra sätt för de vuxna att lära om barnen för att kunna stötta och inspirera dem. Pedagoger och andra vuxna kan hjälpa barn att leka bra ihop. Lek i trygg omgivning tillåter barnen att uttrycka och lära sig förstå sina känslor (Löfdahl, 2004 & Lillemyr, 1990). Barn behöver få en variation av fri lek, vuxenledda lekar och andra aktiviteter utomhus för att de skall ha möjlighet att ta till sig nya intryck i sin egen takt. Den fria leken har för det mesta en framträdande roll i uteleken och så länge barn är aktiva och engagerade finns ingen anledning att bryta deras lek (Löge Haugen & Lysklett, 2006).

Metod

Metodval

Vi valde att belysa vårt ämne från tre olika håll och det var genom att intervjua barn, samla in enkätsvar från pedagoger och studera närvarostatistik. Avsikten med detta var att på bästa sätt kunna svara mot syftet i studie. Denscombe (2000) anser att det är bra att kombinera flera olika metoder, det vill säga använda sig av metodtriangulering, när man genomför en studie. Detta gör att man kan få flera olika infallsvinklar på samma ämne. Genom att vi använt tre olika metoder har vi kunnat styrka den fakta vi fick fram och vi anser därför att validiteten är hög i vår studie. Orsaken till att vi valde att dela ut enkäter till pedagogerna var för att få deras åsikter om utevistelse och på så sätt kunna få in mer fakta i de frågor som är svåra för barnen att besvara. Närvarostatistiken från förskolorna gav oss ytterliggare en dimension, nämligen genom att visa på hälsoaspekterna av utevistelse.

Lökken och Söbstad (1995) liksom Kvale (1997) menar att man med fördel kan kombinera en kvalitativ och en kvantitativ metod ifall det gynnar ens syfte och ger svar på studiens frågeställningar. Ärlemalm-Hagsér (2008) pekar på att ett viktigt perspektiv för att vi ska kunna utveckla kunskap inom förskolans verksamhet är att ta reda på vad barn har för tankar och åsikter om att vara i förskolan. Barnens svar kan ge dem som arbetar inom förskolan ökad förståelse för barns lärande. Samma gäller för de som forskar inom området. Vi anser därför att barnens åsikter är viktiga att föra fram och ta del av eftersom barnen är grunden i förskolans verksamhet.

Urval

Studien omfattade sju avdelningar på sex traditionella förskolor och tre avdelningar på tre naturförskolor (varav en var en I Ur och Skur förskola) fördelade på tre orter. Valet av undersökningsplatser gjordes med hjälp av det som Trost (2007) kallar ett bekvämlighetsurval, det vill säga genom att välja de förskolor som låg bra till och var möjliga att åka kollektivt till. Som ett första steg kontaktade vi de intressanta förskolorna och frågade om de kunde ta emot oss, vilket samtliga av dem hade möjlighet till. Vi var också i kontakt med rektorerna på de olika förskolorna. På varje förskoleavdelning fick pedagogerna välja ut fem barn som de kände var lämpliga för oss att intervjua. Vilka barn som sedan deltog i studien berodde på om barnets föräldrar gav samtycke eller inte till deltagande i undersökningen. Enkäterna delades ut till de pedagoger som närvarade på avdelningen vid vårt besök – därför blev även detta ett bekvämlighetsurval. I samband med besöken bad vi att få ta del av närvarostatistiken för de två utvalda veckorna. Vissa avdelningar hade listorna på förskolan medan andra hänvisade till administratörer dit statistiken hade skickats.

Barnintervjuer

I studien valde vi att intervjua de äldre barnen i förskolan om deras syn på utevistelse. Eftersom vi inte hade träffat barnen innan intervjuerna så kändes det naturligt att be pedagogerna att välja ut fem av de äldsta barnen på sin avdelning, några pojkar och några flickor. Vi lämnade över missivbrev (se bilaga 1) som pedagogerna delade ut till föräldrarna till de barn som tillfrågades. I missivbrevet fanns information för att ge föräldrarna en klar bild över vad det var för undersökning som skulle genomföras. Besöken på förskolorna resulterade i totalt 40 stycken barnintervjuer på 10 olika avdelningar. Det var 26 barn från traditionella förskolor och 14 barn från naturförskolor. De intervjuade barnen var mellan fyra och sex år gamla. De äldre barnen var lämpligast att intervjua, eftersom vi ansåg att de hade lättare för att uttrycka sig och oftast har ett större ordförråd än de yngre barnen på förskolan.

Innan vi skrev frågorna till barnintervjuerna satte vi oss in i litteratur om intervjuteknik. Vi hittade information om vad man bör tänka på vid intervjuer med barn i förskoleåldern. I formuleringen av frågorna i intervjumallen (se bilaga 2) reflekterade vi kring hur vi skulle lägga upp frågorna så att barnen skulle känna sig trygga och bekräftade. För att barnen skulle bli motiverade att svara uttömmande och för att undvika ledande frågor valde vi att börja många av frågorna med ordet "berätta...". Likaså valde vi att i slutet av intervjun fråga barnet om hon/han hade något mer att berätta om. Detta för att ge barnet ett bra avslut på intervjun. Till sist ville vi bekräfta barnet genom att tacka honom/henne för deltagandet (Jonstoj & Tolgraven, 1995).

När intervjuerna ägde rum valde vi att intervjua varje barn enskilt. Att det under samtalet var en intervjuare och ett barn upplevde vi var en fördel, eftersom de flesta av barnen inte hade träffat oss innan intervjun. Denscombe (2000) menar att intervjuer inte är något enkelt alternativ utan det krävs att man har planerat väl innan intervjun skall genomföras. För att barnen skulle känna sig avslappnade under intervjun var vi noggranna med att välja en plats som var lugn och trygg (Jonstoj & Tolgraven, 1995). Därför valde vi ett rum barnen varit i tidigare eller en annan lugn

vrå. Vi möblerade rummet så att barnet satt vid sidan eller mitt emot den som intervjuade. Vi var också noggranna med att ta bort störande föremål till exempel leksaker och annat material, för att inte barnet skulle bli distraherade av dem under samtalsgången.

Under intervjuerna använde vi oss av en bandspelare för att dokumentera barnens svar. Att använda sig av ljudupptagning är ett bra sätt för att kunna få med allt som sägs under en intervju. Nackdelen är dock att man inte kan få med det som sägs via kroppsspråket (Denscombe, 2000). Vi valde ändå att inte sitta och göra anteckningar under tiden barnen pratade eftersom vi kände att det skulle bli ett störande moment för barnen. Denscombe (2000) menar att en bandspelare kan vara tillräckligt störande för den som intervjuas. Jonstoj och Tolgraven (1995) anser att barn som skall intervjuas har rätt att få veta i förväg vad inspelningen skall användas till, de bör också få veta lite om det ämne som man skall prata om och syftet med intervjun. Detta bör man göra så att barnet inte redan innan intervjun skall tappa intresset. Vi började därför med att innan intervjun berätta för barnet vilka vi var och varför vi ville ställa våra frågor. Dessutom berättade vi för varje barn att vi skulle spela in samtalet. Ibland fick barnet lyssna på inspelningen, fast först efteråt för att undvika att barnets fokus skulle bli på inspelningen istället för på samtalet. Vid intervjun ställde vi tio frågor (se bilaga 2) till barnen som handlade om utevistelse och lek ute på förskolan, samt följdfrågor som anpassades efter det som barnen svarade. Intervjuernas tid varierade mellan 10-20 minuter beroende på hur utförligt barnet svarade på frågorna. Barn orkar inte koncentrera sig eller sitta stilla allt för länge. Det är därför viktigt att man har valt ett ämne som inte är allt för omfattande (Jonstoj & Tolgraven, 1995).

Enkäter till pedagoger

För att vi skulle få en så bra bild som möjligt av hur varje förskolas utevistelse var och för att komplettera barnens berättelser delade vi ut enkäter till pedagogerna (se bilaga 4). Enkäterna användes för att ta reda på hur mycket tid pedagogerna var ute med sin barngrupp, hur de upplevde utevistelsen och hur de tyckte den påverkade barnen. När vi besökte förskolorna för att lämna missivbrev inför barnintervjun lämnade vi även ett missivbrev till pedagogerna (se bilaga 3). I brevet fanns information för att ge dem en bra överblick om vad det var för undersökning som skulle genomföras. När vi besökte respektive förskola för att intervjua barnen, tog vi även med oss enkäterna till pedagogerna. En enkät lämnades ut till alla de pedagoger som arbetade då besöket ägde rum - oavsett kön, ålder eller utbildning. De fick fylla i enkäten under tiden vi intervjuade barnen på avdelningen. Vi valde detta sätt på grund av att det är vanligt att det brukar bli ett stort bortfall när man skickar ut enkäter och ber informanterna att skicka tillbaka dem (Lökken & Söbstad, 1995). Det var 29 pedagoger som svarade på enkäten. Av de som fyllde i enkäten var 21 pedagoger från traditionella förskolor och 8 pedagoger från naturförskolor. Frågorna i enkäten (se bilaga 4) var utformade som om det vore en enklare intervju, eftersom vi vill att pedagogernas svar skulle få samma kvalitativa tyngd som barnens svar i intervjuerna. Enkäten bestod av öppna svarsalternativ och började med tre bakgrundsfrågor, därefter fyra djupare frågor, för att sedan avslutas med möjligheten att ge övriga synpunkter. Genom att ha öppna frågor låter man informanten själv välja vad de vill svara och med vilka ord de vill formulera sitt svar. Fördelen är också att man får en bättre och tydligare inblick i vad den som svarar har för åsikter och uppfattningar om det man frågar (Denscombe, 2000).

Närvarostatistik

Vi kompletterade vårt kvalitativa intervju- och enkätmaterial med statistik över barnens närvaro i syfte att styrka vår hypotes om att barn på naturförskolor var friskare jämfört med barn på traditionell förskola. Vi valde att samla in närvarolistor för två veckor per avdelning, en vecka på vintern (v.4) och en på sensommaren (v.38). Vi frågade pedagogerna om de kunde lämna ut närvarolistor till oss och de flesta kunde ge oss informationen direkt på avdelningen. Andra lämnade över sina statistikuppgifter till administrativ personal för vidare hantering och dem fick vi i de fallen kontakta för att få tillgång till närvarostatistiken. I samtliga fall betonade vi att vi endast var intresserad av den totala närvaron och bad därför pedagogerna att ta bort barnens namn från listorna. På så sätt blev statistiken avidentifierad. Genom att titta på hur många barn som var sjuka varje dag under dessa två veckor, kunde vi se om det fanns någon skillnad i barnens närvaro mellan de olika förskolorna.

Etiska aspekter

Det har varit viktigt för oss att tänka på de etiska aspekterna i vår studie och vi har utgått från de Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning som Vetenskapsrådet (2002) givit ut. Här nedanför, inom parenteser, redovisas vilka krav vi anser oss ha uppfyllt i vår studie (Vetenskapsrådet, 2002).

Innan barnintervjuerna genomfördes tillfrågades föräldrarna till aktuella barn ifall de godkände att vi intervjuade deras barn. Detta skedde genom ett missivbrev (se bilaga 1), där föräldrarna fick skriva under och godkänna intervjun (samtyckeskravet). De barn vars föräldrar nekade till att deras barn skulle få delta i vår studie intervjuades naturligtvis inte. I brevet som vi delade ut till föräldrarna innan barnintervjuerna berättade vi om studiens syfte (informationskravet) och vi var noggranna med att upplysa om att det material som vi avsåg att samla in skulle avidentifieras och behandlas konfidentiellt (konfidentialitetskravet). Dessutom innehöll missivbrevet kontaktuppgifter till oss ifall föräldrarna hade några frågor. Intervjumaterialet som samlades in i form av bandade kassetter och som skrevs ut i datautskrift har endast hanterats av oss som utfört studien och så kommer det att förbli (nyttjandekravet). När barnintervjuerna skrevs ner ändrades alla namn som förekommit i intervjuerna. Citat som använts i resultatet har även de avidentifierats. Förskolornas namn har inte uppgivits i någon av delstudierna (barnintervjuerna, enkäterna och närvarostatistiken), utan de har betecknats med nummer eller med det datum som vi besökte förskolan. Detta gjordes så att endast vi som utfört studien skulle veta vilka förskolor som varit delaktiga. Som Vetenskapsrådet (2002) förordar har vi också upplyst våra informanter om att de efter begäran kan ta del av den färdiga uppsatsen (rekommendation 2).

Kavle (1997) menar att personer som ingår i en studie skall bli informerade om att deras personuppgifter inte kommer att nämnas och att man kommer att förändra namn och andra uppgifter i det skriftliga materialet så att det inte går att ta reda på vem eller vilka som har deltagit i studien. Detta menar även Denscombe (2000) är viktigt att tänka på i ett tidigt stadium så att personerna verkligen förblir anonyma.

Databearbetning och analys

Vårt kvalitativa material analyserade vi genom att använda den fenomenologiska metoden, det vill säga att lyssna av och skriva ner intervjuerna ordagrant och fånga informanternas livsvärld så detaljerat som möjligt. Informanternas livsvärld var i detta fall barnens tankar om utevistelse på förskolan och deras aktiviteter där. Intervjuerna skrevs ner allt eftersom barnintervjuerna genomfördes. När vi hade alla intervjuerna nertecknade lyssna vi igenom alla intervjuerna igen för att vara säkra på att vi inte hade missat något av det som sagts. Därefter tolkade och kategoriserade vi intervjumaterialet. Genom att titta på varje fråga var för sig och på varje barns svar skapade vi olika kategorier som vi sedan utgick ifrån under analysen. Till exempel såg vi kategorierna konstruktionsleksaker, organiserade lekar och fantasilekar när vi frågade barnen vad de lekte för något utomhus.

Vi analyserade de utskrivna intervjuerna genom att använda den hermeneutiska metoden. Genom att alternera mellan att se detaljerna till att se helheten fick vi många nya infallsvinklar till materialet (Kavle, 1997). I resultatdelen har vi tagit med citat från barnintervjuerna, men trots att vi belyst många barns berättelser har vi inte haft möjlighet att ta med citat från alla barn som deltog i studien utan valde ut de som vi tyckte var mest lämpliga att belysa. När vi valde ut citaten tog vi hänsyn till om det var många barn som hade svarat likadant eller om svaret var mycket intressant utifrån vårt syfte. För att få en så hög trovärdighet som möjligt har vi tänkt på att ha balans mellan citat och egen text i resultatdelen.

När vi analyserade enkäterna tittade vi först på helheten av varje enkät för att få en bra förståelse för vad den som svarade menade med sina svar. Därefter tittade vi på varje fråga var för sig för att genom pedagogernas svar göra olika kategoriseringar. Kategorierna var bland annat årstidsberoende, nöjda och vill vara ute mer. Vi analyserade alltså även detta material genom att använda den hermeneutiska metoden (Kavle, 1997). Även när det gällde enkäterna har vi tagit med citat från pedagogerna eftersom enkäterna hade öppna svars alternativ.

Genom dessa tillvägagångssätt kände vi att vi på ett bra sätt hade satt oss in i både intervju- och enkätaterialet, och att vi på så sätt fick fram en så rättvis bild som möjligt av barnens och pedagogernas uppfattningar om utevistelse på förskolan.

När vi analyserade närvarolistorna gick vi igenom varje förskolas lista var för sig. Detta gjorde vi för att kunna se hur många barn som var borta under respektive vecka och hur många barn det var som var sjuka på de olika förskolorna. För att vi skulle kunna se om det fanns någon signifikant skillnad i sjukfrånvaron mellan de traditionella förskolorna och naturförskolorna använde vi våra värden från databearbetningen i ett oberoende t-test i programmet SPSS 16.0. Eftersom vårt material var asymmetriskt valde vi att ta fram värdena i procent, dvs antal sjuka barn i procent av totala antalet barn under respektive vecka på förskolorna, och därför gjordes senare en arcsinus transformering för att erhålla normalfördelade värden. De omformade värdena för de två grupperna (förskoletyperna) hade då inte lika varians (Levenes test). Då prövades hypotesen att de två förskoletyperna hade samma medelproportion sjuka barn under antagandet att variansen inte var lika. Denscombe (2000) menar att signifikanstest underlättar för den som forskar genom att testet

tydligt kan visa på om materialet är trovärdigt och pekar i den riktningen som forskaren förväntade sig.

Statistiken innefattade närvarolistor där varje barn som var frånvarande på grund av sjukdom räknades. När vi bearbetade listorna arbetade vi med det numeriska materialet. Statistiken bevaras oförändrad hos förskolornas arbetsgivare. Därför kan någon annan få fram samma resultat om studien skulle göras om, vilket tyder på att tillförlitligheten (reliabiliteten) är hög. Studien har visat att signifikansnivån för vinterveckan var låg (0,010) och därför anser vi att giltigheten (validiteten) är hög (Troost, 2007).

Några få barn ville inte bli intervjuade när vi var på förskolan trots att deras föräldrar gett sitt godkännande. Två föräldrar svarade att de inte ville att deras barn skulle delta i studien. Några barn var sjuka eller lediga den dagen vi besökte förskolan. Dessutom var det två barn som vi intervjuade, men som var mycket tysta och nästan inte svarade alls. Detta gjorde att vi fick ett totalt bortfall på 10 barn i vår studie. Då det gäller enkäterna fick vi inte något bortfall eftersom vi delade ut enkäterna på plats och de pedagoger som var där den dagen svarade.

Resultat

Något som tydligt skiljde förskolorna åt var att barnen på de traditionella förskolorna hade tillgång till cyklar, gungor och rutschkanor medan barnen på naturförskolorna i de flesta fall inte hade tillgång till detta material. Samtliga naturförskolor vi besökte hade vare sig cyklar eller rutschkanor. Dessutom gick en av naturförskolorna regelbundet till olika kommunala lekplatser i området och barnen fick på det sätt tillgång till bland annat gungor och sandlådor. Detta faktum gjorde att barnen på naturförskolorna pratade om andra aktiviteter i sina berättelser.

I de besvarade enkäterna framgick att åldersspannet på pedagogerna varierade från 21 år till 61 år. Av de 29 tillfrågade informanterna var 19 förskolelärare, 3 barnskötare, 2 fritidspedagoger och resterande hade annan form av utbildning. Pedagogernas barngrupper varierade mellan 15 och 22 stycken barn. Trots att pedagogerna var både kvinnor och män har vi i vår redovisning nedan bestämt oss för att använda ordet "hon" för att inte utelämna någon och för att göra det enkelt att läsa. För att tydliggöra resultatet har vi i samband med citaten för både barn och pedagoger valt att uppge förkortningen (TF) för traditionell förskola och (NF) för naturförskola.

Utevistelsens omfattning på förskolorna

En av de första sakerna vi frågade barnen var ifall de brukade vara ute på förskolan. Alla barnen svarade att de brukar vara utomhus dagligen. Det framgick av barnens berättelser att omfattningen varierade. Många av barnen sade att mängden utevistelse berodde på vädret och om de hade lämpliga kläder på förskolan för att gå ut. Barnen berättade på olika sätt om sina upplevelser av att vara ute. Stefan sade att på hans förskola var de nästan alltid ute, enda undantaget var om det var riktigt dåligt väder och om barnen saknade rätt kläder för att vara ute. Frida berättade att de på hennes förskola var ute mycket, speciellt vid fint väder.

Stefan 5,5 år (NF):

Ja. Ofta.

När det ösregnar och vi inte har regnkläder. Eller om det är svinkallt.

Frida 5 år (TF):

Ja. När det är sol i alla fall.

Samtliga förskolor svarade att de var utomhus mycket mer under sommarhalvåret än under vinterhalvåret. Naturförskolorna var dessutom ute markant mer under hela året än de andra förskolorna. De flesta naturförskolor uppgav att de var ute cirka 30 till 35 timmar i veckan under vinterhalvåret, medan de andra förskolorna i genomsnitt var ute 15 timmar i veckan under vinterhalvåret.

Majoriteten av pedagogerna på traditionell förskola uppgav att det var årstiderna och vädret som avgjorde hur mycket de var utomhus. Några av förskolorna åt för det mesta mellanmål utomhus och en pedagog berättade att det skulle de göra i ännu större omfattning om de hade bättre förutsättningar. En annan pedagog menade att under vinterhalvåret påverkade mörkret att de var utomhus i mindre omfattning, medan de under sommarhalvåret var ute även på eftermiddagen.

Pedagog (TF):

Ja, det varierar beroende på årstid och väderlek. Vi äter mellanmål utomhus de flesta dagarna om det inte är någon nederbörd för vi saknar tak utomhus.

Pedagog (TF):

Under vår, sommar och tidig höst är vi ute även på eftermiddagen efter mellanmål. På vintern är det mörkret som gör att vi stannar inne.

En fjärdedel av alla pedagoger uppgav att de nästan alltid var ute, utom vid extrema väderförhållanden. Det var endast en pedagog, på traditionell förskola, som uppgav att riktigt dåligt väder påverkar. Samtliga pedagoger på naturförskolorna berättade att det bara var extremt dåligt väder som avhöll dem från att vara utomhus med barnen. En pedagog på en av naturförskolorna berättade att de hade tillgång till ett militärtält, vilket gjorde att barnen kunde värma sig i det när de blev kalla. En annan pedagog sade att de valde att anpassa tidpunkten de går ut för att avvärja den värsta kylan, detta på grund av att de alltid åt sin lunch utomhus. En pedagog uppgav att de var utomhus dagligen med barnen året runt. Hon sade också att under hela sommarhalvåret har de nästan alltid mellanmål och lunch utomhus, medan under vinterhalvåret var det temperaturen som avgjorde om de kunde äta ute.

Pedagog (TF):

Vi är ute så mycket som möjligt. Endast riktigt busväder håller oss inne.

Pedagog (NF):

Vår, sommar, höst är vi i stort sett alltid ute. På vintern är vi inne vid storm eller liknande. Vi har ett militärtält som vi eldar i ibland om det är kallt som barnen kan värma sig i.

Pedagog (NF):

Om det är väldigt många minusgrader går vi ut lite senare för att inte bli så genomkalla innan maten som vi sitter ute och äter i alla väder, året runt.

Pedagog (NF):

Vintertid är vi ute ett par timmar. På förmiddagen och likadant på eftermiddagen. Ju varmare det blir desto mer är vi ute. Oftast äter vi mellanmål ute. Den varma årstiden äter vi även lunch ute ett par gånger i veckan.

Pedagogernas åsikter om mängden utevistelse

I vår enkät till pedagogerna hade vi två frågor som vi i efterhand insåg var snarlika varandra. I den ena frågan undrade vi om pedagogerna var nöjda med antalet timmar utomhus på förskolan och i den andra frågan ville vi veta om de önskade vara mer eller mindre ute med barnen (se bilaga 4). Pedagogerna svarade nästan likadant på dessa två frågor och vi har därför valt att redovisa dem tillsammans här nedan. Nästan alla pedagoger var nöjda med mängden utevistelse, endast två var inte nöjda. Några av dem som var nöjda uppgav att de gärna kunde tänka sig att vara ute mer. Dessutom fanns det pedagoger som angav att de var nöjda under de förutsättningar som fanns på förskolan, men om dessa förutsättningar hade ändrats skulle de vilja vara ute längre tid med barnen.

De informanter som var nöjda utvecklade inte detta svar och därför förekommer inga citat från dessa pedagoger i resultatdelen. Några få pedagoger på traditionell förskola önskade vara ute mer med barnen. En pedagog uppgav att om förskolan hade haft tillgång till någon form av skydd mot regn och vind, skulle de kunnat vara ute även när de åt. På en annan pedagogs förskola samarbetade avdelningarna under eftermiddagarna och passade tillsammans barnen. Trots att pedagogen ville vara utomhus mer, verkade detta ibland hindras på grund av att det var för få pedagoger.

Pedagog (TF):

Ja, men kan tänka mig fler timmar, tex om vi har fått tak och bättre sittmöjligheter så vi kan äta ute.

Pedagog (TF):

Skulle vilja vara utomhus mer, svårt ibland att gå ut eftermiddag om inte "småbarn" går ut och vi ska gå hem. Lättare därför under vår, sommar och höst då även de är ute mer.

På traditionell förskola svarade två pedagoger att de var nöjda samtidigt som de betonade vikten av att vara utomhus. En av pedagogerna berättade också att på hennes förskola valde de ofta att dela upp gruppen i två när de gick ut.

Pedagog (TF):

Ja, vi utnyttjar gården och utomhusmiljön varje dag nästan oavsett vädret. Vi delar upp gruppen så att hälften är ute och hälften inne.

Pedagog (TF):

Vi tycker att utomhusvistelse är viktigt och planerar verksamheten för mycket utevistelse.

Två pedagoger från olika traditionella förskolor uppgav att de var nöjda under omständigheterna. De ansåg båda två att dagens barngrupper var alldeles för stora. Den ena pedagogen ansåg att deras lokaler på förskolan inte var tillräckligt stora och

den andra pedagogen menade att ytorna utomhus ger bättre möjligheter för barnen att leka och ger en behagligare ljudnivå.

Pedagog (TF):

Ja, eftersom barngruppen är rätt stor och lokalerna inte så stora.

Pedagog (TF):

Ja! Eftersom barngruppen är såpass stor är det skönt för barnen att komma ut. Mer utrymme och mer aktivitet. Blir det även lugnare och lägre ljudnivå.

På en av naturförskolorna berättade en pedagog att deras förskola saknade gård och ifall de hade haft det skulle hon kunna tänka sig vara utomhus mer även på morgonen och sen eftermiddag.

Pedagog (NF):

Ja! Kunde kanske vara ute fler tex på morgonen då vi är inne. Hade vi haft en inhägnad gård tror jag att vi hade varit ute och tagit emot barnen på morgonen och lämnat ut dem på eftermiddagen i alla fall under det varmaste halvåret.

Drygt en fjärdedel av alla pedagoger svarade att de ville vara utomhus mer med barnen och majoriteten var från traditionella förskolor. En pedagog hade velat vara utomhus mer om förskolan legat närmare naturen. En annan pedagog arbetade på en förskola som hade utomhuspedagogik som projekt och hon berättade om många idéer som det skapat. De flesta aktiviteter på förskolan kan flyttas utomhus ifall vädret medger det menade två pedagoger. En av dem poängterade också att vädret påverkar barnen och att man behöver ta hänsyn till det då man bestämmer om man skall vara utomhus.

Pedagog (TF):

Ja, om vi hade närmare till skogen.

Pedagog (TF):

Kan tänka mig att vara mer ute. Vi har just startat arbete med utomhusmiljön inom kommunen, det känns som ett nytänk är på gång tex kan man ha ateljé ute, måste det finnas gungor (skaderisk), hur kan vi skapa utvecklingsmiljö ute!

Pedagog (TF):

Mer utomhus! Blir mer aktiviteter och valmöjligheter för barnen utomhus. Allt som gör inne kan oftast göras ute (tex måla, spela spel...). Om vädret tillåter förstås.

Pedagog (TF):

Det går alltid att vara ute mer med barnen. Det finns för och nackdelar med allt. På vintern börjar de frysa om de är ute länge och på sommaren får man vara försiktig med solen. Vi äter oftast mellanmål ute men tex samling kan jag tänka mig att ha ute istället för inne.

Tre pedagoger önskade mer pedagogiskt planerad verksamhet då de var utomhus och de ville vara utomhus fler timmar. En av dem tillade att hon skulle vilja göra fler utflykter med barnen till natursköna områden där barnen kan lära sig mer om miljön.

Pedagog (TF):

Ja, om vädret tillät skulle vi kunna flytta ut vår verksamhet ännu mer. Det mesta som vi gör inne går att flytta utomhus.

Pedagog (TF):

Ja, om även utevistelsen var mer organiserad/planerad. Givande för både barn och personal.

Pedagog (TF):

Jag skulle gärna göra med halvdagsutflykter, där vi lagar mat samt att föräldrarna hämtar och lämnar på utflyktsmålet i skogen tex mellan 9-15. Utevistelse ger barnen en bra motorik, bra insyn i hur ekosystemet/naturen fungerar. Barnen får använda hela kroppen ute och orkar sedan koncentrera sig och vara lugna inne.

En pedagog på traditionell förskola tyckte att de var lagom mycket utomhus, och en av anledningarna till att de var utomhus verkade vara att de hade begränsat utrymme inomhus. Även på naturförskolan sade en pedagog att de var nöjda. Hon betonade också att de kände en frihet i att själva bestämma hur mycket de skulle vara utomhus och att barnen sällan ville gå in när de var ute.

Pedagog (TF):

Jag är nöjd med hur mycket vi är ute. Vi använder gården eftersom vi har små lokaler.

Pedagog (NF):

Vi bestämmer själva hur mycket vi vill vara ute. Barnen pratar nästan aldrig om att vara inne. Vi är nöjda.

På naturförskolorna fanns det dessutom två pedagoger som var nöjda med mängden utevistelse och sade att det berodde på hur omständigheterna såg ut på deras förskola. Båda pedagogerna angav att det var förskolans lokalsituation och storleken på deras utegård som styrde denna åsikt. En av dem tyckte även att de borde ha fler anställda på förskolan.

Pedagog (NF):

Nej. Tycker vi är ute och inne i lagom dos i de förhållande vi har med lokal och gård.

Pedagog (NF):

Tror det! Nu styr vår lokal, ingen gård, personaltäthet lite väl mycket verksamheten.

Barnens lekar utomhus

På alla förskolorna pratade barnen utifrån tre olika kategorier av lekar. Dessa var konstruktionslekar, organiserade lekar och fantasilekar. Detta tydde på att alla barn var mer eller mindre aktiva i de olika lekarna. När det gällde lekar som innebar att barnen skapade olika konstruktioner, visade det sig att de antingen var i sanden och/eller i skogen och byggde. Att barnen var fysiska i sina lekar var kanske inte är så konstigt, men det vi kunde se var att vissa lekar även var väldigt organiserade. Barnen nämnde till exempel *Kurragömma* och *Under hökens vingar kom*. När det gällde fantasilekar pratade barnen om allt ifrån att göra snigellopp till att leka krig i skogsområden.

Då vi frågade barnen vad de lekte när de var utomhus på förskolan fick vi många olika svar. De flesta barnen på de traditionella förskolorna gungade och lekte i skogen när de var utomhus. Flickorna Anette, Elisabeth och Frida gungade gärna

och var även i sandlådan när de var ute på förskolegården. Elisabeth tyckte också om att åka rutschkana, medan Anette brukade cykla. Frida tyckte om att både cykla och åka rutschkana.

Anette 5 år (TF):
Gungar och leker i sandlådan. Cyklar.

Elisabeth 5,5 år (TF):
Jag leker, gungar och.. jag gör faktiskt allt möjligt ute. Jag leker, jag gungar i de stora och i de små gungorna, jag åker rutschkana och är i huset....

Frida 5 år (TF):
Jag cyklar lite och så... och så åker jag rutschkana, lek... gungar och leker och gör alltihop och så.

Att leka i skogen och söka efter små djur var populärt bland många barn. Fredrik och Katarina berättade om att de hade hittat många olika sorters djur och att de nästan alltid var i skogen på förskolan. De var också många barn som berättade att de gillade att gunga, cykla och att bygga kojor i skogen.

Fredrik 5 år (TF):
Jag brukar vara i skogen och leta efter småkryp. Det finns "stjärtingar", också finns det kackerlackor, och så finns det maskar, och gråsuggor.

Katarina 5 år (TF):
Leka mest i skogen.... Gräva efter insekter. Tusenfotning, skalbaggar och maskar.

Kevin och Nils letade också efter små djur på förskolegården, men nämnde inte att de gjorde detta i skogen. Dessa pojkar tyckte om att skapa tävlingar där djuren var delaktiga, bland annat så nämnde de att de brukade ha snigeltävling där de använde en träbit som djuren fick klättra uppför. Även Ann-Sofie tyckte om att titta på djur. Barnen visade på nyfikenhet för det som lever i naturen. Kevin och Nils hade inslag av kreativitet i sina lekar då de anordnade tävling med djuren.

Kevin 5,5 år (TF):
Gör snigellopp och... letar efter sniglar och.... leker gräsklippare och... Vi hade en träbit och den var uppåt, skulle gå uppåt (snigeln), och den som kom till sista silvriga grejen, den vann.

Nils 6,5 år (TF):
Leker, letar efter spindlar och snigeltävling och.... Då är det några sniglar som skall upp för en backe och.. en som vinner längst upp den vinner den bästa medaljen....

Ann-Sofie 4 år (TF):
Cyklar. Eee.. tittar på insekter. Maskar och sniglar och... och skalbaggar och... tusenfotingar och.... fästingar och.. gråsuggor.

Birgitta berättade om den traditionella leken *Mamma, pappa, barn*, som många andra flickor också sade att de leker. Hon uppgav också att granen ibland kunde bli en raket och att de emellanåt lekte glassaffär ute på förskolegården. Charlotte berättade också att hon lekte affär och att pedagogerna ibland kom och köpte de kakor som hon tillverkade i sandlådan.

Birgitta 5 år (TF):

Jag leker... också leker jag med... olika barn. Jag leker *Mamma, pappa, barn*. Och så leker vi att granen där bakom är en rymdraket. Och så leker vi ibland glassaffär. Och ibland .. så leker jag i sandlådan.

Charlotte 6 år (TF):

Jag brukar cykla och gunga och så brukar jag leka. Leka i sanden. Man kan göra kakor.... och så kan man leka affär och fröknarna kan köpa.

Pojken Magnus var den enda av barnen som fokuserade på sport. Han berättade att han både spelade bandy och fotboll, men också liksom de andra barnen cyklade och grävde i sandlådan.

Magnus 5 år (TF):

Cyklar. Spelar bandy. Fotboll. Gräver i sandlådan.

När vi frågade barnen på naturförskolorna om vad de lekte när de var utomhus på förskolan fick vi även här många olika svar. På naturförskolorna lekte barnen lekar av olika slag istället för att gunga. Dessa barn var också mycket i skogen och lekte. Lasse, Karl-Johan och Anders berättade att de helst lekte olika lekar som innehöll mycket rörelse. Anders sade också att på hans förskola läste pedagogerna sagor för dem när de var utomhus.

Lasse 5 år (NF):

Leker och leker polis och sånt där...

Karl-Johan 6 år (NF):

Vi är uppe i en skog som heter Björnskogen och så leker vi *Under hökens vingar kom* eller *Kom alla mina små kycklingar* och så här.

Anders 4 år (NF):

Vi brukar leka lite saker och springa runt... och klättra i träd. Läsa Mulle-sagor, läsa Laxe-sagor.

Doris berättade att hon brukade tälja, vilket innebar att på hennes förskola fick barnen använda kniv. Det var endast på hennes förskola vi hörde att de ibland använde kniv. Både Doris och Gunilla vistades mycket i skogen på förskolan och Gunilla nämnde också att hon tyckte om att spela ishockey.

Doris 5,5 år (NF):

Jag brukar tälja, och leka i skogen ibland...

Gunilla 6 år (NF):

Jag... ja ibland gungar jag på gungbrädan, och sedan leker jag i båten i sandlådan, och ibland i skogen. Också ibland leker jag ishockey.

Inom båda förskoletyperna var favoritsysselsättningen utomhus att leka lekar av olika slag. Flera av barnen berättade om lekar där många barn på förskolan deltog. Birgitta på traditionella förskolor lekte gärna leken *Mamma, pappa, barn*. Ingela föredrog istället *Kurrögömma* och Jan tyckte om *Pantgömma*.

Birgitta 5 år (TF):

Mamma, pappa, barn. Någon skall vara pappa, någon skall vara lillasyster, någon skall vara storasyster, någon skall vara storebror och någon skall vara mamma.

Ingela 5 år (TF):
Eee... favoritlek? *Kurragömma* ute.

Jan 6 år (TF):
Pantgömma!

Barnen på naturförskolorna gav oss i stort sett samma svar på denna fråga som barnen på de traditionella förskolorna. Karl-Johan berättade att han gärna lekte den klassiska leken *Under hökens vingar* medan Pär's lekar innehöll karaktärer som sjörövare och livräddare. Däremot uppgav Vilgot att han helst lekte *Star Wars*, en modern krigslek som innebar att barnen slogs mot varandra med lasersvärd i form av pinnar.

Karl-Johan 6 år (NF):
Jaa, det är *Under hökens vingar* kom.

Pär 6 år (NF):
Båten. Brukar leka sjörövare... Och livräddare.... Låtsas det är en sjö, och så bara vi räddar folk...

Vilgot 5 år (NF):
Star Wars. - " Man fäktas mot varandra, skjuter mot varandra
Lasersvärd... Pinne.

Förutom att leka lekar, berättade många barn även på denna fråga att de gillade att gunga. Helle som gick på traditionella förskolor belyste detta och berättade med stor inlevelse att hon tyckte om att både gunga och klättra högt, för då fick hon en härlig känsla i magen.

Helle 6 år (TF):
Jag tycker mest om att gunga.... Mmm, det är så roligt för då kommer man högt upp. Men jag tycker mest om att leka pyttelite, bara att klättra för det är roligt tycker jag för då får man ju lite mer att sitta högt upp och killar det lite i magen.

Andra favoritsysselsättningar hos barnen på traditionell förskola var bland annat att cykla och att bygga kojor. Om detta berättade Peter under intervjun. Siv däremot var den enda av alla intervjuade barn som sade att hon tyckte om att hoppa hopprep ute på gården.

Siv 6 år (TF):
Hoppa hopprep.

Peter 5 år (TF):
Ja, jag tycker att.... det är roligt att leka med någon kompis och så... Ja. Jag brukar.. jaa... bygga kojor och så...

Ett flertal av barnen svarade nästan likadant på denna fråga som på frågan om vad de brukade göra utomhus. Pelle och Nils på traditionell förskola var två av dessa och de berättade även här att de gillade att leta efter små djur.

Pelle 5,5 år (TF):
Det är att leta efter kryp!

Nils 6,5 år (TF):

Att leta efter spindlar. I däck... Jättemånga. Jag har sett korsspindlar, långgångs... långbensspindlar och så har jag sett en trestjärt.

Lasse och Stefan, som gick på naturförskolor, föredrog hellre att leka med sand och tillbringade mycket tid i sandlådan. Båda pojkarna skapade ofta olika konstruktioner i sandlådan. Medan Lasse helst gjorde vägar, så byggde Stefan hellre slott i sanden.

Lasse 5 år (NF):

Det är det som jag och Svante gjorde. Han gjorde vägar. Vi hade sopborstar, och lite spadar och ett skorpkärl bara....

Stefan 5,5 år (NF):

Då är det faktiskt.... Sandlådan. Jag frågar först Kjell (en av pedagogerna) om han kan bygga ett sandslott, annars leker jag med kompisarna i sandlådan.

Lekmaterial på utegården

De leksaker som de flesta barnen uppgav att de använde mest var spadar och hinkar. Detta gällde oavsett typ av förskola. Barnen berättade också att de lekte med andra leksaker i sanden som till exempel småbilar, grävskopor och kakformar. Det vi kunde se var att barn oavsett typ av förskola använde likartade saker när de var utomhus på förskolan. Många använde naturmaterial och att leka i sandlådan och att cykla var populärt. Detta tydde på att barnen hade ungefär samma material att tillgå på förskolan.

På de traditionella förskolorna var uteverksamheten fokuserad till utegården. På gården fanns vanligtvis en stor sandlåda. Birgitta och Helle lekte i sanden med hink och spade, samtidigt som de låtsades att sanden var något annat. Även Anette fantiserade då hon målade med vatten på väggarna med en pensel. Pojken Magnus nämnde dock inte spade och hink, utan att han istället lekte med grävmaskiner och bilar.

Birgitta 5 år (TF):

Spadar, hinkar... Gräva på ... låtsas att sanden är glass.

Helle 6 år (TF):

Cyklar och gräva i sanden.... Ja, spade och hink.....och så..med lite vatten så strör man sand så blir det nästan som en sådan där.. vad heter det nu...chokladkaka... nästan blir det ju.

Anette 5 år (TF):

Hinkar och spade och penslar.... Penseln till å måla med vatten. Man har en hink och målar på väggen.... och på marken.

Magnus 5 år (TF):

Grävmaskiner.. och... bilar.

Många barn på traditionell förskola berättade att de i stor utsträckning använde sig av cyklar under sin utevistelse. Kevin använde cykel, men också hink och spade som de flesta barn.

Kevin 5,5 år (TF):

Kickspark, cyklar, hink och spade och... och stora hinkar och sånt... Hämta sand i dem och gör jättestora torn.

Ett fåtal av barnen på de traditionella förskolorna svarade att de använde sig av material från naturen. Susanne berättade att hon inte hade leksaker när hon var utomhus, utan att hon använde det som naturen kunde erbjuda. Hon byggde istället kojor av bland annat pinnar.

Susanne 6 år (TF):

Jag brukar faktiskt inte använda så mycket. Det är mycket roligare att leka med saker som bara finns utomhus som man kan leka med. Ja. Såna här... Det finns såna svarta pinnar... och så... Man kan bygga....

Även barnen på naturförskolorna använde sig av spadar och hinkar, trots att de i intervjuerna berättade att de var ute mer i skog och mark. Av de tre naturförskolor vi besökte hade två av dem tillgång till utegård, medan den tredje rörde sig runt mellan olika lekplatser och skogsdungar. Henrik visade på just detta, när han berättade att han lekte med leksaker i sanden endast då pedagogerna inte lät honom vara i skogen och leka i bergen. Flera av barnen nämnde att de "låtsas-bakade" med sanden, vilket Anders och Stefan berättade om. Anders gillade också att göra geggamoja av sanden. Stefan tyckte istället om att leka bageri och låta andra komma och handla tårter. Även Doris lekte i sanden och med hjälp av kakformar och en sil skapade hon kakor. Hon brukade också leka med bollar och se hur högt hon kunde skjuta upp dem i luften. Gunilla använde många olika leksaker i sandlådan. Hon använde sig ofta av en grävskopa som man kunde sitta på och förflyttade med hjälp av den sanden till bilarna och lastbilarna. Därefter tog hon med bilarna och lastbilarna till en hink där hon tömde ut sanden.

Henrik 6 år (NF):

Ja. Bara när fröken säger till att vi får inte gå i de där bergen. Hinkar, spadar och... kratta.

Anders 4 år (NF):

Spadar och hinkar, lite sandlastbilar och traktor och... och så.. och så gillar jag också att jag vill göra geggamoja. Ja, då tar man sand och vatten så blir det geggigt. Som en smet, som en kladdkaka. Och jag tycker... jag tycker... lägga ett litet löv och så knöla ihop det som en liten boll och så.. och så blir det som ett litet bär.

Stefan 5,5 år (NF):

Då ställer jag formar i... formarna har vi till kakorna och... hinkarna de har vi till tårterna. Och spadarna har vi och blandar med och håller i... gjejer. Och .. och sedan har vi en planka för att... i sandlådan. Då skall de vara i stor ingången och då har vi en planka för. Som vi kan ställa kakorna. Och betala i... så tar vi betalning och håller det i hinken.

Doris 5,5 år (NF):

Jag brukar ha bollar ute... jag brukar sparka upp dem i luften. Och så gräver jag i sanden. Och så hade jag kakformar. Så silar jag socker... och det är ju sand! En sil. Och en hink. Ibland så använder vi kakor och hälla i och så håller i där, som vi har silat, och så tar vi ljus sand och håller på på silen också.....

Gunilla 6 år (NF):

Ibland bilar och ibland spadar. Och ibland... och ibland grävskopor. Jag lastar bilarna, lastbilarna, med sand och sedan kör jag iväg dem till en hink.

På naturförskolorna var det betydligt vanligare att barnen lekte med naturmaterial. Pär berättade också att han använde pinnar när han byggde kojor. Istället för köpta leksaker använde Alexandra naturmaterial som fanns runt hennes naturförskola. Stig var ett av barnen som sade att han mycket sällan använde leksaker.

Pär 6 år (NF):

Oftast pinnar. Brukar.. göra tält och så..... brukar göra kojor och så

Alexandra 4 år (NF):

Vi använder inga. Jo, pinnar och stenar använder vi! Och mossor.

Stig 5 år (NF):

Ja, ibland. Fast inte ofta. Bara gjort det några gånger. Och det var verkligen inte många.

Pedagogernas deltagande i barns enskilda lekar

Hälften av alla intervjuade barnen berättade för oss att pedagogerna gjorde annat än att leka tillsammans med dem under utevistelsen. Pedagogerna passade barnen, var behjälpliga ifall barnen skadade sig eller kom i konflikter med varandra och i viss utsträckning pratade de med varandra. Något barn nämnde även att pedagogerna på deras avdelning ibland var inne och planerar verksamheten eller lagade mat. Då var det någon annan pedagog från en annan avdelning som passade dem ute på gården. Vi såg ingen skillnad mellan traditionella förskolor och naturförskolor, utan barnen var relativt samstämmiga när det gällde pedagogernas engagemang i lekarna på förskolan. Samtidigt framgick det att det fanns undantag från detta och flera barn nämnde två pedagoger som verkligen var aktiva och deltagande i barnens lekar.

När barnen fick frågan om deras pedagoger deltog i deras lekar utomhus, berättade till exempel Ingela på traditionell förskola att barnen oftast lekte på egen hand utan att en pedagog deltog. Birgitta och Susanne berättade om andra saker som pedagogerna gjorde när de var utomhus.

Ingela 5 år (TF):

Nää, vi brukar mest leka själva.

Birgitta 5 år (TF):

Nähä. ... räkna alla barn.

Susanne 6 år (TF):

Nej, det brukar de inte. De ser mest till så vi inte blir ledsna och så. Så de kan trösta och så.

Charlotte hade en pedagog på sin förskola som fanns till hands om ett barn inte hittade någon aktivitet att göra. Då hittade pedagogerna på något tillsammans med barnen så att leken tog fart.

Charlotte 6 år (TF):

Nää, bara en. Det är faktiskt... vi bruk.... om man har ingen och leka med brukar hon leka med oss.

Ett flertal barn uppgav att pedagogerna ibland hjälpte dem i leken. Frida berättade målande om leken *Katt och mus* och att pedagogerna då var med för att organisera

och hålla reda på reglerna. Andra aktiviteter som pedagogerna ibland deltog i var till exempel lekar i sandlådan och att spela fotboll, vilket Nils och Sofia belyste.

Frida 5 år (TF):

Ibland när vi leker *Kom alla mina små kycklingar*, det är en lek... så kan fröken.. kan fröken vara med men eller så kan man leka *Katt och mus*, då måste fröken vara. Man kan leka den själv, men... det är lite jobbigt för då låtsas man saker som man inte gör. Jo, typ att... två typ är katter och jagar en mus och så... och två musar och en katt och så där. Och så säger hon vem som skall vara katt och vem som skall vara mus.

Nils 6,5 år (TF):

Bara ibland när vi bygger stora jätte... när vi bygger sandslott. Då hjälper de till för det är svårt att vända dem.

Sofia 5 år (TF):

Ibland när vi skall spela fotboll då brukar fröken vara med.

Elisabeth var den enda flickan på traditionell förskola som sade att det alltid var någon av pedagogerna som fanns med i leken utomhus.

Elisabeth 5,5 år (TF):

Alla. Fast några fröknar är inne och gör i ordning maten.

När barnen på naturförskolorna fick frågan om deras pedagoger deltog i deras lekar utomhus var deras svara väldigt snarlika svaren från barnen på traditionell förskola. Stig var väldigt bestämd i sin åsikt om att barnen lekte utan de vuxnas deltagande. Gunilla sade att det var deras pedagog Kjell som var den av de vuxna som ibland var med i deras lekar.

Stig 5 år (NF):

Man leker aldrig med fröknarna. Fröknarna leker aldrig och barnen leker aldrig med fröknarna och fröknarna leker aldrig med barnen.

Gunilla 6 år (NF):

Nej, inte så ofta. Ibland när jag leker krig med Kjell, den fröken som är här....

Gemensamma lekar med pedagogerna

Det var många barn som uppgav att pedagogerna lekte gemensamma lekar med dem, men de var flera som hade svårt att namnge vilka lekar de lekte tillsammans. Detta gällde framför allt på de traditionella förskolorna, där gemensamma lekar förekom i mindre utsträckning. Bara drygt en tredjedel av barnen nämnde att de hade gemensamma lekar utomhus. Den vanligaste gemensamma leken som barn på traditionell förskola lekte var *Kom alla mina kycklingar*. Peter var ett av de barn som berättade om denna lek, liksom att de brukade spela fotboll tillsammans på hans förskola. Kevin nämnde en annan lek som de flesta av barnen på hans förskola brukade vara med i.

Peter 5 år (TF):

Vi brukar leka *Kom alla mina kycklingar* och *Fotboll*.

Kevin 5,5 år (TF):

Jaa. När vi gjorde *Ett, två, tre rött ljus* då gjorde vi nästan alla.

Det var vanligt att pedagogerna på naturförskolorna lekte gemensamma lekar med barnen. Det uppgav nästan alla barn som gick på naturförskolan och hälften av barnen kunde även namnge någon lek. Den vanligaste leken var att leka *Krig* i skogen, vilket Pär och Jimmy berättade om. Kerstin pratade om en lek som kom från Friluftsrådet, *Ekorre och Mulle*, och det var en form av organiserad lek i grupp. När Anders intervjuades frågade vi honom om de lekte *Kom alla mina kycklingar* på förskolan. Då berättade han att de hade gjort om den leken till *Kom alla mina prinsar och prinsessor*.

Pär 6 år (NF):

Det brukar vara vi brukar bara slåss. I skogen. Mmm, nästan alla. Alla som vill vara med.

Jimmy 5 år (NF):

Ja, Kjell. Mm, varje gång när vi leker krig.

Kerstin 5,5 år (NF):

Ekorre och Mulle. Åum... då skall man stå i en ring, när man skall leka Mulle, och så skall man knacka "är Mulle hemma?" och så säger man "nej" då måste man knacka på någon annan.

Anders 4 år (NF):

Ja, den gör vi. Och sedan sade vi... och så en dag så gjorde vi *Kom..* och så gjorde vi så här istället "*Kom alla prinsar och prinsessor*", vi törs inte, varför då, för den onda fen, kom... vad äter hon.. vad äter hon... prinsesstårta, kom ändå" och sedan.. och sedan.. och sedan måste de feerna jaga alla prinsar och prinsessor. Och sedan måste de komma till den snälla sidan.

Barnens positiva reaktioner på utevistelse

På frågan om barnen tyckte om att vara utomhus svarade 36 av 40 av dem att de tyckte om att vistas utomhus. De allra flesta berättade också att de mådde bra av att vistas utomhus. Dessa resultat gällde oavsett förskoletyp.

Svar från barnen	Traditionella förskolor	Naturförskolor
Ja	25	11
Nej	0	0
Ganska	0	1
Beror på vädret	1	1
Bortfall	0	1

Tabell 1. Fråga 9a till barnen: Tycker du om att vara utomhus på förskolan?

Svar från barnen	Traditionella förskolor	Naturförskolor
Bra	19	9
"För att jag måste"	0	1
"Sådär"	1	0
Bortfall	6	4

Tabell 2. Fråga 9b till barnen: Berätta hur du mår när du är utomhus?

Många av de barn som intervjuades på traditionell förskola svarade att den främsta anledning till att de tyckte om att vara utomhus var att det fanns mer att göra där än inomhus. Det framkom några olika kategorier när vi analyserade materialet. Dessa var tillgången till olika sorters aktiviteter och material, naturmiljön och väderberoende.

Eleonore, Mats och Elisabeth var tre barn som var eniga om att det berodde på att det roliga i att vara ute var att det fanns mycket att göra och många saker att leka med.

Eleonore 5 år (TF):

Ja. För då kan man göra mycket Man kan gunga.. och det kan man ju inte göra inne....

Mats 5 år (TF):

För man kan göra så himla mycket. Mer än här inne.

Elisabeth 5,5 år (TF):

Ja, det är jätteroligt. Hemma är jag också ute. Det är roligt att vara ute för att man har mycket saker ute och inne och sånt.

Tillgången på material var också Pelle, Bert och Melker inne på då de berättade hur mycket de tyckte om att vara i naturmiljö. Bert berättade på ett fantasifullt sätt hur en buske kunde bli en flygande raket. Melker och Nils var förtjusta i djuren och att titta på olika insekter var också roligt.

Pelle 5,5 år (TF):

Ja. Då kan jag gå in i skogen. Jag älskar att vara i skogen.

Bert 5 år (TF):

Mmm. Därför det är så roligt och så kan man leka raketten...å klättra i träd. Det är några träd och så är det en buske. En blåbärsbuske. Så där i blåbärsbusken, där finns det massa grenar och så låtsas jag och Håkan att det är.... att de är... spakarna... till rymdraketten.

Melker 5 år (TF):

För att... det finns så mycket saker där. Det finns ju... olika små djur och så...

Nils 6,5 år (TF):

För... det är så roligt ute... för då får man så... det är nyttigt att få frisk luft. Ja. Och så är det roligt att var ute för det finns insekter ute.

Det var endast två flickor som sade att vädret var avgörande för om de tyckte det var roligt att vara ute. Helle och Frida berättade att de gillade soligt väder. Helle sade också att det var roligt när det kom snö. Frida gillade inte när det regnade.

Helle 6 år (TF):

Mest tycker jag... Ja, det är mest roligt nu för då är det så fint väder, för då kan man ju leka ute. På vintern, då är det roligt att åka pulka, men det är inte roligt att ha overall för då blir man så svettig.

Frida 5 år (TF):

Ja, när det är sol tycker jag det. Men inte när det är regn. För att det regnar och då... är det så... konstigt väder.

På naturförskolorna berättade barnen, precis som barnen på de traditionella förskolorna, att det var de ökade möjligheterna till aktiviteter och material som fick dem att tycka om att vara utomhus. Förutom denna kategori såg vi också att det var på grund av att utegården gav barnen mer frihet och att de kunde springa runt på större ytor. Likaså var vädret avgörande för hur de upplevde utevistelsen. Dessutom berättade några barn, till skillnad från de på traditionella förskolor, att de hade hört att man skulle vara utomhus.

Gunilla var en av flickorna som uppgav att de var tillgången på olika saker utomhus och chansen till att springa runt som gjorde att det var roligt. Detta berättade också Vilgot och Anders om och de sade att det var rörelsemöjligheterna som lockade. Karl-Johan pekade på utbudet av naturmaterial och tyckte det var en av anledningarna till att det var roligt att vara utomhus på förskolan.

Gunilla 6 år (NF):

För att det där finns sandlådan och man kan gräva. Också kan man... också kan man leka massa grejer och springa runt.

Vilgot 5 år (NF):

Leka ute, hoppa studsatta, springa... och gunga.... leka i sandlådan, åka ruschelkana, klättra i berg....

Anders 4 år (NF):

För att man kan... för att man kan... springa.. springa.. för att det är lite större här. Och då så kan man... då kan man springa runt överallt lite större, för att det är lite större här ute.

Karl-Johan 6 år (NF):

Jo, för det finns mycket att leka med typ som pinnar och så... Jag vill gärna vara ute i naturen och så... och leka. Jo, för att det är roligt att vara ute.

Att väderleken påverkade upplevelsen utomhus uppgav också vissa barn på naturförskolorna och Lasse var en av dem. Han berättade i sin intervju att han tyckte det var besvärligare under vintern då vädret var sämre. Lasse sade att han gillade när det var solsken.

Lasse 5 år (NF):

Ja! Men inte på vintern! Det är bara för att jag tycker om att vara i solen.

Pär och Stefan, som går på samma förskola, hade från omgivningen uppfattat att man skall vara utomhus. Samtidigt uttryckte de att de tyckte om att vara ute på förskolan.

Pär 6 år (NF):

Ja. För att eee jag har lärt mig att.... man skall vara ute.

Stefan 5,5 år (NF):

Jo... för att man måste följa frökens regler.

Många av barnen berättade att det kändes bra i kroppen när de var utomhus. Av de 40 intervjuade barnen svarade 28 barn att de mådde bra. Många barn kunde sedan inte förklara varför de tyckte så. Kevin speglade detta i sitt uttalande när han sade att det känns som det brukar göra. Han betonade dock ändå att det kändes bra. Helle och Charlotte berättade uttrycksfullt om hur det faktiskt kändes i kroppen när de var utomhus. Helle kände lycka och Charlotte hörde hur hjärtat slog när hon sprang.

Kevin 5,5 år (TF):

Ja, sådär. Ja, helt vanligt.

Helle 6 år (TF):

Jag är så glad, så glad, så... jag vill så gärna vara ute när det är fint väder för då vill man bara glad, å glad.

Charlotte 6 år (TF):

Jag mår jättebra. Och så.. när jag springer börjar mitt hjärta säga "dunk, dunk, dunk, dunk...".

Karl-Johan och Henrik på en naturförskola uttryckte även de att de mådde fint när de var utomhus på förskolan. Henrik tyckte mycket om solsken.

Karl-Johan 6 år (NF):

Ja, det känns bra.

Henrik 6 år (NF):

Bra. Jättebra. Ja, för.. när.. jag tycker om när det är sol.

Majoriteten av alla pedagoger oavsett förskoletyp såg bara positiva effekter av att barnen vistades utomhus. Man uppgav till exempel att barnen blev lugnare, att det blev mindre konflikter och att ljudnivån minskade om barnen fick vara ute regelbundet. En informant såg dock inga skillnader hos barnen, varken positiva eller negativa.

Utemiljöns positiva effekter belystes speciellt mycket av två pedagoger som arbetade på naturförskolor. De berättade om att mycket utevistelse på förskolan var bra för barns lärande och att det hade positiv effekt på deras hälsa. De sade också att det på sikt förbättrar deras möjligheter att ta till sig kunskap i skolan.

Pedagog (NF):

Ja, barnen får möjlighet att utveckla det motoriska i vår härliga utemiljö. Detta leder senare till bättre inlärningsförmåga och koncentration inför skolstarten. De blir även kreativa, leker mycket och håller sig friska (tex). Lugnare ute. Barnen är piggare. Öppnar upp sinnen.

Pedagog (NF):

Absolut. Vi anser att barns lärande sker på ett mer adekvat sätt utomhus eftersom det öppnar upp alla sinnen på ett annat sätt. Motoriken får de gratis, vilket förmodligen påverkar barnen positivt inför läs- och skrivinlärningen i skolan.

Ungefär en tredjedel av alla pedagoger belyste negativa effekter de såg hos barnen av att vistas längre tid inomhus. Många av pedagogerna på naturförskolorna menade att ljudnivån ökade då barnen var inomhus mycket. Enligt en pedagog ökade antalet tvister mellan barnen och oron i barngruppen steg. Likaså pekade hon på att inomhusmiljön tröttade ut barnen psykiskt och minskade deras aptit. Att inomhusmiljön bidrar till mer sjukdomar var något som en pedagog på traditionell förskola tog upp och menade att fler barn insjuknade under vintertid.

Pedagog (NF):

Barnen blir mer högljudda. "På varandra mer" – konflikterna ökar. Barnen blir slöare. Matlusten blir mindre. Rastlösheten ökar.

Pedagog (TF):

Ja, under vinterhalvåret brukar influensan och vinterkräxjukan vara som störst. Det kan ju bero på att man är mer inne.

Barn som ofta var ute i friska luften var lugnare och stillsammare, lekte bättre gemensamt och hade färre strider i gruppen. Detta menade många pedagoger på traditionell förskola och beskrev hur positivt det var med utevistelse för barnen. Att barn får bättre immunförsvar och står emot sjukdomar bättre av att vara utomhus pekade en pedagog på. Utomhus hade barnen lättare att fokusera på den aktuella leken menade en pedagog. Barnens dag på förskolan blev inte lika tung och lång ifall de fick vistas utomhus för, som en pedagog berättade om, fick barnen mer energi av den friska luften. Ytterligare en annan pedagog upplevde att barn som fick vara ute mycket utvecklade ett större engagemang för det som fanns och levde i naturen. Likaså menade pedagogen att om man får en vana i att vara ute mycket så ser man fram emot ännu fler utevistelser och mer tid i naturen.

Pedagog (TF):

Ljudnivån hos barnen sjunker när vi är utomhus. Barnen leker bättre, har större utrymme för lek, konflikter mellan barnen minskar. Barnen är friskare, inte lika mycket förkylningar.

Pedagog (TF):

De perioder som vi är ute mycket är ju barnen lugnare, de stör inte varandra lika mycket leken blir mer långvarig och man orkar koncentrera sig längre.

Pedagog (TF):

Absolut! Barnen mår bättre av att ha fått vara mycket ute. Det blir mindre konflikter och dom är lugnare. Särskilt under eftermiddagen märks det att dom har mer ork kvar.

Pedagog (TF):

Barnen blir mycket mer intresserade av naturen. När man varit ute mycket vill barnen vara ute mer. De längtar ut mer. Barngruppen blir lugnare inne när man är ute mer.

Vissa pedagoger belyste effekterna av både inomhus- och utomhusvistelse, men även dessa pedagoger uttryckte sin positiva inställning till utevistelse. Två pedagoger på traditionell förskola hade sett att barnen fordrade att vara utomhus för att orka med hela dagen på förskolan. En av dessa pedagoger menade också att den ökade mängd rörelse som barnen fick utomhus var bra för dem.

Pedagog (TF):

Barnen behöver vara utomhus, de orkar ej med sig själva om de är inomhus för mycket.

Pedagog (TF):

Perioder vi har haft mycket verksamhet inne blir barnen mer oroliga, behöver mycket utrymme för rörelselek och spring.

Liksom många av de andra pedagogerna belyste två pedagoger på naturförskolorna att barn som vistades mycket utomhus var gladare, lugnare, friskare, aktivare, samarbetade bättre och att de var mer utåtriktade.

Pedagog (NF):

Barnen är friskare och piggare då är vi är mer ute och fysiskt trötta då de blir hämtade av sina föräldrar till skillnad mot om de varit mycket inomhus då de blir psykiskt trötta istället.

Pedagog (NF):

Ja, inomhus leken fungerar en stund men blir snabbt högljudd och stökig. Barnen blir lugnare, kreativa och mindre konfliktbenägna utomhus. Kan dra sig undan lättare.

När vår studie tog sin början hade vi en hypotes om att barn på naturförskolor som är utomhus mycket hela året var friskare än de barn som inte gick på en naturförskola. Detta fick vi senare bekräftat i vårt material. De två perioder vi studerat visade att barnen på naturförskolorna var närvarande i högre grad under vinterveckan (v.4) jämfört med barnen på de traditionella förskolorna. Däremot framgick det att alla barn, oavsett förskola, var friskare under sensommaren (v.38) jämfört med veckan under vintern. Det var dessutom ingen större skillnad i sjukfrånvaro mellan förskolorna under sensommarveckan. Antalet dagar barnen var hemma per sjukdomstillfälle var relativt lika, men barnen på naturförskolorna kom oftare tillbaka snabbare efter sjukdom. I tabell tre och fyra nedan visas den procentuella sjukfrånvaron per dag för alla barnen på respektive förskola under de två studerade veckorna.

Traditionella förskolor	Storlek på barngrupp	Vecka 4 (%/dag)	Vecka 38 (%/dag)
Förskola: 1	18	11	0
Förskola: 2	22	20	5
Förskola: 3	21	2	0
Förskola: 4	20	17	2
Förskola: 5	18	3	6
Förskola: 6	16	6	6
Förskola: 7	20	13	0
Totalt medelvärde:	-	10	3

Tabell 3. Statistik över frånvaro på grund av sjukdom på traditionella förskolor

Naturförskolor	Storlek på barngrupp	Vecka 4 (%/dag)	Vecka 38 (%/dag)
Förskola: 1	15	3	0
Förskola: 2	18	9	0
Förskola: 3	15	4	5
Totalt medelvärde:	-	5	2

Tabell 4. Statistik över frånvaro på grund av sjukdom på naturförskolor

Närvarostatistiken från vecka 4 visade en signifikant skillnad i proportionen sjuka barn mellan de traditionella förskolorna (10 % sjuka) och naturförskolorna (5 % sjuka; tvåsidigt oberoende t-test: t-värde: 2,691; $p < 0,01$) medan skillnaden mellan de två förskoletyperna inte var signifikant under sensommaren (vecka 38). Slutsatsen är därför att det finns en signifikant skillnad mellan de två förskoletyperna under vinterveckan, då barnen på naturförskolan var närvarande i mycket högre grad (se tabell 5).

Vecka	t	Frihets grader	2-sidig signifikans	Medel differens	95% konfidens intervall nedre	95% konfidens intervall övre
4	2,691	47,876	0,010	0,05254	0,01327	0,09180
38	0,682	49,966	0,498	0,02307	0,04486	0,09099

Tabell 5. Oberoende t-test

Fler synpunkter från pedagogerna

I enkäten gavs pedagogerna även möjlighet att lämna egna synpunkter på utomhusverksamheten på förskolan. Vi har valt att redovisa tre pedagogers åsikter, eftersom vi tycker de är viktiga att belysa. På många förskolegårdar har miljön varit utformad på samma sätt under lång tid, ansåg en pedagog som arbetade på en traditionell förskola, och menade att detta behövde börja prioriteras för att skapa en mer givande utestvistelse. Att utbildning är en viktig del i pedagogernas arbete ansåg en annan pedagog som också arbetade på en traditionell förskola. Hon beskrev att en utbildning hon precis gått hade givit henne nya tankar och att hon blivit engagerad i hur utemiljön var utformad. En pedagog på en av naturförskolorna sammanfattade i stort samtliga av de positiva effekterna av att vistas utomhus som redovisats ovan. Dessutom belyste hon att den lägre ljudnivån som skapas utomhus minskade risken för eventuella hörselskador.

Pedagog (TF):

Jag tror att miljön ute inte varit prioriterad. Gårdarna har sett likadana ut i många år, här kan mycket göras! Att vara mycket utomhus upplevs positivt av barn och föräldrar.

Pedagog (TF):

Jag har precis gått på kurs om utomhuspedagogik så frågor och funderingar om utomhusmiljö och lek är aktuellt och intressant för mig.

Pedagog (NF):

Barn blir friskare av att vara utomhus de blir mer härdade och får bättre immunförsvar. Grovmotoriken utvecklas bättre utomhus än inomhus i alla fall i kuperad terräng. De blir fysiskt trötta, får utlopp för sin rörelseenergi och får lättare att koncentrera sig vid uppgifter. Bullernivån minskar för barn och personal vi slipper få hörselskador och tinnitus.

Sammanfattning

Studien visade att barn på naturförskolorna är friskare än barn på traditionella förskolor, speciellt under vinterhalvåret. Däremot syns ingen större skillnad i sjukfrånvaro mellan förskolorna under sensommarveckan. Vi kunde också konstatera att det fanns en liten tendens till att barnen på naturförskolorna kom tillbaka snabbare efter sjukdom än barnen på de traditionella förskolorna.

Efter sammanställning av vårt material kan vi konstatera att förskolebarnens lek och lekmaterial utomhus inte skiljde sig särskilt mycket mellan de olika förskolorna. Detta beror på att förskolorna ofta tillhandahåller samma sorts material utomhus. Undantaget är cyklar, rutschkanor och gungor som i mycket mindre utsträckning finns på naturförskolorna och därför kan vi se att barnen där leker mer lekar tillsammans. Vi har sett att många barn föredrar att leka de klassiska lekarna tillsammans, oavsett typ av förskola. På traditionella förskolor tycker många barn om att gunga. Lika populärt på båda förskoletyperna är att leka i sanden. De leksaker som används mest på alla förskolor är spadar, hinkar och andra sandleksaker. Några barn, oftast barn på naturförskolorna, leker också med naturmaterial av olika slag till exempel pinnar. Många barn oavsett typ av förskola gillade att leka i skogen, men medan barnen på traditionell förskola mest letade efter småkryp lekte barnen på naturförskolan framför allt olika typer av lekar.

De flesta av pedagogerna på de traditionella förskolorna berättade att vädret avgjorde om de gick ut med barnen. På naturförskolorna påverkade vädret i mindre utsträckning, för dem var det istället extremt väder som påverkade. Majoriteten av alla pedagogerna tyckte att tiden de är utomhus med barnen är lagom. Bara ett fåtal av pedagogerna önskade mer tid ute. Pedagogerna upplevde att det endast fanns positiva effekter av utevistelse för barn på förskolan. Samtidigt såg pedagogerna effekterna ur två olika perspektiv. Pedagoger på de traditionella förskolorna såg framför allt de positiva effekterna av att vistas utomhus, medan de på naturförskolorna i första hand såg de negativa effekterna av inomhusvistelse på förskolan. På alla förskolorna gällde de positiva effekterna både psykiska och fysiska reaktioner hos barnen. Barnen upplevdes friskare, piggare och gladare på grund av utevistelse. Den mycket större ytan utomhus uppmuntrade barnen till mer rörelse och långvarig lek uppgav de flesta pedagoger.

Diskussion

Resultatdiskussion

Innan vi började vår studie hade vi en hypotes om att barn på naturförskolor var friskare än barn på traditionella förskolor. Vi ansåg det eftersom barn på naturförskolor är utomhus fler timmar. Vi fick vår hypotes bekräftad i denna studie. Barnen på naturförskolorna i vår studie var friskare och speciellt under vinterhalvåret. Dessutom kom barnen på naturförskolorna tillbaka snabbare efter sjukdom. Även Söderström och Blenow (1998) har visat på samma resultat som vi i sin studie av barn på I Ur och Skur förskolor. Hälsovinster av utomhusvistelser är omfattande och innefattar mental såväl som fysiska sidor. Den friska luften bidrar till god sömn, nattetid, förbättrat immunförsvaret och minskad risk för infektionssjukdomar (Norling, 2001).

De allra flesta barnen i vår studie bekräftade att de mådde bra av att vistas utomhus, men majoriteten hade svårt för att berätta och förklara varför de kände så. Även vi har svårt att i ord utveckla de känslor som kommer fram vid naturvistelser, och vi kan därför förstå att barnen svarade som de gjorde. Detta argumenterar också Zettersten och Kvarnbäck (2007) för då de säger att människor mår bra utomhus men att de har svårt att formulera och utveckla känslorna de får. Barnen vi intervjuade var tydliga med att de tyckte om att vara utomhus. Med tanke på vad barnen sade anser vi att hindren för utevistelser snarare verkar ligga hos pedagogerna. Vår erfarenhet säger oss att ifall vuxna är positiva till en aktivitet så blir även barnen det.

Utomhusvistelse som är regelbunden menar vi kan lindra många av de problem bland barn idag som Miljöhälsorapport 2005 belyste (Socialstyrelsen, 2005). Människor rör sig automatiskt mer vid friluftsliv och mer rörelse minskar risken för bland annat övervikt (Norling, 2001). Vår uppfattning är att barn som har god tillgång till en kuperad utegård och andra naturmiljöer har lekar som är fyllda av mycket rörelse. Detta gör att barn på ett naturligt sätt får en god motorisk träning. Våra intervjuer visade att barnen föredrog områden på utegården som var varierade och innehöll olika naturrum, oavsett förskoletyp. Flera av barnen vi intervjuade pratade om skogsområden de hade på sina förskolegårdar. Detta anser vi tyder på att de är viktiga miljöer för barnen. Vi tror också att varje enskild pedagog och förskola kan påverka förskolegårdens utformning på många sätt. Likaså anser vi att mängden utevistelse påverkas av hur utegården är planerad och att om den är anpassad till barnens behov leker de längre och mer fokuserat. Detta bekräftas av en studie gjord av Söderström m fl (2004) som visade att även traditionella förskolor var ute längre om de hade en bra utformad gård. Utformningen av förskolans utegård är viktig och forskning i både Sverige och andra länder har visat att en kuperad gård som innehåller olika naturrum är att föredra (Berry, 1999 & Mårtensson, 2004).

Vi anser att pedagoger idag har fått ett mycket större ansvar för att tillgodose barns behov av utevistelse. Detta är en tuff uppgift eftersom vår erfarenhet säger oss att kunskapen om utomhuspedagogik är begränsad och vidareutbildning ofta saknas. Vi anser att rektorer bör prioritera utbildning i detta ämne eftersom utevistelse har så många bevisade positiva effekter. Därför anser vi att det var mycket positivt att en av de kommuner vi besökte arbetade med ett projekt i utomhuspedagogik. Dagens

familjer har oftast ett ansträngt schema och har sällan tid att tillgodose barns behov på fri lek i naturmiljö. Få föräldrar prioriterar friluftsliv då de är lediga eftersom många har stor press på sig att hinna med allt som de inte hunnit under veckan (Friluftsrådet & Unilever, 2008). Detta gör att barn idag spenderar mycket tid på förskolan och då är det viktigt att de får gott om tid till att vara utomhus där. Som vi ser beror det på förskolorna om barn får tillräckligt med utevistelse eller inte. Vi ser att personalens engagemang och kunskap avgör vad och hur barnen leker utomhus. Det är viktigt att planera utevistelse lika noggrant som inomhusaktiviteter (Löge Haugen & Lysklett, 2006). Kollegors motivation påverkar också varje pedagogs möjligheter till att vara utomhus med barngruppen, eftersom varje beslut som skall tas oftast behöver förankras hos alla pedagoger i arbetsgruppen. Vi tror dessutom att de flesta pedagoger har fullt upp med vardagssysslorna på förskolan, vilket gör att de inte hinner fundera över de sätt som skulle kunna göra verksamheten rikare för barnen. De rutiner som traditionellt sett funnits i förskolan är svåra att ändra. Det krävs eldsjälar för det och personer som sätter barnen i första rummet.

På senare år har vi fått insikt i att utomhuspedagogiken vill sammanföra kunskapen från många olika ämnen och låta människor lära sig om dem i handfast och verkliga situationer. Detta anser vi är en oerhört viktig kunskap idag, eftersom miljöfrågor diskuteras oftare idag och man som individ måste ta ställning i många av dessa frågor. Om man redan som barn har skapat sig en relation till naturen har man en bra grund för att fatta olika beslut. Vi tycker oss se att pedagoger ofta vill ge barnen en nära och regelbunden kontakt med naturen, men våra erfarenheter har visat på att pedagoger inte lyckas uppfylla detta i lika hög grad som de vill. Att låta barn i förskolan undervisas utomhus med en genomtänkt pedagogik är ett bra sätt att ge dem en bred kunskapsbas inom många områden och samtidigt låta dem uppleva spänning, glädje och stimulans. Under alla årstider finns det olika saker att titta på och lära av (Björkman, 2005). Detta tycker vi att i Ur och Skur pedagogiken har tagit sig an på ett bra och konstruktivt sätt (Guter, 2005 & Drougge, 2007). Även vi anser att för att bli en miljömedveten person måste man bygga upp sin kunskap och sin utevana successivt.

Om pedagoger på förskolan fångar möjligheterna finns mycket att lära om växter och djur utomhus, vare sig det är på förskolans utegård eller i skogen. Barnen som vi intervjuat uppger att pedagogerna i mycket liten utsträckning leker tillsammans med dem. För att en pedagog skall kunna inspirera och stötta barnen till lek krävs det att hon är närvarande både fysiskt och mentalt runt och med barnen. Vi anser att det borde vara vanligare att pedagogen deltar, eftersom när pedagoger engagerar sig och visar intresse för barns lek ger det barn ny kunskap och självkänsla (Granberg, 2000). Som Klöver (2000) poängterar är det viktigt att kunskapen om hur man lever i samklang med naturen förs vidare i generation efter generation. Därför ser vi det som att förskolor idag ett stort ansvar att ge barnen delar av det som föräldrarna inte har tid med idag, nämligen kunskap och känsla för naturen.

Under intervjuerna pratade många av barnen på traditionell förskola om att de ofta letade och tittade efter smådjur på utegården, vilket barnen på naturförskolorna inte berättade alls om det. Många av dem som pratade om smådjur kunde också namnge dem. Vi funderade på vad det berodde på, eftersom det logiska borde vara det omvända. Kanske kan orsaken vara att barnen på naturförskolorna tar den rika tillgången till naturen och smådjuren som självklart och därför inte sade något om detta. Under besöken på förskolorna fick vi reda på att de traditionella förskolorna på

en av orterna precis hade startat ett projekt om utomhuspedagogik. Därför skulle det kunna vara så att pedagogerna på dessa förskolor precis hade undervisat barnen om smådjur. Detta skulle i så fall vara en mycket positiv utveckling tycker vi, eftersom detta tyder på att traditionella förskolor också insett vikten av utomhuspedagogik.

Utomhusmiljöer inspirerar barn till lek och leken är en av de viktigaste faktorerna i barns liv för en god psykisk och fysisk utveckling (Grahm mfl, 1997 & Granberg, 2000). Knutsdotter Olofsson (1987) lyfter fram lekens betydelse för de sociala relationerna. De flesta lekar som barn leker övar dem också i kommunikation med andra barn och ger dem på sikt en god social kompetens. Lek är en viktig del av barnens vardag på förskolan och det är viktigt pedagogerna visar respekt för leken (Knutsdotter Olofsson, 1987). I barnintervjuer kan vi se att det sociala ständigt finns närvarande i leken. Gemensamma lekar var populärt och där övas turtagning och samspel. I leken övas också olika uttryck av fantasi. Barn kan ge saker en annan innebörd än vad den egentligen har (Knutsdotter Olofsson, 2003). Fantasiuttryck märkte vi i många barns berättelser, främst hos flickor och hos barn på naturförskolorna. Vi såg tydliga tecken på detta i barnens berättelser om när de leker krig och använder pinnar som förvandlas till svärd. Vi anser att krigslekar är en form av bearbetning av verkligheten för barn. Det är viktigt att vuxna och pedagoger deltar i leken och sätter ramarna så att barnen får utlopp för sina känslor under rimliga former. Några barn berättade i sina intervjuer att en pedagog är med och leker krig på deras förskola. Detta upplever vi är mycket positivt eftersom den vuxne då kan vara med och visa var gränserna går i leken. Detta anser även Granberg (2000) är ett måste för att kunna se situationen ur den synvinkeln som barnet ser.

Alla barn upplevde att pedagogerna hade översikt över barngruppen snarare än att de deltog i barnens fria lek. Vi tror att detta är ett vanligt beteende och funderar kring vad orsakerna kan vara till detta. Kanske kan det bero på storleken på barngruppen eller spelar personaltätheten en roll i detta? Kan det vara så att barnen ibland inte vill ha med en pedagog i sina lekar, eftersom många vuxna kanske har svårt att se lekarna ur barnperspektiv? Barnen berättade att många pedagoger ibland var med och lekte gemensamma lekar utomhus. Något som framgick i intervjuerna var att barn på naturförskolor oftare kom ihåg namnen på lekarna de lekte med pedagogerna. Ericsson (2003) visade i sin studie att barn som får röra på sig regelbundet har lättare för att koncentrera sig och är mer uppmärksamma. Vi tror att detta är en orsak till att barn på naturförskolor är mer fokuserade och engagerade i aktiviteterna, eftersom de är mycket mer utomhus och har större ytor att röra sig på. Vi får en känsla av att det till största del beror på den enskilda pedagogens engagemang i yrket och för barnen. Likaså kan det bero på att pedagogernas engagemang kan vara större eftersom naturförskolorna har en speciell profil som man som pedagog söker sig till.

Naturen ger barnen många intryck, ytan är stor och där finns mycket rekvisita av olika slag, vilket underlättar uppkomsten av många olika sorters lekar. Det är viktigt att barn har material till sina lekar, det kan vara pinnar, stenar, löv med mera. Materialet ger barnen möjlighet att uttrycka sig i leken och sätter större fokus på leken snarare än på andra faktorer. Utelek underlättar därför samarbete och umgänge mellan barnen där de kan prioritera aktiviteten före att konkurrera med varandra (Claesdotter, 2006a & Drougge, 2007). Vi tror att de materiella förutsättningarna har en viss del i pedagogernas möjligheter att kunna vara utomhus. På en av förskolorna saknades det tak utomhus och därför upplevde pedagogerna

att de hindrades i att äta ute tillsammans med barnen. Vi anser att det är viktigt att prioritera en bra uteplats där man kan äta, pyssla eller ha andra aktiviteter. Då det gäller löst material som barn kan ha i sina lekar har förskolor vi besökt för det mesta en god tillgång till det. När barnen skulle berätta om anledningen till att de tycker om att vara utomhus var det många som sade att det är roligt för att det fanns mycket att göra och mycket material. Detta tycker vi pekar tydligt på att barn egentligen inte är speciellt intresserade av vuxenproducerade leksaker, utan att de föredrar naturmaterial av olika slag. Undantaget är hink, spade och andra sandleksaker. Därför tycker vi att alla, speciellt de traditionella förskolorna, i högre grad borde ta vara på naturmaterial som finns gratis runt förskolorna istället för att lägga pengar på dyra leksaker som till exempel cyklar.

En annan aspekt som vi konstaterat har en viktig betydelse är hur man klär sig för utevistelse. I intervjuerna med barnen tar ett fåtal av dem upp denna faktor. Det framgår i deras berättelser att klädvalet påverkar deras upplevelse av att vara ute och möjligheten till att gå ut på förskolan. Som Löge Haugen och Lysklett (2006) pekar på finns det många personer som undviker utevistelse för de saknar rätt kläder för aktiviteten. Vi anser att barnens familjer ibland kan komma i kläm eftersom kläder för utomhusbruk ibland kan innebära en utgift som vissa familjer inte har utrymme för. Vi tycker oss kunna se att det finns en risk för att vissa barn har fel klädsel utomhus på förskolan och att de därigenom får en negativ uppfattning av utevistelsen. Om föräldrarna till barnen saknar vana av utevistelse kan det innebära att de inte vet hur de skall klä sina barn så att de håller sig varma utomhus. Brügge (2007a) pekar på att en viktig sak att tänka på då man skall ut i naturen är att vara klädd rätt så att man kan hålla sig torr och varm.

Naturen har alltid varit en del av människans liv, men på senare tid har detta kommit i skymundan som vi ser det. Detta trots att läroplanen i förskolan sedan 35 år tillbaka har haft naturvivelser som en viktig del i barns vistelse på förskolan (Årlemalm-Hagsér, 2008). I vår studie har vi sett att barn mår bättre av att vara utomhus mycket året runt. En god hälsa påverkar individens sociala umgänge positivt då personen har mer möjligheter att vara delaktig, positiv och engagerad (Trygg Hansa, 2008). Vår studie tyder dessutom på att det är pedagogerna som påverkar pedagogiken och därmed vilken behållning barnen får av utevistelsen. Med tanke på alla de positiva effekterna som forskning visar tycker vi att det är förvånansvärt att inte fler förskolor tar tillvara den kunskapen som finns och låter barnen vara utomhus i större omfattning.

Metoddiskussion

Vi tyckte båda att barnens tankar skulle vara en central del i vår undersökning och därför ville vi använda oss av barnintervjuer. Eftersom barnen inte hade träffat oss innan intervjun fanns det en risk att barnet inte vågade berätta allt som de tyckte och kände. Denna faktor kan påverka det svar vi har fått av barnen i intervjuerna.

En annan intressant metod som vi kunde ha valt hade varit videoobservationer. Vid videoobservationer hade man kunnat studera hur barn leker. Observationer av barnen under längre tid hade kunnat ge oss större insyn i barnens lekar och därmed ökat förståelsen för svaren de gav i intervjuerna. Dessutom hade barnen under observationer lärt känna oss vilket då kan innebära att barnen vågar öppna sig mera.

Detta hade dock krävt mycket tid eftersom man hade behövt observera barnen under en längre tid.

I vår enkät hade vi följande två frågor: "Är du nöjd med antalet timmar som ni är utomhus?" samt "Skulle du vilja vara mer/mindre utomhus med barnen? Varför?". Redan då vi delat ut några stycken fick vi kommentarer på frågeformuleringarna. Många av pedagogerna upplevde att dessa två frågor gick in i varandra och handlade om samma sak. Trots detta valde vi att inte ändra formuleringarna, eftersom vi ville att frågorna skulle vara lika för alla. Samtidigt har detta faktum naturligtvis påverkat resultatet, vilket vi pekade på i resultatdelen.

I och med att vi delade ut enkäter med öppna svar till pedagogerna har vår möjlighet att få mer utförliga och djupare svar från pedagogerna minskat, som i stället kvalitativa intervjuer hade kunnat ge. Denscombe (2000) menar dock att öppna frågor i en enkät också är tidskrävande för den som skall delta, men också att det tar längre tid för den som skall analysera den insamlade data. Men eftersom syftet var att ta reda på deras tankar om utevistelse var detta ett bra alternativ. Men likaväl hade vi kunnat välja kvalitativa intervjuer som metod för att få en ännu djupare förståelse av vad pedagogerna hade för tankar. Dock hade detta krävt ännu mera tid att analysera eftersom vi även här skulle behöva skriva ner alla intervjuerna ordagrant innan själva analysen börjar. Nackdelen hade också varit att pedagogerna inte är lika anonyma eftersom vi som intervjuare hade vetat vem som svarade vad. De som intervjuades hade kanske i större utsträckning svarat det de tror att vi vill höra i stället för att berätta vad de faktiskt gör (Denscombe, 2000).

Närvarostatistik gav oss möjlighet att se om det fanns någon skillnad i barnens närvaro under en vecka på sensommaren (v.38) och en vecka på vinter (v.4). Det syntes inte någon skillnad mellan förskolorna under sensommaren och det tyder på att närvaro påverkas mycket av vilka veckor under året man väljer att hämta statistiken från. Därför var det viktigt att vi valde två helt olika årstider, annars kanske man inte hade kunnat se någon skillnad. Närvarostatistik för ett helt år eller några fler veckor hade kanske kunnat ge oss ett ännu tydligare resultat.

Förslag till vidare forskning

Vi tycker det vore intressant att göra en studie där man intervjuar pedagogerna på förskolorna om hur de ser på den vuxnes delaktighet i den fria leken. Flera forskningar visar att vuxnas deltagande i lek är viktigt för barnens utveckling. I våra barnintervjuer framkom det att pedagoger sällan deltog i barnens lek utomhus. Vad har pedagoger för åsikter om detta och vad är orsakerna till att pedagoger inte oftare deltar i barnens lekar?

En annan undersökning som man skulle kunna följa upp vår studie med är att ta reda på hur barnen som gått i naturförskola är som elever i den traditionella skolan. Man skulle kunna göra det som en studie som löper under flera år i vilken man gör uppföljningar med jämna mellanrum hos barnen. Genom att följa en grupp barn som gått på en naturförskola kan man se hur de upplever skolgången i den traditionella skolan. Känner barnen att det finns för- eller nackdelar med att de har gått på en naturinriktad förskola eller har detta inte påverkat deras situation i skolan?

En tredje studie man skulle kunna göra är att studera vilka olika socioekonomiska grupper barnen på naturförskolorna kommer ifrån. Finns det något samband mellan vilken socioekonomisk grupp man tillhör och valet av förskola? Väljer man naturförskola till sitt barn för att man själv som förälder är naturintresserad?

Referenslista

Bakke, Hjördis & Hoås Moen, Kari (2005). Gjør natur- og friluftsbarnhager barn friskere? I Lysklett, O (Red.), *Ute hele dagen! : artikkelsamling basert på nasjonal konferanse om natur- og friluftsbarnhager*: Trondheim, 21-22 oktober 2004. Trondheim: Dronning Mauds Minne: Høgskole for forskolelærerutdanning.

Berg, Anne (2005). Natur- og friluftsbarnhager – en motorikkfabrikk? Testing av barns motorikk. I Lysklett, O (Red.), *Ute hele dagen! : artikkelsamling basert på nasjonal konferanse om natur- og friluftsbarnhager* : Trondheim, 21-22 oktober 2004. Trondheim: Dronning Mauds Minne: Høgskole for forskolelærerutdanning.

Berry, Pauline (1999). A walk around Lucy's garden: a playground design to foster children's play and enhance learning. I Dau, E & Jones, E (Red.), *Child's play : revisiting play in early childhood settings*. Sydney, Australia: MacLennan & Petty.

Björkman, Karin (2005). Med känsla för naturen. I *Tidningen förskolan, Utomhuspedagogik – i förskola och förskoleklass*, nr 7, Lärarförbundet förlag.

Brodin, Jane & Lindstrand, Peg (2008). Alla kan vara med i en tillåtande lekmiljö. I Anette Sandberg (Red.), *Miljöer för lek, lärande och samspel*. Lund: Studentlitteratur.

Brügge, Britta (2007a). Varm, torr, mätt och glad. I Brügge, B., Glantz, M. & Sandell, K. (Red.), *Friluftslivets pedagogik : för kunskap, känsla och livskvalitet*. Stockholm: Liber AB.

Brügge, Britta & Szczepanski, Anders (2007b). Pedagogik och ledarskap. I Brügge, B., Glantz, M. & Sandell, K. (Red.), *Friluftslivets pedagogik : för kunskap, känsla och livskvalitet*. Stockholm: Liber AB.

Claesdotter, Annika (2005). Uterummet – en kunskapskälla. I *Tidningen förskolan, Utomhuspedagogik – i förskola och förskoleklass*, nr 7, Lärarförbundet förlag.

Claesdotter, Annika (2006a). Miljön har betydelse. I *Tidningen förskolan, Lekens roll i förskola och förskoleklass*, nr 8, Lärarförbundets förlag.

Claesdotter, Annika (2006b). Låt gården bli barnens scen. I *Tidningen förskolan, Lekens roll i förskola och förskoleklass*, nr 8, Lärarförbundets förlag.

Denscombe, Martyn (2000). *Forskningshandboken – för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur.

Dewey, John (1997). *Demokrati och utbildning*. Göteborg: Daidalos.

Drougge, Susanne (2007). *I Ur och Skur i skolan*. Hägersten: Frilufsfrämjandet.

Ericsson, Gunilla (2002) *Lära ute – upplevelser och lärande i naturen*. Hägersten: Frilufsfrämjandet.

Ericsson, Ingegerd (2003). *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer : en interventionsstudie i skolår 1-3*. Doktorsavhandling, Malmö: Lärarutbildningen.

Eskilsson, Lena (2000). Fritid och demokratisering. I Sandell, K. & Sörlin, S. (Red.), *Friluftshistoria – Från "hårdande friluftsliv" till ekoturism och miljöpedagogik*. Stockholm: Carlsson Bokförlag.

Vetenskapsrådet (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: CM Gruppen.

Glantz, Matz, Grahn, Patrik & Hedberg, Per (2007). Tätortsnära friluftsliv. I Brügge, B., Glantz, M. & Sandell, K. (Red.), *Friluftslivets pedagogik : för kunskap, känsla och livskvalitet*. Stockholm: Liber AB.

Grahn, Patrik & Mårtensson, Fredrika & Lindblad, Bodil & Nilsson, Paula & Ekman, Anna (1997). *Ute på dagis*. Doktorsavhandling, Alnarp: SLU Movium.

Granberg, Ann (2000). *Småbarns utevistelse – naturorientering, lek och rörelse*. Stockholm: Liber.

Granberg, Ann (2004). *Småbarnslek – en livsnödvändighet*. Stockholm: Liber.

Grindberg, Tora & Langlo Jagtöien, Greta (2000). *Barn i rörelse*. Lund: Studentlitteratur.

Guter, Harriet (2005). Vad är I Ur och Skur förskolan? I Lysklett, O (Red.), *Ute hele dagen! : artikkelsamling basert på nasjonal konferanse om natur- og friluftsbarnhager* : Trondheim, 21-22 oktober 2004. Tondheim: Dronning Mauds Minne: Høgskole for forskolelærerutdanning.

Hedberg, Per (2004). Att lära in ute – Naturskola. I Lundegård, I., Wickman, P-O. & Wohlin, A. (Red.), *Utomhusdidaktik*. Lund: Studentlitteratur.

Hultman, Sven-G (2000). Myndigheternas engagemang. I Sandell, K. & Sörlin, S. (Red.), *Friluftshistoria – Från "hårdande friluftsliv" till ekoturism och miljöpedagogik*. Stockholm: Carlsson Bokförlag.

Johansson, Stina (2004). *Bland stubbar och kottar – med barn i mulleskogen*. Sollentuna :Napema.

Johnsson, Ann-Cathrine (2008, 20 september). *Leka ostörda – utvecklande för barnen*. Skaraborgs Läns Tidning, s. 9, nummer 221.

Jonstoj, Tove & Tolgraven Åsa (1995). *En liten bok att lyssna på små barn*. Stockholm: Sveriges utbildningsradio.

Kavle, Steinar (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur

Klöfver, Helena (2000). Miljö och livsstil. I Sandell, K. & Sörlin, S. (Red.), *Friluftshistoria – Från "hårdande friluftsliv" till ekoturism och miljöpedagogik*. Stockholm: Carlsson Bokförlag.

Knutsdotter Olofsson, Birgitta (1987). *Leka för livet: En litteraturgenomgång av forskning om förskolebarns lek*. Stockholm: HLS.

Knutsdotter Olofsson, Birgitta (2003). *I lekens värld*. Stockholm: Liber

Leicht Madsen, Bent (1999). *Barn, djur & natur*. Lund: tidelund. (Översättning: Olof Zachrisson).

Lillemyr, Ole Fredrik (1990). *Lek på allvar – teorier om lek under förskoleåren*. Lund: Studentlitteratur.

Lillemyr, Ole Fredrik (2002). *Lek – upplevelse – lärande i förskola och skola*. Stockholm: Liber.

Lindqvist, Gunilla (1996). *Lekens möjligheter*. Lund: Studentlitteratur.

Lpfö 98 : Läroplan för förskolan (1998). Stockholm: Utbildningsdepartementet/ Fritzes.

Löfdahl, Annica (2004). *Förskolebarns gemensamma lekar- mening och innehåll*. Lund: Studentlitteratur

Lökken, Gunvor & Söbstad, Frode (1995). *Observation och intervju i förskolan*. Lund: Studentlitteratur.

Löge Haugen, Trond & Lysklett, Olav Bjarne (2006). *Små barn i uterummet*. I Lökken, G. & Haugen, S. & Röthle, M. (Red.), *Småbarnspedagogik – fenomenologiska och estetiska förhållningssätt*. Stockholm: Liber.

Mårtensson, Fredrika (2004). *Landskapet i leken – en studie av utomhuslek på förskolegården*. Doktorsavhandling, Alnarp: SLU.

Norling, Ingemar (2001). *Naturens och trädgårdens betydelse för hälsa för livskvalitet*. Göteborg: Göteborgs botaniska trädgård.

Quennerstedt, Mikael, Öhman, Marie & Öhman, Johan (2007), *Friluftsliv, hälsa och livskvalitet*. I Brügge, B., Glantz, M. & Sandell, K. (Red.), *Friluftslivets pedagogik : för kunskap, känsla och livskvalitet*. Stockholm: Liber AB.

Sellgren, Germund (2004). *Estetiken, sinnligheten, lyriken*. I Lundegård, I., Wickman, P-O. & Wohlin, A. (Red.), *Utomhusdidaktik*. Lund: Studentlitteratur.

Sjölander, Sverre (2007) *Människans relation till naturen – från forntid till nutid*. I Dahlgren, L O., Sjölander, S., Strid J P. & Szczepanski, A. (Red.), *Utomhuspedagogik som kunskapskälla – närmiljö blir lärmiljö*. Lund: Studentlitteratur.

Skogslund, Gösta (Red.) (1994). *Utbildning naturligtvis*. Friluftsförbundet & Stiftelsen Håll Sverige Rent. Växjö: Human Eco.

Szczepanski, Anders (2007) Uterummet – ett mäktigt klassrum med många lärmiljöer. I Dahlgren, L O., Sjölander, S., Strid J P. & Szczepanski, A. (Red.), *Utomhuspedagogik som kunskapskälla – närmiljö blir lärmiljö*. Lund: Studentlitteratur.

Trost, Jan (2007). *Enkätboken*. Lund: Studentlitteratur.

Zettersten, Gunnar & Kvarnäck, Maria (2007). *20 argument för friluftsliv – plus några extra*. Stockholm: Friluftsrådet.

Wallström, Birgitta (1992). *Möte med Fröbel*. Lund: Studentlitteratur.

Ärlemalm-Hagsér, Eva (2008). Skogen som pedagogisk praktik ur ett genusperspektiv. I Anette Sandberg (Red.), *Miljöer för lek, lärande och samspel*. Lund: Studentlitteratur.

Internetsidor:

Centrum för miljö- och utomhuspedagogik (2004), CMU, Linköpings universitet
Hämtad 30 maj, 2008, från Linköpings universitets sajt:
<http://www.liu.se/esi/cmu/uthped.html>

Friluftsförbundet & Unilever Sverige AB (2008). Barn har rätt att vara barn.
Hämtad 22 september 2008 från sajt:
http://frilufts.drift.gcab.se/dynasite/htdocs/objects/pressmeddelande_Barn%20ratt%200vara%20barn.doc.pdf

Hagberg, Michael (2007). Motion 2007/08:Kr203 Allemansrätten.
Hämtad 9 september 2008 från Riksdagens sajt:
http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=410&dok_id=GV02Kr203

Nationalencyklopedin (2008a) - Hälsa
Hämtad 6 maj 2008, från Nationalencyklopedin Internettjänster
http://www.ne.se.ezproxy.server.hv.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=O187949

Nationalencyklopedin (2008b) – Kognitiv utveckling
Hämtad 7 oktober 2008, från Nationalencyklopedin Internettjänster
http://www.ne.se.ezproxy.server.hv.se/jsp/search/search.jsp?h_search_mode=simple&h_advanced_search=false&t_word=kognitiv+utveckling&btn_search=S%F6k

Nationalencyklopedin (2008c) - Allemansrätten
Hämtad 8 september 2008, från Nationalencyklopedin Internettjänster
http://www.ne.se.ezproxy.server.hv.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=111733&i_word=Allemansr%e4tten&i_h_text=1&i_rphr=Allemansr%e4tten

Nilsson, Göran (2008). Hälsodesign framtidens planeringsmodell. Hämtad 8 september, 2008, från Movium: <http://www.movium.slu.se/nyheter/lasmer.cfm?199>

Socialstyrelsen (2005). *Miljöhälsorapport 2005*. Hämtad 28 augusti, 2008, från Socialstyrelsens sajt:
<http://www.socialstyrelsen.se/Publicerat/2005/8651/Sammanfattning.htm>

Söderström, Margareta & Blennow, Margareta (1998). Barn på utedagis hade lägre sjukfrånvaro. Hämtad 8 september, 2008, från Läkartidningens sajt:
<http://tarkiv.lakartidningen.se> (1998, nr 15, s. 1670-1672)

Söderström, Margareta, Mårtensson, Fredrika, Grahn, Patrik & Blennow, Margareta (2004). *Utomhusmiljön i förskolan: betydelse för lek och utevistelse*. Ugeskrift for legerer. 166/36, s. 3089-3092. Hämtad 8 september 2008, från Ugeskrift for legeres sajt: <http://www.ugeskriftet.dk/LF/UFL/2004/36/pdf/VP38866.pdf>

Trygg Hansa (2008). *Utelek ger friskare barn*. Hämtad 28 april, 2008, från Trygg Hansas sajt:
<http://www.tryggabarn.nu/barn/Page9512.html>



Vänersborg maj 2008

Hej!

Vi är två studenter som läser till förskolelärare vid Högskolan Väst och som skriver ett examensarbete om utomhuspedagogik. Vi vill ta reda på hur barn tänker om utevistelse och lek utomhus genom att intervjua barn på förskolan. Vi kommer under intervjuerna att använda oss av bandspelare och anteckningar. För att kunna genomföra intervjuerna med barnen måste vi ha svar från er föräldrar om ni samtycker till detta eller inte.

Allt material kommer att behandla konfidentiellt. Detta innebär att materialet endast kommer att vara tillgängligt för oss i vår forskning och inga namn eller förskolor kommer att nämnas i den färdiga uppsatsen. Om du har frågor eller funderingar över något får du gärna höra av dig till oss. Ifall du är intresserad av att ta del av den färdiga uppsatsen är du välkommen att kontakta oss.

Vi skulle vara mycket tacksamma om ni kunde fylla i svarstalongen här nedan och lämna in den till personalen senast måndag den 30 maj 2008.

Tack på förhand!
Med vänliga hälsningar

Madeleine Carlsson
Mobil: XXXX-XX XX XX
E-post:@student.hv.se

Marie Sandblom
XXXX-XX XX XX
.....@student.hv.se

Klipp här!----- Klipp här!

Vänligen fyll i här:

_____ (barnets namn)

_____ (underskrift av förälder)

- Vi godkänner att vårt barn intervjuas och deltar i undersökningen
- Vi vill inte att vårt barn deltar i undersökningen

Barnintervjufrågor - C-uppsatsen

Start: Presenterar mig själv, berättar att jag skall bli förskolelärare och vad frågestunden kommer handla om. Säg sedan: ”- Nu vill jag fråga dig några frågor.....”

1. Vad heter du?
2. Hur gammal är du?
3. Brukar ni få vara utomhus när du är på förskolan?
4. Berätta vad gör du när du är utomhus på förskolan....
5. Vad är din favoritlek när du är ute på förskolan?
 - a. Berätta så mycket du kan om den leken.....
6. Vad brukar du använda för leksaker ute på förskolan?
7. Leker fröknarna tillsammans med er när ni är utomhus?
8. Leker ni gemensamma lekar tillsammans med fröknarna utomhus ibland?
9. Tycker du om att vara utomhus?
 - a. Berätta för mig varför du tycker så.
 - b. Berätta hur du mår när du är utomhus.
10. Är det något mer du vill berätta för mig?

Avslutning: ”- Du har berättat mycket för mig idag, jag skulle vilja tacka dig för att du har hjälpt mig.”

Madeleine Carlsson & Marie Sandblom
Lärarprogrammet 2005



Vänersborg maj 2008

Hej!

Vi är två studenter som läser till förskolelärare vid Högskolan Väst och som skriver ett examensarbete om utomhuspedagogik. I vår studie vill vi ta reda på hur barn tänker om utevistelse och lek utomhus genom att intervjua barn på förskolan. Vi vill också ge en kort enkät till er pedagoger med frågor om utomhusvistelse. Enkäten tar vi med oss samma dag som vi besöker förskolan för att intervjua barnen.

Vi är tacksamma för att vi får lov att komma till er för att göra vår undersökning. Om du har frågor eller funderingar över något får du gärna höra av dig till oss. Ifall du är intresserad av att ta del av den färdiga uppsatsen är du välkommen att kontakta oss.

Med vänliga hälsningar

Madeleine Carlsson
Mobil: XXXX-XX XX
E-post:@student.hv.se

Marie Sandblom
XXXX- XX XX XX
.....@student.hv.se

Enkät om utevistelse

Hur gammal är du?
..... år

Vad har du för utbildning?

.....
.....

Hur många barn har ni på er avdelning?
..... stycken

Hur många timmar i veckan är ni utomhus med barnen?
..... timmar

Varierar antalet timmar under året dvs är ni ute mer under vissa
perioder?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Är du nöjd med antalet timmar som ni är utomhus?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Skulle du vilja vara mer/mindre utomhus med barnen? Varför?

.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....

Om du jämför perioder då ni är mycket utomhus jämfört med perioder då ni är mer inomhus, kan du se några skillnader på barnen?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Övriga synpunkter.....

.....
.....
.....
.....
.....

Tack för din medverkan!
Madeleine & Marie

Högskolan Väst
Institutionen för individ och samhälle
461 89 Trollhättan
Tel 0520-22 30 00 Fax 0520-22 30 99
www.hv.se