

Fysisk aktivitet og fellesskapsfølelse i barnehagen

Hvordan mener ansatte i barnehagen at fysisk aktivitet har sammenheng med de yngste barnas fellesskapsfølelse i barnehagen?

Anna Bekken Snøan

Kandidatnummer: 11

Bacheloroppgave

[BNBAC3900]

Trondheim, April 2023

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



DronningMaudsMinne
HØGSKOLE FOR BARNEHAGELÆRERUTDANNING

Innholdsfortegnelse

1.	Innledning.....	2
1.1	Valg av tema og problemstilling	2
1.2	Oppgavens struktur.....	3
2.	Teori	3
2.1	Fysisk aktivitet i barnehagen	4
2.2	Meg, deg og oss – fellesskapsfølelse i barnehagen	5
2.2.1	Sosial utvikling og sosial kompetanse.....	6
2.3	De yngste barna i barnehagen.....	7
2.4	Den tilstedeværende barnehagelæreren	8
3	Metode.....	10
3.1	Valg av metode.....	10
3.2	Kvalitativ metode	11
3.3	Valg av informanter.....	11
3.4	Datainnsamling.....	12
3.5	Analyse av datamateriale.....	13
3.6	Metodekritikk	13
3.7	Etiske retningslinjer.....	14
4	Funn og drøfting	15
4.1	Samspill og fellesskap	15
4.1.1	Latter, glede og bevegelse	17
4.2	Bevegelsesglede i barnehagen.....	18
4.2.1	Fysisk aktivitet – et bidrag til fellesskapet	18
4.2.2	Mestring skaper fellesskap	20
4.3	Pedagogrollen for gode samspillsmønstre.....	21
5	Avslutning	24
6	Referanseliste	26
7	Vedlegg	28
7.1	Informasjon- og samtykkeskjema.....	28
7.2	Intervjuguide	31

1. Innledning

1.1 Valg av tema og problemstilling

I mai 2022 oppdaterte Helsedirektoratet nasjonale råd om fysisk aktivitet for barn og unge og skriver at «*Barn 1-5 år bør være allsidig fysisk aktive med varierte bevegelser, aktiviteter og lek ...*» (Helsedirektoratet, 2022). Dette er hovedsakelig på grunn av helsemessige fordeler, men en kan også trekke en linje mellom fysisk aktivitet og trivsel. I min bacheloroppgave har jeg valgt temaet fysisk aktivitet og fellesskapsfølelse. Den personlige begrunnelsen for valg baserer seg blant annet på egen barndom, og betydningen av fysisk aktivitet og fellesskap. Selv har jeg alltid jaget etter det å føle meg som en del av fellesskapet og veien inn for meg var fysisk aktivitet. Det å føle seg som en del av et fellesskap og få inkludert andre inn, er noe jeg brenner for og vil ta med inn i barnehagen. Det å være i fysisk aktivitet er noe jeg anser som en god strategi for å skape en fellesskapsfølelse i en gruppe, gjennom å bruke kroppen sin og holde på med det samme. Jeg har mest erfaring knyttet til de eldste barna i barnehagen og derfor synes jeg det er spennende med fokus på de yngste barna i denne oppgaven. Det å skal skrive en oppgave om de yngste barna tror jeg vil gi meg ny kunnskap om et felt jeg ikke har så mye erfaring med fra før. Jeg ønsker at arbeidet med denne bacheloren gir meg inspirasjon til hvordan en kan jobbe med fellesskapsfølelse blant de yngste barna i barnehagen. Jeg ønsker i tillegg å lære mer av andre ansattes erfaringer og tanker rundt fysisk aktivitet og fellesskapsfølelse i barnehagen.

En annen begrunnelse for valg av tema er at jeg gjennom mine studieår har hatt fokus på blant annet fysisk aktivitet i undervisningen. Det å legge til rette for en aktiv livsstil tidlig er viktig og barnehagen har et betydelig ansvar for å gi barna en oppvekst med fysisk aktivitet og bevegelseslæring (Fjærtøft, 2010, s. 121). Det å være en del av et felleskap er også viktig da en kan si det er en beskyttelsesfaktor for barns utvikling. Deltakelse i fellesskap og vennskap er sentrale arenaer for utviklingen av den sosiale og emosjonelle kompetansen (Løkken & Martinsen, 2018, s. 134). Barn deltar tidlig i ulike sosiale nettverk, og en barnegruppe i barnehagen er et av disse nettverkene. De yngste barna er svært opptatte av hverandre og kommuniserer ofte gjennom nonverbal kommunikasjon (Drugli & Lekhal, 2018, s. 74). Gjennom å være fysiske aktive sammen som en gruppe tror jeg det er med å fremme fellesskapsfølelse i barnegruppa. Løkken og Martinsen (2018, s. 133) hevder at barnehagen er en unik arena for de yngste barna til å danne – og få erfaringer med fellesskapstid, gjerne

gjennom fysiske aktiviteter. Ut fra egne erfaringer er fysisk aktivitet ofte aktiviteter som ikke krever noen form for direkte snakking, så det kan være enklere å slenge seg på for de som ikke har ferdig utviklet språk.

Gjennom min interesse for dette temaet har jeg blitt mer nysgjerrig på om ansatte i barnehagen ser sammenhengen mellom fysisk aktivitet og fellesskapsfølelse i barnehagen. Dette ligger til grunn for valgt problemstilling:

Hvordan mener ansatte i barnehagen at fysisk aktivitet har sammenheng med de yngste barnas fellesskapsfølelse i barnehagen?

1.2 Oppgavens struktur

Oppgaven er delt inn i tre deler og består av et teorigapittel, metodekapittel og et kapittel om funn og drøfting. I teorigapittelet skal jeg ta for meg relevant teori i forhold til problemstillingen, og jeg har valgt meg ut tre hovedkategorier utfra analysen av datamaterialet. Disse kategoriene vil bli presentert i oppgavens teorigapittel. I metodekapittelet skal jeg presentere valg av metode til datainnsamlingen og redegjøre for metoden og valg av informanter. Videre i metodekapittelet kommer fremgangsmåten for analysering av datamaterialet, før jeg til slutt går inn på etiske retningslinjer og metodekritikk. I oppgavens funn- og drøftingskapittel skal jeg presentere funnene fra datainnsamlingen og drøfte disse i lys av teori fra teorigapittelet og problemstillingen. Avslutningsvis skal jeg oppsummere funn- og drøftingskapittelet og se om jeg har fått svar på problemstillingen min. Her vil problemstillingen bli presentert og jeg skal formidle hva jeg har funnet ut under arbeidet med bacheloroppgaven.

2. Teori

I teorigapittelet skal jeg ta for meg ulike teorier som er aktuelle for å belyse problemstillingen og ta med inn i oppgavens funn og drøftingskapittel. Jeg har valgt teorier som samsvarer med datamaterialet jeg samlet inn til bacheloroppgaven. Den ansattes rolle i fysisk aktivitet med barna, fysisk aktivitet og fellesskap knyttet til de yngste barna er kategoriene for teorigapittelet. Kategoriene skal knyttes opp mot de yngste barna i barnehagen.

2.1 Fysisk aktivitet i barnehagen

Bevegelseserfaringene og kropp er tett knyttet til utviklingen av barnas selvoppfatning, og derfor er det viktig at de får opplevd mestring gjennom ulike bevegelser gjennom barnehagehverdagen (Osnes et al., 2020, s. 16). Grunnlaget for en fysisk aktiv livsstil etableres gjennom ulike erfaringer med kroppslig bevegelse i løpet av de første leveårene (Giske et al., 2010, s. 53). Bouchard, Shepard og Stephens (1994) beskriver fysisk aktivitet som all kroppslig bevegelse som er produsert av skjelettmuskulatur som resulterer i økt puls (Lundhaug, 2010, s. 139). Alle barn har et behov for å være fysisk aktive, først og fremst fordi de har et iboende og naturlig behov for å være i bevegelse (Lundhaug, 2010, s. 138). I barnehagen kan for eksempel lek og friluftsliv være fysisk aktivitet. Gjennom barnehagehverdagen er barn fysiske aktive i flere former for lek og hvor barna kroppen og får opp pulsen gjennom for eksempel løping og herjing (Lundhaug, 2010, s. 139).

Lundhaug (2010, s. 140) skriver at formålet med fysisk aktivitet er å utvikle barnas grunnleggende motoriske ferdigheter, kroppsbeherskelse og fysiske egenskaper, samtidig som fysisk aktivitet bidrar til å skape et fellesskap. Videre skriver han at et av prinsippene for barns fysiske aktivitet er mestring (Lundhaug, 2010, s. 141). De skal få vist hva de kan, utfordret seg og utviklet seg. En kan for eksempel ta for seg hinderløype som aktivitet. Her er det ulike hindre hvor barna får utfordret seg selv, feilet, prøvd igjen og følt på mestring. Sandseter (2020, s. 59) skriver om utfordringspedagogikk, hvor hun snakker om å gi barna de utfordringene de trenger, og la barna få kontakt med sine dype følelser. Videre forklarer hun at utfordringspedagogikken handler om å gi mulighet til å møte på utfordringer, oppleve usikkerhet og frykt for å bli kjent med seg selv og omgivelsene rundt (Sandseter, 2020, s. 58).

Fysisk aktivitet kan knyttes til et sosialt fellesskap. Gjennom å bli påvirket kroppslig i det sosiale fellesskapet skaffer barna seg nye erfaringer, samt at tidligere erfaringer blir påvirket (Moser, 2020, s. 84). I barnehagens sosiale fellesskap utvikler barna deres kunnskap på grunnlag av sanselige og kroppslige erfaringer. Moser skriver om studier som viser at fysisk aktivitet sammen har en betydning for relasjoner imellom barna (Moser, 2020, s. 84). Kroppen oppleves og formes gjennom barnas deltakelse i det sosiale fellesskapet, samt opplevelser og erfaringer knyttet til det å være deltakende i fellesskapet (Moser, 2020, s. 84). Ettersom fysisk aktivitet og kroppslighet har en stor betydning for de sosiale relasjonene blant

barn, bør en også være oppmerksom på de potensielle negative aspektene ved kroppsligheten (Moser, 2018, s. 88). Negative følelsesmessige opplevelser som blant annet eksklusjonsprosesser kan forekomme i barnehagealderen (Moser, 2018, s. 88). Dette er det viktig at ansatte i barnehagen er bevisste på og bidrar til å styrke positive holdninger til annerledeshet. En kan se at fysisk aktivitet i et sosialt perspektiv kan være en indikator på både styrker og svakheter i utviklingen av barnas sosiale kompetanse, og det å ha en bevissthet både rundt styrkene og svakhetene er viktig i det pedagogiske arbeidet (Moser, 2018, s. 92).

Fysisk aktivitet i form av utelek og turer ute i naturen stimulerer ulike aktivitetsbehov hos barna (Hagen, 2020, s. 365). Ute finner man ulike naturgjenstander som gir barn muligheter til å velge bevegelsesløsninger som er tilpasset ens ferdighetsnivå, og rammeplanen fremhever at barnehagen skal være en arena for daglig fysisk aktivitet samt fremme deres bevegelsesglede (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 13). Gjennom å være i fysisk aktivitet ute i naturen kan barna få bruke sin kreativitet og finne de utfordringen som passer det en selv, noe som kan føre til mestring. Mestring er med å styrke barnas tro på seg selv (Drugli & Lekhal, 2018, s. 128). Det kan dreie seg om mestring av motoriske utfordringer som det å for eksempel klatre, gå og hoppe. På en småbarnsavdeling vil det være barn med ulike ferdigheter, hvor alle har noe de skal lære seg (Drugli & Lekhal, 2018, s. 128). Her er et viktig punkt at de opplever det å lære som noe positivt, selv om de kanskje ikke klarer det på første forsøk. Drugli og Lekhal (2018, s. 128) peker på at i arbeid med de yngste barna i barnehagen er det viktig å heie på prosessen og ikke kun på resultatet. Det er i nettopp denne prosessen barna bygger opp mestringsressurser (Drugli & Lekhal, 2018, s. 128).

2.2 Meg, deg og oss – fellesskapsfølelse i barnehagen

I rammeplanen for barnehagen, innhold og oppgaver, heretter omtalt som rammeplanen for barnehagen, er det fremhevet at barnehagen skal være et trygt sted hvor barna skal få prøvd ut ulike sider ved samspill, fellesskap og vennskap i barnehagen (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 13). Fra langt tilbake har forskere pekt på fellesskap og dens påvirkning på oss som individer. For drøye to tusen år siden leste og vedtok Aristoteles at vi mennesker er sosiale vesen, og utenfor fellesskap eller ved mangel på fellesskap, ble vi monstre (Vetlesen, 2009, s. 19). Fellesskap er noe som må tjene individet og fremstå som hensiktsmessig å ta del i

(Vetlesen, 2009, s. 26). I rammeplanen for barnehagen er fellesskap et fremtredende begrep og arbeidet om å fremme vennskap og fellesskap i barnehagen trekkes frem.

(Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 19). Hvis en spør et barn om hva som er viktigst at de får erfare i barnehagen er det ikke utenkelig at de svarer å leke med venner, noe som er knyttet til en følelse av å være en del av noe, et fellesskap. Løkken og Martinsen (2018, s. 134) skriver at det å være en del av et fellesskap er en beskyttelsesfaktor knyttet til barns utvikling og deltakelsen i et fellesskap er en sentral arena for utviklingen av den sosiale og emosjonelle kompetansen. Videre skriver de at barn som har gode relasjoner til andre barn og voksne, samt opplever å mestre og å høre til i et fellesskap vil i mindre grad viser negativ adferd (Løkken & Martinsen, 2018, s. 134).

Barnehagen er en unik arena hvor barn får utviklet et samvær med de jevnaldrende, og barnehagens oppgave her innebærer å legge til rette for, og investere i fellesskapstid, gjerne gjennom felles aktiviteter (Løkken & Martinsen, 2018, s. 133). Barnehagen har store muligheter for å tilrettelegge for lek, inkludering i et fellesskap samt gode relasjoner mellom barna (Drugli & Lekhal, 2018, s. 133). I rammeplan for barnehagen står det at barnehagen skal være en arena hvor alle barn skal kunne erfare å være betydningsfulle for fellesskapet, samt å være en del av et positivt samspill med barn og voksne (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 19). Gjennom leken dannes relasjoner og i små barns kommunikasjon søkes det ofte de samme tingene og de har gjerne et ønske om å gjøre det samme som de andre (Løkken & Martinsen, 2018, s. 135).

2.2.1 Sosial utvikling og sosial kompetanse

Det er i det sosiale samspillet en lærer, kjenner tilhørighet, trives og utvikler seg, og for barna kan det være helt avgjørende for blant annet emosjonell og motorisk utvikling (Størksen, 2018, s. 79). Begrepet sosial utvikling spiller på individets utvikling knyttet til å inngå i sosiale samspill med mennesker i sine omgivelser. At individet får innsikt i seg selv i samspill med andre, andres følelser og opplevelser er noe som inngår i den sosiale utviklingen. Det dreier seg både om de naturlige instinktene samt tillærte ferdigheter, dermed beror det både biologiske forutsetninger og miljø i hjemmet og barnehagen (Størksen, 2018 s. 81). Trivsel og utvikling på flere områder, som for eksempel motorikk, følelser og lek er med å påvirke hvordan ulike barn fungerer i samspill med andre. I barnehagen har de ansatte en viktig rolle

da de er betydningsfulle voksne som gir barna nye sosiale erfaringer (Drugli & Lekhal, 2018, s. 73). Det sosiale samspillet til små barn utvikles gradvis, da de er svært opptatt av hverandre. Små barn som fungerer godt i komplekst samspill med jevnaldrende, fungerer ifølge Howes og Phillipson (1998) bedre prososialt både i barnehagen og i skolen (Drugli & Lekhal, 2018, s. 74). De yngste barna har ofte et komplekst samspill da de i stor grad benytter seg av nonverbal kommunikasjon i form av bevegelser, plassering i rommet og følelsesuttrykk. Samspill rundt utforskning av leker og felles opplevelser er med å prege mye av det positive samspillet barn imellom (Drugli & Lekhal, 2018, s. 75).

Sosial kompetanse er et overordnet begrep som dreier seg om hvordan barn bruker sine sosiale ferdigheter hensiktsmessig i ulike sosiale sammenhenger (Løkken og Martinsen, 2018, s. 73). Dette innebærer regulering av følelser og adferd i forhold til andres behov og i den enkelte situasjon. Sosiale ferdigheter er komplekse ferdigheter som utvikles i positive samspill med andre. De yngste barna trenger slike erfaringer knyttet til positive samspillserfaringer for å fremme deres sosiale kompetanse (Løkken og Martinsen, 2018, s. 74). Barn som tidlig blir avvist av andre barn, havner raskere i risiko for utvikling av dårlig sosial kompetanse. Uten den sosiale kompetansen kan barna risikere å miste fordelene av god sosial kompetanse. En god sosial kompetanse er en av de viktigste beskyttelsesfaktorene individuelt, og er med å fremme mestring og robusthet (Løkken og Martinsen, 2018, s. 74). I barnehagen er de ansattes rolle viktig både som samspillspartnere og støttespillere med tanke på å få samspillet mellom barna til å fungere og samspill mellom voksen – barn (Løkken og Martinsen, 2018, s. 74).

2.3 De yngste barna i barnehagen

Små barn lar seg fascinere av gjentakelser, som for eksempel det å gå opp og ned samme trapp, løpe frem og tilbake fra vegg til vegg og åpne og stenge en dør (Samuelsson, 2018, s. 23). Med de yngste barna er det ofte enkelt å vinne fortrolighet og tillit gjennom å vise interesse for barnas gjøremål og interesser. Barnehagen skal utfordre, utvikle og utvide små barns verden, gjennom å introdusere de for nye normer, verdier og opplevelser (Samuelsson, 2018, s. 23). Størksen (2018, s. 79) poengterer dette med hvordan flere områder påvirker hverandre gjensidig i de tidlige årene. Videre hevder hun at det å klare å inngå i positive

samspill tidlig med andre barn er viktig for blant annet den motoriske utviklingen (Størksen, 2018, s. 80).

I løpet av de yngste barnas tidlige utvikling vil det være en periode hvor de arbeider med å tilpasse sin adferd til den sosiale konteksten, som fører til trivsel. Trivsel og det å tilpasse seg sosialt blir en viktig byggestein for læring og utvikling, både med tanke på barnehageårene, men også gjennom hele livsløpet (Størksen, 2018, s. 85). Som tidligere nevnt etableres grunnlaget for en fysisk aktiv livsstil gjennom ulike bevegelseserfaringer i de tidlige leveårene (Giske, Tjensvoll, Dyrstad, 2010, s. 53). I rammeplan for barnehagen står det at barnehagen skal gi rom for barnas ulike forutsetninger, perspektiver, samt å bidra til at barna, i et fellesskap med andre, skal tro på egne evner og utvikle et positivt forhold til seg selv (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11). Blant de yngste barna er trygghet en forutsetning for at de skal delta i aktiviteten som foregår, og gjennom fysisk nærhet og psykisk tilgjengelighet kan tryggheten dannes (Röthle, 2021, s. 133). Det å kunne kommunisere med de omgivelsene som er rundt oss er vesentlig, og for de yngste barna er sanseopplevelsene en forutsetning for å kunne orientere seg. Med sanseopplevelser peker Bruce (2021, s. 159) på blant annet det vi ser, hører og hvordan vi beveger oss med kroppen.

Knyttet til barns tidlige utvikling er det i tillegg viktig med gode og forutsigbare rutiner, som er med å skape trygghet blant de yngste barna i barnehagen (Drugli & Lekhal, 2018, s. 109). Hos de yngste barna i barnehagen er rutinene et hjelpemiddel for å skape trygghet, gjennom å vite hva som forventes og hva som skal skje (Drugli & Lekhal, 2018, s. 109). I barnehagen er det nå blitt et større fokus på fysisk aktivitet, men blant de yngste barna er det også viktig å huske å ta pauser og hvile. Slik får de fordøyd opplevelser og inntrykk (Drugli & Lekhal, 2018, s. 109). Det er ikke nødvendig med et fullspekket program på småbarnsavdelinger, men heller fokus på å tone ned travelheten og gi større rom for hvile mellom slagene (Drugli & Lekhal, 2018, s. 112).

2.4 Den tilstedeværende barnehagelæreren

«God barnehagekvalitet for små barn er gode relasjoner mellom barn og de ansatte.» (Drugli & Lekhal, s. 115). Gjensidighet og anerkjennelse av barnet som den barnet er kjennetegner

gode relasjoner, hvor barns trygghet og nærhet dannes (Drugli & Lekhal, 2018, s. 115). I tillegg er det viktig at den ansatte er sensitiv gjennom å fange opp og gi svar på barnas uttrykk og signaler, da dette er med å skape blant annet en trygg tilknytning (Drugli & Lekhal, s. 115). Gjennom å fange opp hva barnet er opptatt av og følge barnets oppmerksomhetsfokus vil det styrke relasjonen som kan resultere i trivsel, utvikling og læring (Drugli & Lekhal, 2018, s. 117). Samtidig kan den ansatte bidra til å fremme barnets interesse og videre utforskning gjennom å gi støtte og oppmerksomhet, da gjennom å vise engasjement eller bare det å gi en klem eller si noe for å bekrefte det barnet gjør (Drugli & Lekhal, 2018, s. 117).

Barnehageansattes rolle i barnehagen baseres blant annet på å legge til rette for et inkluderende miljø i barnehagen (Pedersen, 2015, s. 153). Når barn og voksne i barnehagen inngår i sosiale relasjoner og lærer av hverandre utvikles et praksisfellesskap (Løkken & Martinsen, 2018, s. 137). For å skape et slikt fellesskap i barnehagen, kan man benytte seg av ulike strategier. Ulike gruppeinndelinger er et eksempel på dette, men man finner også ulike fellesskap under måltid og turgrupper. I slike fellesskap er barna i en felles virksomhet hvor de deler et felles repertoar (Drugli & Lekhal, 2018, s. 138). For å skape et inkluderende miljø i barnehagen er det vesentlig å utvikle en inkluderende pedagogikk i barnehagen. En slik pedagogikk handler blant annet om hvordan man setter sammen barne- og lekegrupper, samt fordeling og bruk av voksne i aktiviteten (Pedersen, 2015, s. 153). Personalet bør sette av tid til å diskutere målsettinger for barnegruppa, slik at en kan etablere og opprettholde en inkluderende praksis (Pedersen, 2015, s. 153).

I fysiske aktiviteter med barna kan det som barnehageansatt være nyttig å ta i bruk en slags tilskuerrolle, hvor man observerer og motiverer fra utsiden. Fra denne posisjonen kan de ansatte få oversikt gjennom observasjon både over barnas lekferdigheter og motorikk (Osnes et al., 2020, s. 51). Hvordan det sosiale miljøet er i barnegruppa, er noe en kan observere ved å innta en tilskuerrolle. Kunnskapen en får kan en bruke til å tilrettelegge og organisere aktiviteter som fremmer både sosial kompetanse og bevegelseserfaringer (Osnes et al., 2020, s. 51). Som observatør kan man samtidig være til stede, gi oppmerksomhet og heie på barna når de vil vise seg fram (Osnes et al., 2020, s. 51). I tillegg til denne observatørrollen, er det også hensiktsmessig å involvere seg direkte i barnas fysiske aktivitet, altså ha en deltakende rolle. Den ansattes deltakelse kan inspirere og motivere barna til å teste ut nye ting og utfordre

seg selv. Osnes et al. (2020, s. 54) viser til et eksempel hvor en ansatt viser barna at hun kan slå hjul, noe som imponerte og overrasket barna. Barna ville deretter være med denne ansatte og etter hvert lærte flere seg å slå hjul. Dette kan vi se på småbarn også med andre type eksempler med deltakende voksne (Osnes et al., 2020, s. 54). Det kan være så enkelt som det å sette seg i sandkassa og lage sandslott eller bare grave i sanden. Barn er oppmerksomme på ulike væremåter og gjennomskuer den voksne fort (Osnes et al., 2020, s. 54). Derfor bør en som ansatt forstå og tilrettelegge for barns nysgjerrighet og impulsivitet, samt ha kunnskap om barns lek og bevegelseslæring (Osnes et al., 2020, s. 54).

3 Metode

Metode er et redskap som hjelper en i møte med noe en skal utforske (Dalland, 2017, s. 52). For å samle inn den informasjonen en trenger til undersøkelsen en holder på med, vil metode være et godt verktøy. Det finnes ulike typer metoder som hjelper oss med å samle data, og hvilke metoder som egner seg varierer utfra hvilken undersøkelse en skal ha (Dalland, 2017, s.52). I metoddelen skal jeg redegjøre for hva metode er, samt begrunne valget av metoden jeg har valgt for mitt forskningsprosjekt. Videre skal jeg se på den valgte metoden, etterfulgt av valg av informanter før jeg til slutt kommer innpå metodekritikk. Helt til slutt skal jeg gå inn på etiske valg jeg har tatt høyde for under prosessen.

3.1 Valg av metode

Når jeg skulle velge hvilken metode jeg skulle benytte meg av, valgte jeg den metoden jeg følte var best egnet med tanke på problemstillingen min. Dalland skriver at problemstillingen styrer valg av metode (Dalland, 2017, s. 195). Metodevalget baserte seg også på hva som var hensiktsmessig for å få relevant informasjon fra informantene. Jeg var ute etter informantenes meninger og erfaringer knyttet til fysisk aktivitet og fellesskapsfølelse. Gjennom intervju som forskningsmetode hadde jeg som mål å få frem betydningen av informantenes erfaringer knyttet til problemstillingen. Kvale og Brinkmann (2018, s.42) forteller at formålet med kvalitativt forskningsintervju er å forstå sider ved informanten og dens egne perspektiv. Dette er grunnen til at jeg landet på intervju som forskningsmetode, som er en kvalitativ metode (Dalland, 2017, s. 65).

3.2 Kvalitativ metode

I et kvalitativt intervju søker man kvalitativ kunnskap og spørsmålene bør være en blanding av meningsspørsmål og faktaspørsmål (Kvale og Brinkmann, 2018, s. 47). Metoden bærer preg av følsomhet og nærhet overfor konteksten den gjennomføres i, noe som gjør kvalitativ forskningsmetode spennende og intens samtidig som det kan by på utfordringer (Tjora, 2021, s. 17). Utfordringene en kan møte på dreier seg blant annet om justering underveis, handlinger og ideer (Tjora, 2021, s. 17). I forhold til min oppgave tenkte jeg på et mulig utfall for metoden. Hva om forholdene ikke blir helt som jeg hadde tenkt, og datainnsamlingen noe annerledes? Derfor kan det lønne seg å gjennomføre intervjuene tidlig i prosessen for å kunne justere teori og ulike perspektiv til fordel for oppgaven (Tjora, 2021, s. 17). For meg og min oppgave fant jeg ut at individuelt intervju ble mest hensiktsmessig, da jeg var ute etter ansattes erfaringer og synspunkter. Jacobsen (2018, s. 173) viser til at individuelt intervju som metode måler individuelle og personlige synspunkter på forhold, og at alle stemmer teller likt, noe jeg ser på som betydningsfullt i min forskning. Gjennom å benytte meg av kvalitativ forskningsmetode i undersøkelsen min, kan metoden også være med på å belyse problemstillingen og informantene kan bidra til nye momenter knyttet til oppgaven (Dalland, 2017, s. 199).

3.3 Valg av informanter

Gjennom å velge informanter basert på noen jeg tenker har bestemte kunnskaper og erfaringer, gjorde jeg et strategisk valg (Dalland, 2017, s. 75). Når jeg valgte ut informanter, valgte jeg ut personer jeg mente egnet seg for intervjuet med tematikken for min oppgave. Gjennom tips fra bekjente kontaktet jeg et par personer og spurte om dette var en undersøkelse de kunne tenkt seg å delta i. Jeg tok et strategisk utvalg i arbeidet med å finne personer til intervjuene. Informantene ble ikke et tilfeldig valg for å representere en gruppe, de ble valgt strategisk ut fra deres interesseområde, kunnskap og erfaringer. Prosessen med å få tak i informanter syns jeg var utfordrende og tok tid, men etterhvert fikk jeg tak i informanter og fikk gode intervjuer. Jeg valgte ut informanter som jeg visste hadde interesse for tematikken, og begge er pedagogiske ledere på en avdeling og har flere års erfaring fra barnehagefeltet. At informantene var fagfolk var også hensiktsmessig da muligheten for misforståelser blir mindre, da begge benyttet seg av fagspråk (Dalland, 2017, s. 76). I tillegg til dette kan en fagperson som informant bidra til nye perspektiver på problemstillingen (Dalland, 2017, s. 76). Begge informantene fikk jeg gjennom bekjentskap, men jeg hadde ikke

noe direkte kjennskap til informantene selv. Jeg tok en vurdering på om jeg skulle sende intervjuguiden til informantene i forkant eller ikke. Her endte jeg opp med å ikke sende intervjuguiden i håp om å få informantenes umiddelbare tanker rundt spørsmålene som ble stilt. Her tenker jeg også det kan ha vært en fordel slik at informanten ikke kunne forberede seg og komme med svar de tror jeg vil høre. For meg og min oppgave var det viktig at de kom med egne erfaringer og tanker rundt temaet. Jeg har valgt å gi informantene fiktive navn: Informant 1 kaller jeg Per og informant 2 Else. Dette er for å beholde anonymitet.

3.4 Datainnsamling

Prosessen startet med at jeg fant temaet fysisk aktivitet og fellesskapsfølelse som er et tema jeg ville at bacheloroppgaven skulle omhandle. Da temaet var klart, begynte jeg å formulere en problemstilling. For meg var det viktig at jeg fant en problemstilling jeg var nysgjerrig på selv, slik at prosessen skulle bli gøy og lærerik. Videre måtte jeg ta et metodevalg basert på hvordan jeg ville innhente data. Da problemstillingen var klar begynte jeg å utforme informasjons og samtykkeskjema som skulle sendes ut til informantene. Jeg valgte meg intervju som metode og derfor lagde jeg i tillegg en intervjuguide med spørsmål utfra valgt problemstilling og tema. Prosessen for å finne informanter startet med at jeg presenterte tematikken for bekjente og fikk tips om barnehageansatte som var engasjerte i temaet. Etter litt tid fant jeg to som ville stille til intervju som hadde mye erfaringer og en oppriktig interesse for temaet. De fikk tilsendt informasjon og samtykkeskjema i forkant for å få en forståelse av tematikken og dermed være noe forberedt om de ønsket.

Da intervjuene ble gjennomført skrev jeg notater selv, noe jeg synes fungerte relativt bra. Planen var å ha med noen for å skrive, men grunnet sykdom ble det ikke noe av. Dette informerte jeg om i forkant av intervjuet og vi fikk gjennomført på en god måte. Underveis hendte det at jeg stoppet opp for å spørre om de kunne gjenta eller vente slik at jeg fikk ned de notatene jeg trengte. Dette ser jeg ikke som noe negativt, da informantene kan få litt ekstra betenkningstid i etterkant av spørsmålene. Det å notere ned underveis er en krevende arbeidsform. Her er det uansett viktig å ikke bli stresset og ta den tiden en trenger til å skrive ned viktige momenter. Dette sender gjerne signaler til informantene om at de de sier er viktig nok til å bli skrevet ned (Dalland, 2017, s. 85).

3.5 Analyse av datamateriale

Etter intervjuene satt jeg igjen med mye informasjon på et dokument, som jeg begynte å transkribere umiddelbart. Transkriberingen gjennomførte jeg ved å skrive ut setningene til en hel og sammensatt tekst, når det enda var ferskt i minnet. Deretter begynte jeg å se på dataene og forsøkte å redusere noe av kompleksiteten. Her fjernet jeg mellomleddsetninger og det jeg vurderte som mindre relevant i forhold til problemstillingen. Jeg benyttet meg av tematisk analyse, som dreier seg om å sortere de ulike svarene under de aktuelle temaene i oppgaven (Dalland, 2017, s.92). For min egen del prøvde jeg å strukturere og forenkle informasjonen for å få oversikt. Jeg så etter sentrale ord og detaljer fra de ulike intervjuene som kunne gi innsikt i ulike situasjoner. Gjennom å finne sentrale ord og setninger for å deretter binde de sammen, hjalp meg å forstå delene i lys av helheten (Jacobsen, 2018, s. 198). Spørsmålene i intervjuguiden omhandlet ulike temaer basert på hva problemstillingen spurte etter. Fysisk aktivitet, voksenrollen og fellesskapsfølelse var hovedtemaene i undersøkelsen. I analysen jobbet jeg med å bevare svarene og finne ut hvilke begreper og erfaringer fra de ulike temaene som er aktuelle for min oppgave (Dalland, 2017, s. 92). Dette var for å få et grunnlag til oppgavens funn- og drøftingsdel. Etter transkribering og strukturering av datamaterialet, lagde jeg et dokument med hovedtemaene som overskrift etterfulgt av underkategorier. Underkategoriene var andre sentrale begreper og setninger som kom frem under intervjuene. Var det noen av svarene som belyste andre temaer også? Dette var ting jeg tenkte på underveis i analysearbeidet. Gjennom tematisk analysering fikk jeg bedre oversikt selv samt at det ble enklere å se for seg oppsett og innhold til funn- og drøftingskapittelet (Dalland, 2017, s. 92).

3.6 Metodekritikk

Jacobsen (2018) skriver at en undersøkelse skal være en metode for å samle empiri, og uansett hvilken empiri det dreier seg om bør metoden tilfredsstillende kravene om validitet og reliabilitet (Jacobsen, 2018, s. 16). Validitet dreier seg om gyldighet og relevans, og med det menes det i min undersøkelse at empirien som samles inn gir svar på spørsmålene en stiller (Jacobsen, 2018, s. 17). De to informantene ga meg relevante svar som var knyttet til oppgavens problemstilling, og med tanke på tid og omfang holdt jeg meg til de to. Jeg kunne valgt å intervju flere personer for et enda bredere spekter, men svarene jeg fikk følte jeg var gode nok for å besvare min problemstilling. Ved å se på hvorvidt problemstillingen og forskningsmetoden samsvarer finner vi ut om oppgaven valid eller ikke (Jacobsen, 2018, s.

17). Denne oppgaven vil jeg si er valid da svarene jeg fikk under intervjuene var relevante både med tanke på tema og problemstilling.

Reliabilitet handler om pålitelighet og troverdighet. Forenklet kan vi forklare det med at det vi ønsker å oppnå er svar eller resultater som er relevante og som vi kan stole på (Jacobsen, 2018, s. 17). Gjennomføringen må være troverdig og må gjennomføres på en måte som skaper tillit (Jacobsen, 2018, s. 17). “Ville vi fått tilnærmet samme resultat hvis vi hadde gjennomført akkurat den samme undersøkelsen to ganger?” spør Jacobsen (2018, s. 17). Altså, om en annen forsker anvender metoden min i samme undersøkelse, bør hen få tilnærmet likt resultat på undersøkelsen. Ved å benytte seg av forskningsmetoden finner man svakheter, manglende presisjon og feil. Dette er vanskelig å unngå, men gjennom å redegjøre for mulige svakheter som er knyttet til resultatene en får, er noe av poenget med å benytte seg av forskningsmetode (Jacobsen, 2018, s. 17). Hvis jeg ser på egen forskningsmetode og mulige feilkilder i datainnsamlingen kan det trekkes frem at jeg skrev selv, samtidig som jeg holdt intervjuet, noe som kan ha påvirket oppgavens reliabilitet. Feilkilder her kan være om man noterer feil, i tillegg kan det være vanskelig å få skrevet ned alt og det blir brukt forkortelser (Dalland, 2017, s. 61). I ettertid har jeg tenkt at lydopptaker hadde vært et virkemiddel som hadde bidratt til større pålitelighet i datainnsamlingen gjennom å øke kvaliteten på kommunikasjonen og redusert mulige feilkilder i undersøkelsen. Til tross for mulige feilkilder vil jeg si at reliabiliteten ble ivaretatt da vi holdt oss profesjonelle og metakommuniserte underveis.

3.7 Ethiske retningslinjer

Begrepet informert samtykke dreier seg om at den som skal undersøkes deltar frivillig og at hen vet om ulike gevinster og farer deltakelsen kan medføre (Jacobsen, 2018, s. 47). Her er kompetanse, frivillighet, forståelse og full informasjon komponenter som presiserer kravet (Jacobsen, 2018, s. 47). I forkant av gjennomførelsen av intervjuet sendte jeg ut et informasjon- og samtykkeskjema til informantene. Informasjon og samtykkeskjemaet inneholder informasjon om oppgavens tematikk samt anonymisering av informantene. I tillegg er det presentert at de kan trekke seg fra prosjektet når som helst, samt at jeg ikke krevde navn, noe som kan ha bidratt til at det var enklere å takke ja til å stille til intervju. Valget om å gi informantene fiktive navn er også med å styrke deres anonymitet i prosessen. I

undersøkelsen min er tematikken fysisk aktivitet og fellesskapsfølelse, og det er informantenes erfaringer knyttet til tema som er relevant for min forskning. Her var jeg opptatt av en riktig presentasjon som innebærer å ikke forfalske data og resultater for egen nytte. Jeg hadde problemstillingen i bakhodet under intervjuet, og hadde fokus på å ha et positivt søkelys under hele intervjuet. På den måten ble det fine refleksjoner rundt deres erfaringer knyttet til oppgavens tematikk.

4 Funn og drøfting

Teori som belyser problemstillingen, er blitt skrevet om i oppgaves teorikapittel. Som tidligere nevnt er problemstillingen min «*Hvordan mener ansatte i barnehagen at fysisk aktivitet innvirker på de yngste barnas fellesskapsfølelse i barnehagen?*». Funnene som har likt innhold vil bli presentert sammen for å gi kapittelet struktur. På bakgrunn av dataanalysene endte jeg opp med tre kategorier: «Samspill og fellesskap», «Bevegelsesglede i barnehagen» og «Pedagogrollen knyttet til gode samspillsmønstre».

4.1 Samspill og fellesskap

I starten av datainnsamlingen stilte jeg begrepsspørsmål for å unngå misforståelser underveis. Da jeg spurte Per hva han legger i begrepet fellesskapsfølelse, og hva han tenker skal til for at barn skal kjenne på fellesskapsfølelse i barnegruppa var svaret:

«Da tenker jeg å være en del av en gjeng, føle samhold. Føle seg som en viktig person i en større gruppe. Se seg selv som individ og se seg selv som individ i gruppe. Sentralt med engasjement, noe som engasjerer, som gjør at flere føler glede og engasjement rundt det samme. Engasjement er viktig for å skape fellesskap.» (Informant 1 - Per).

Per viser her at han har en bevissthet rundt barnets forhold til seg selv og andre, og han peker på det å føle seg som den del av noe større. Dette gjenspeiles i rammeplan for barnehagen hvor de løfter frem betydningen av barn i samspill med andre barn. Barna skal få erfaring med og utvikle det sosiale samspillet, samt oppleve å være betydningsfulle for samfunnet (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 19). Løkken og Martinsen (2018, s. 139) hevder at barnehagelæreren har en betydningsfull rolle som støttespiller for utvikling av fellesskap. Når

den voksne involverer seg og viser engasjement i barns lek og aktiviteter vil dette føre til utvikling og nye erfaringer som en kan tenke seg munnert ut i en følelse av fellesskap. Per forteller også at det handler om å se seg selv som individ og som et individ i en gruppe. En kan se at rammeplanen for barnehagen støtter dette gjennom å belyse arbeidet med å se barnas ulike forutsetninger og hjelpe de med å danne et positivt forhold til seg selv i et fellesskap med andre (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11). Når barna føler seg trygge på seg selv og andre, kan det tenkes at det er enklere å etablere positive samspillsmønstre med andre barn. Dersom de yngste barna mestrer dette, er det lettere å ta del i og føle seg som en del av et fellesskap. Som Per sier, handler det om engasjement. Jeg tolker det som at han her ikke kun tenker på den voksne, men også barna selv. Løkken og Martinsen (2018, s. 137) støtter svaret til Per og min tolkning gjennom å hevde at engasjement er en av kvalifikasjonene til et fellesskap.

Else fikk det samme spørsmålet knyttet til kategorien og hun pekte på det at det er viktig at barna føler seg inkludert i barnegruppa og har funnet sin plass. Hun forteller videre det å ha noen å leke med og det å føle seg sett av både barna og de voksne i barnehagen er med å skape en fellesskapsfølelse. I barnehagen deres jobbes det godt med sosial kompetanse og den sosiale utviklingen, og de bruker god tid på starten av året til dette temaet. Hun nevnte i tillegg kort hva hun tenker skal til for at barn skal få kjenne på fellesskapsfølelse i barnehagen: «*Som voksne i barnehagen har vi en viktig rolle som dreier seg om å passe på at barn ikke blir syndebukker, og snakker positivt om alle barna.*» (Informant 2 - Else).

Else nevner arbeid med sosial kompetanse som et verktøy for å skape fellesskapsfølelse i barnegruppa. I teorikapitlet redegjør jeg for sosial utvikling og sosial kompetanse (se teorikapittel). Det å sette av tid til arbeid med det i starten av året er fornuftig for å bidra til å gi barna gode samspillserfaringer for å fremme sosial kompetanse (Løkken og Martinsen, 2018, s. 74). Else påpeker at det å føle seg inkludert og som en del av et fellesskap er noe som styrker fellesskapet i en gruppe. Størksen (2018, s. 79) hevder at i det sosiale samspillet lærer barna å kjenne tilhørighet. Ut fra dette kan vi se at de har like tanker rundt sosial kompetanse og utvikling knyttet opp mot fellesskap, hvor disse begrepene står sentralt.

4.1.1 Latter, glede og bevegelse

Det som også kom frem knyttet til kategorien fellesskapsfølelse, var sammenhengen mellom fysisk aktivitet og fellesskap blant barna i barnehagen. Både Else og Per løfter frem at de ser en sammenheng her, og at det handler om et fellesskap mellom barna, gjennom å gjøre de samme aktivitetene. Per trekker også inn ansattrollen som et moment gjennom følgende utsagn:

«Definitivt. Fellesskap mellom barna, gjennom å gjøre det samme. Skaper også fellesskap mellom voksen og barn. Voksne regisserer aktivitet, og så gjør barna det samme. Engasjement. At man som voksen har et engasjement rundt å leke seg sammen med barna. Latter, glede, bevegelse. Det er barn som trenger å utfolde seg fysisk. Dette skaper mye glede i kroppen, og dermed fellesskap.» (Informant 1- Per).

Svaret til Per viser hans bevissthet over sammenhengen mellom det fysiske og fellesskapet som dannes gjennom det kroppslige. Fellesskap både mellom barna seg imellom og barn – voksen. Gjennom fysisk aktivitet dannes det relasjoner og gode samspillsmønstre (Lundhaug, 2010, s. 138). Per peker på latter og glede i kroppen, noe som samsvarer med det å kjenne på en tilhørighet, - et fellesskap. Søbstad (2021, s. 189) hevder at det skapes et fellesskap mellom likesinnede gjennom latter og glede i kroppslige aktiviteter i barnehagen. Per snakker om glede som en viktig faktor med tanke på barn i fellesskap, noe som gjenspeiles i det Søbstad (2021, s. 190) skriver. Han peker på at i utviklingen av sosial samhörighet er glede og humor et viktig ledd, og at de to faktorene kan bidra til å skape en egen kultur blant de yngste i barnehagen. Da jeg spurte Else om sammenhengen mellom fysisk aktivitet og fellesskap sa hun at det er en tydelig sammenheng. På en småbarnsavdeling er det ofte hun observerer at et barn begynner å løpe, for så at resten henger seg på. Det foregår en del herjelek og boltrelek blant de yngste og de samles ofte rundt det fysiske. Hun poengterer også at det er en form for lek som flere mestrer da det krever mindre språk, noe som kan føre til tidlig danning av samspillsrelasjoner og fellesskap. Løkken (2021, s. 35) poengterer dette med kroppslig kommunikasjon fremfor verbal kommunikasjon blant de yngste barna. Gjennom felles oppmerksomhet, mening og intensjoner søker de yngste barna aktivt og samhandler med hverandre.

4.2 Bevegelsesglede i barnehagen

En av kategoriene som pekte seg ut i datamaterialet går på fysisk aktivitet i barnehagen. Her hadde informantene relativt like tanker rundt begrepet fysisk aktivitet. Både Else og Per pekte på bevegelse og glede. I tillegg handlet det for dem om at kroppen er i bruk, pulsen går opp og det er gjerne litt fart inn i bildet. Informantenes tanker rundt begrepet støttes av Bouchard, Shepard og Stephens (1994) sin beskrivelse av fysisk aktivitet som dreier seg om all kroppslig bevegelse som resulterer i økt puls (Lundhaug, 2010, s. 139). Informantene nevner også glede som et stikkord i svarene sine, noe jeg mener er positivt med tanke på relasjonsbygging, utvikling og trygghet i de fysiske aktivitetene som foregår. Else nevner i tillegg «*At barna får utfordret motorikken sin og egne grenser*». Sandseter skriver om utfordringspedagogikk og formidler at gjennom utfordringer og nye erfaringer utvikles barna som mennesker da de blant annet lærer å kjenne seg selv og egne grenser bedre (Sandseter, 2020, s. 58). Videre skriver hun at utfordringspedagogikken går ut på å gi barna mulighet til å møte utfordringer, oppleve frykt og usikkerhet, samt å ta egne beslutninger for å bli kjent med omgivelsene og seg selv (Sandseter, 2020, s. 58).

4.2.1 Fysisk aktivitet – et bidrag til fellesskapet

Knyttet til kategorien fysisk aktivitet spurte jeg informantene om hvilke typer fysiske aktiviteter de har med de yngste barna i barnehagen. Her kunne Per fortelle at han hadde en positiv opplevelse med småbarn og fysisk aktivitet i gymsal:

«Benyttet gymsal, der det var for de yngste. Vi holdt ofte på med noe som kalles klar ferdig gå! Her løper barna fra en vegg til den andre og tilbake. Det er etter min mening fysisk aktivitet så enkelt som en kan få det. Vi stater med å stå i ro for å enten løpe, krype eller gå forlengs og baklengs og andre bevegelser. Her er det gjentakelser, enkle regler og barna får bruke kroppen selv. Det er herming, alle gjør det samme, noe som øker sjansen for at samtlige henger seg på.» (Informant 1 - Per).

«Klar, ferdig, gå!» er en aktivitet som Per forteller er en enkel aktivitet, som inkluderer blant annet herming. De yngste barna i barnehagen er opptatte av hverandre, og deres deltakelse i leken kan ofte basere seg i større eller mindre grad på herming. De ser og hører hvordan andre

barn løser en oppgave og tar etter (Osnes et al., 2020, s. 21). Per forteller at dette, etter hans mening, er enkel fysisk aktivitet. Denne form for fysisk aktivitet blant de yngste barna kan gi en opplevelse av mestring, da det er få regler og enkelt å delta. Barn er kroppslige og gjennom bevegelse og kropp, kommuniserer de og blir kjent med seg selv og omgivelsene. På samme måte kommuniserer også de ansatte gjennom kropp og bevegelse. Samtidig er det hevdet at gjennom kroppslig kommunikasjon og samspill er det mer som uttrykkes enn hvis det kun foregår verbal kommunikasjon (Osnes et al., s. 48). Per peker videre på at denne aktiviteten har vært med på å skape bevegelsesglede for barna og nye kroppslige erfaringer. Det Giske, Tjensvoll og Dyrstad (2010, s. 53) hevder om grunnlaget for en fysisk livsstil gjennom erfaringer med ulik kroppslig bevegelse i de første årene, kan man anta at de støtter opp arbeidet med fysisk aktivitet som Per beskriver. Selv om dette er en enkel aktivitet som de fleste deltar i, kan det også tenkes at den for noen barn kan oppleves som en konkurransepreget aktivitet. Og da kan en stille seg spørsmål om hva en konkurransepreget aktivitet gjør med fellesskapsfølelsen i barnegruppa. Samtidig tror jeg at de yngste barna føler mestring rundt hva de selv klarer, og det å være i samme rom og holde på med det samme som andre barn, styrker deres trivsel og fellesskapsfølelse.

På samme spørsmål fortalte Else at de hadde mye utelek og kortere turer. Utendørsaktiviteter tilbyr et større, variert areal som gir barna mulighet til allsidig fysisk aktivitet, med moderat til høy intensitet (Osnes et al., s. 179). Gjennom utendørs aktivitet mener jeg de legger til rette for en allsidig utvikling, gjennom at barna får øvd seg på ferdigheter i et mer variert terreng. Utendørs får de yngste barna brukt hele kroppen, for eksempel gjennom å krabbe, gå, løpe, hoppe og klatre. Slike type bevegelser hos små barn kan oppstå gjennom blant annet utforsking av områder og gjennom aktiviteter (Drugli & Lekhal, 2018, s.39). Dette viste Else at de var bevisste på gjennom å hevde at barna stadig er i bevegelse og ivrig på å lære. Videre forteller hun om et puterom med ribbevegg de har inne på avdelingen. Her lager de ofte hinderløyper hvor barna får prøvd seg på å passere ulike hindre, noen mer utfordrende enn andre.

En kan trekke en linje mellom Else og Per sine tanker og handlinger i forhold til fysisk aktivitet med de yngste barna i barnehagen, og hva Lundhaug skriver rundt formålet med fysisk aktivitet. Formålet med fysisk aktivitet handler ifølge Lundhaug (2010, s. 140) om

utvikling av barnas grunnleggende motoriske ferdigheter, kroppsbeherskelse og fysiske egenskaper, samtidig som han peker på bidraget til fellesskapsfølelse i barnegruppa. Jeg fikk et innblikk i tanker og meninger informantene hadde, og føler de har bygd seg opp en klar forståelse for verdien av fysisk aktivitet og klarer å se det i sammenheng mot et fellesskap.

4.2.2 Mestring skaper fellesskap

Litt ut i intervjuene spurte jeg informantene om de hadde noen erfaringer knyttet til ulike fysiske aktiviteter som har vært spesielt effektive for å bygge opp fellesskapsfølelse. Her snakket Else om «Hode, skulder, kne og tå» som en fin aktivitet hvor barna fikk le, bevege seg og hørt på sang sammen. Fysisk aktivitet som dette innebærer gjentakelser, rytme og fellesskap gjennom å gjøre det samme sammen. Effektiviteten for å danne fellesskapsfølelse gjennom denne type aktivitet ser jeg på som god gjennom å se på hva Moser skriver knyttet til fysisk aktivitet som et sosialt fellesskap. Barna skaffer seg nye erfaringer og tidligere erfaringer blir påvirket ved å delta kroppslig i et sosialt fellesskap (Moser, 2020, s. 84). Per trakk frem en spesiell aktivitet som han synes var effektiv med tanke på fellesskapsfølelse i barnegruppa. Aktiviteten inneholder en stor duk, som alle barna holder tak i og strekker ut for å lage bølger i duken. «*Da er man et ledd og er avhengig av hverandre og skaper visuelle inntrykk. Fellesskap*» (Informant 1- Per). Han snakket rundt det å være avhengig av hverandre for å mestre en spesiell aktivitet, og når det ble bølger i duken oppsto det en glede og mestringsfølelse blant de involverte barna.

Videre spurte jeg informantene om på hvilken måte de tenker fysisk aktivitet skaper fellesskapsfølelse blant barna? Her går Else inn på at fysisk aktivitet er noe samtlige mestrer, da det kan innebære mange ulike former for aktivitet. Det er kroppslig, og aktivitet er noe som stort sett fenger barna. Gjennom at barnehagen tilbringer en del tid utendørs, gir det mulighet til variert fysisk aktivitet som kan tilpasses hvert enkelt barns ferdighetsnivå (Hagen, 2020, s. 365). Per fremhever også dette med mestring:

«Mestring. Det å kjenne at en klarer det og den følelsen kommer i gruppe skaper glede, fellesskap, stolthet, et minne som er i en gruppe. Mestringsfølelsen er sterk. Og

det å få oppleve mestringsfølelse i en gruppe, gjør at man vil mer i gruppa. Føle mestringsfølelse både sammen og individuelt.» (Informant 1 - Per).

Drugli & Lekhal (2018, s. 128) trekker frem at mestringsfølelse bidrar til å styrke barnas tro på seg selv, og det at barna opplever det å lære som noe positivt, selv om en ikke klarer det på første forsøk. Det handler om å utforske og utfordre sine grenser og finne de bevegelsesløsningene som passer til ens ferdighetsnivå (Hagen, 2020, 365). Per er svært interessert i temaet fysisk aktivitet i barnehagen og gjennom arbeid med å skape fellesskapsfølelse, utfyller han kravene i rammeplan for barnehagen som handler om barnehagen som en arena for daglig fysisk aktivitet (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 13). Dette gjør også Else gjennom å skape bevegelsesglede i aktiviteter som fenger barna. Rammeplanen for barnehagen nevner som tidligere nevnt også dette med å gi barna erfaringer med ulike sider av samspill og fellesskap i barnehagen (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 13).

4.3 Pedagogrollen for gode samspillsmønstre

Den siste kategorien som ble belyst i datamaterialet omhandler den ansattes rolle. Ut fra tidligere spørsmål i intervjuene har jeg sett at de ser sammenhenger mellom fysisk aktivitet og fellesskapsfølelse, samt hvordan den fysiske aktiviteten innvirker på de små barnas fellesskapsfølelse i barnehagen. Når jeg hadde fått hørt om hva de tenker rundt temaet, ble jeg nysgjerrig på hva deres rolle er når det blir satt i gang fysiske aktiviteter i barnehagen. Dette var grunnlaget for mitt neste spørsmål i intervjuet: «*Hva er din rolle når det blir satt i gang fysiske aktiviteter i barnehagen? Deltakende? Observerende?*». Per forteller her at hans rolle er todelt. Som voksen sammen med barna er han deltakende og har med utstyr som passer til aktiviteter som skal gjennomføres. For eksempel så nevner han at på skidager/akedager, stiller han med ski og utstyr selv, slik at han får vært deltakende i aktiviteter sammen med barna. Han forteller også at han er engasjert sammen med barna og viser en interesse for det som skjer.

Dette gjenspeiles i hva Drugli og Lekhal (2018, s. 117) skriver om det å fremme barnas interesser og videre utforskning. De peker på at gjennom å gi støtte og oppmerksomhet, samt å vise engasjement er de med å bidra til å fremme ulike sider ved de yngste barnas utvikling.

Per sin praksis kan i mine øyne være med å motivere barna i fysisk aktivitet, men også være til inspirasjon for andre ansatte. Gjennom å se hvordan andre arbeider og fenger barna gjennom sin deltakelse i aktiviteter, kan man tenke seg at de selv blir motiverte til å prøve nye strategier for å skape glede og fellesskap. Osnes et al. (2020, s. 54) hevder at gjennom å involvere seg i barns lek kan man motivere og inspirere barna til å utfordre seg selv til å prøve noe nytt. Gjennom Pers deltakende praksis viser han at han har kunnskap rundt barns lek og bevegelseslæring, noe som kan bidra til fysiske aktiviteter som fremmer det sosiale samspillet barn imellom. Per nevner i tillegg dette med å ha en mer observerende rolle. Han forklarer at det er ikke alltid en trenger å være med i leken, men å ha engasjement i leken. Her blir rollen mer observerende, samtidig som han engasjerer seg i leken fra utsiden. Osnes et al. (2020, s. 51) fremhever dette med å innta en observatørrolle som et verktøy for å se på sosialt samspill og det sosiale miljøet, for å så tilrettelegge og organisere aktiviteter utfra de observasjonene som er blitt gjort. Videre forteller Per meg at han kan stå på sidelinjen og juble og heie på barna, og blir en slags motivator for den fysiske aktiviteten som foregår. Dette arbeidet viser at Per arbeider med kravet om at barna skal oppleve trivsel, glede og bevegelseserfaringer gjennom arbeid med blant annet kropp og bevegelse som står skrevet i rammeplan for barnehagen (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 31). Og når barna får gode bevegelseserfaringer og opplever bevegelsesglede sammen, skaper også dette gjerne en fellesskapsfølelse i barnegruppa.

Else kunne også fortelle at hun har en todelt rolle i barnas fysiske aktivitet. Hun arbeider med å få skapt et fellesskap rundt de aktivitetene som blir igangsatt, gjennom å innta en deltakende rolle. Gjennom sin deltakelse i fysiske aktiviteter med de yngste er hun opptatt av å snakke positivt til barna og ikke se på enkeltbarn som syndebukker. Hvis en gir enkeltbarn en negativ form for oppmerksomhet, er det en risiko for en ekskluderingskultur rettet mot enkeltbarnet (Løkken og Martinsen, 2018, s. 134). Her er det av stor betydning at en ansatt er til stede og er en støttespiller for fellesskapet. Ut fra svarene Else har gitt kan en se at hun og personalet jobber godt med sosial kompetanse og veien inn mot et fellesskap i barnegruppa. Hun viser en forståelse av styrker og svakheter og har en bevissthet rundt dette i det pedagogiske arbeidet, noe også Moser (2018, s. 92) fremhever som viktig (se teorikapittel). På avdelingen til Else har hun sett en interesse for «hode, skulder, kne og tå» og «bjørnen sover». Dette har hun vært oppmerksom på og tatt med inn i samling med barna, før de har startet aktiviteten et senere

tidspunkt. Her kan en se hun bruker samling som et verktøy for å gi barna noe felles å glede seg over. Dette sier hun fører til glede rundt aktivitetene i barnegruppa.

Innenfor kategorien som omhandler den ansattes rolle, ble også de yngste barnas behov for hvile nevnt. Det er med å sette rammer for barna, noe som belyses i hva Drugli og Lekhal skriver rundt de gode rutinene. De fremhever blant annet dette med hvile hvor barna får prosessert inntrykk og opplevelser som er kommet i løpet av barnehagehverdagen (Drugli & Lekhal, 2018, s. 109). Per og Else var begge inne på at gjennom å vie tid til hvile, kan de ansatte være med å regulere aktivitetsnivået blant barna.

Knyttet til kategorien, stilte jeg et spørsmål om strategier de har for å få inkludert samtlige barn i de fysiske aktivitetene. Begge informantene var samkjørte her og kunne fortelle at de ofte benyttet seg av mindre grupper. De varierer med å dele inn i homogene grupper eller bevisst blandede grupper, avhengig av hva målet for aktiviteten er. Else peker på respekt, i den form av å respektere at alle ikke er like fysiske, og gi muligheter til å være med gjennom god tilrettelegging. Per trekker frem smitteeffekt gjennom å sette sammen ulike barn hvor noen ikke er vant med å være i fysisk aktivitet og noen som er vant med det, og som viser glede over det. Her er det ikke usannsynlig at den gleden smitter over. Løkken og Martinsen (2018, s. 135) hevder at de yngste barna har et ønske om å gjøre det samme som andre og i kommunikasjon søkes ofte de samme tingene. Denne teorien er med å belyse viktigheten av smitteeffekten Per snakket om i intervjuet.

5 Avslutning

Hvordan mener ansatte i barnehagen at fysisk aktivitet har sammenheng med de yngste barnas fellesskapsfølelse i barnehagen?

Intervjuene jeg hadde med informantene ga meg et innblikk i deres tanker og meninger rundt fysisk aktivitet og fellesskapsfølelse blant de yngste barna i barnehagen. Begge hadde en bevissthet rundt de yngste barnas behov for å føle tilhørighet i barnegruppa, og jobbet med inkludering gjennom fysisk aktivitet. Både Else og Per peker på viktigheten av å være engasjert voksen i samspill med barn, samt tilrettelegging for gode samspillsmønstre barn imellom. De arbeider med å tilrettelegge aktiviteter som fremmer utvikling, både ved å være deltakende og observerende i aktiviteter. Per viser gjennom intervjuene at han har en bevissthet i forhold til at barna skal danne seg et positivt forhold til seg selv og de andre rundt seg. Begge informantene jobber med å trygge barna og gi de ulike erfaringer knyttet til sosiale samspill, og i begynnelsen handler det om å gi barna positive opplevelser knyttet til det å være en del av et fellesskap. Den sosiale kompetansen kan man også se i lys av fellesskap og fysisk aktivitet, da det dreier seg om hvordan en forholder seg til seg selv og andre. Her kan en se de har en forståelse av gode relasjoner og sosial kompetanse i barnegruppa, og hva det har å si for barnas utvikling. Dette kommer til syne gjennom informantenes holdninger og handlinger knyttet til fellesskap blant de yngste barna i barnehagen. De viser en inkluderende pedagogikk gjennom ulike strategier for inkludering i de aktivitetene som blir satt i gang, og er opptatte av å se alle barna og veilede ut fra ferdighetsnivå.

Informantene er også bevisste på den ansattes rolle i arbeidet med å skape fellesskapsfølelse i fysisk aktivitet. Ved å se på datamaterialet ser jeg at informantene tilbyr varierte fysiske aktiviteter både innendørs og utendørs, som gir barna allsidige bevegelsesmuligheter som fører til mestring. Per snakker om engasjement hos de ansatte, både direkte i leken, men også som tilskuer. Her bruker han tid på å motivere, veilede samt observere det sosiale samspillet i barnegruppa. Som deltakende ansatt i leken bruker informantene seg selv som inspirasjonskilder i leken og støtter opp under barnas kreativitet, samtidig som de kan veilede i de sosiale møtene.

Hos småbarn handler det mye om å gjøre det samme, gjennom å krabbe, løpe og gå. Else forteller om gleden og mestringen som oppstår gjennom fysisk aktivitet, da det ikke kreves verbalt språk i like stor grad sammenlignet med andre aktiviteter i barnehagen. Dette tyder på at når barn er i samspill med andre barn gjennom fysisk aktivitet, er dette med å skape fellesskap i barnegruppa da det ikke stilles for høye krav. Per nevner også bevegelsesglede som en inngang for fellesskapsfølelse blant barna i en barnegruppe. Dette samsvarer også med teorien til Søbstad (2021, s. 189) om kroppslig aktivitet som verktøy for å skape fellesskap, latter og glede mellom likesinnede. Informantene mener at gjennom å være kroppslig dannes det et godt grunnlag for det sosiale spillet her og nå, men også senere i livet. Både Else og Per fremhever ulike fysiske aktiviteter de tar i bruk i barnehagen som fremmer felleskapet i en barnegruppe. Her tar de frem aktiviteter med få regler som utfordrer og krever samarbeid, som samtlige barn mestrer. Selv synes jeg begge informantene viser at de ser en sammenheng mellom fysisk aktivitet og fellesskapsfølelse blant de yngste barna i barnehagen. Dette i lys av tanker de har knyttet til sosial kompetanse, fellesskap og fysisk aktivitet som er blitt løftet frem.

Gjennom arbeidet med denne bacheloroppgaven har jeg fått et innblikk i hvordan de ansatte jobber med å skape fellesskapsfølelse blant de yngste barna i barnehagen, gjennom fysisk aktivitet. Jeg har blitt inspirert og motivert til å prøve ut ulike strategier for å styrke et fellesskap i barnegruppa. Dette gjennom å prøve ut ulike aktiviteter som er blitt nevnt, men også gjennom å innta en deltakende og observerende rolle i barnas lek. Jeg håper at denne studien kan være til inspirasjon for andre. Jeg har fått ny kompetanse og innsikt gjennom arbeidet med oppgaven, og jeg håper at arbeidet med å gi barna muligheten til å føle på fellesskapsfølelse i barnehagen gjennom å være fysisk aktiv, fortsetter.

6 Referanseliste

- Bruce, B. M. (2021). Smått er godt! – Drama med de minste. I Haugen, S., Løkken, G., & Röhle, M.(red.). *Småbarnspedagogikk. Fenomenologiske og estetiske tilnærminger*. (2.utg.). Cappelen Damm AS.
- Dalland, O. (2017). *Metode og oppgaveskriving* (6.Utg.). Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Drugli, M.B., Lekhal, R. (2018). *Livsmestring og psykisk helse*. Cappelen Damm AS.
- Fjærtoft, I. (2010). Fysisk aktivitet i barnehagen. I Wilhelmsen, B.U., Holte, A. (red.). (2010). *Måltider og fysisk aktivitet i barnehagen – barnehagen som en arena for folkehelsearbeid*. Universitetsforlaget AS.
- Giske, R., Tjensvoll, M. & Dyrstad, S. M. (2010). *Fysisk aktivitet i barnehagen: Et casestudium av daglig fysisk aktivitet i en avdeling med 5-åringer*. Tidsskrift for Nordisk barnehageforskning, 3(2), 53-62.
- Hagen, T.L. (2020). Bevegelseslek i natur og barnehagens nærmiljø. I Sandseter, E. B. H., Hagen, T. L. & Moser, T. (red.). *Kroppslighet i barnehagen. Pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse*. Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Helsedirektoratet. (2022, 18. mai). *Nasjonale råd om fysisk aktivitet*.
<https://nhi.no/trening/aktivitet-og-helse/fysisk-aktivitet-og-helse/nasjonale-rad-om-fysisk-aktivitet/>
- Jacobsen, D. I. (2018). *Hvordan gjennomføre undersøkelser? Innføring i samfunnsvitenskapelig metode* (3. Utg.). Cappelen Damm AS.
- Kunnskapsdepartementet. (2017). *Rammeplan for barnehagen. Innhold og oppgaver*. Pedlex
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2018). *Det kvalitative forskningsintervju* (3.Utg.). Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Lundhaug, T. (2010). Inkludering i fysisk aktivitet. I Wilhelmsen, B.U., Holte, A. (red.). (2010). *Måltider og fysisk aktivitet i barnehagen – barnehagen som en arena for folkehelsearbeid*. Universitetsforlaget AS.
- Løkken, G. (2021). Det fenomenologiske. I Haugen, S., Løkken, G., & Röhle, M.(red.). *Småbarnspedagogikk. Fenomenologiske og estetiske tilnærminger*. (2.utg.). Cappelen Damm AS.
- Moser, T. (2020). Den sosiale kroppen. I Sandseter, E. B. H., Hagen, T. L. & Moser, T. (red.). *Kroppslighet i barnehagen. Pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse*. Gyldendal Norsk Forlag AS.

Osnes, H., Skaug, H. N., Kaarby, K.M.E. (2020). *Kropp, bevegelse og helse i barnehagen*.

(3.utg). Universitetsforlaget.

Pedersen, K. (2015). Ut fra egne forutsetninger. Inkluderende pedagogikk i barnehagen.

Fagbokforlaget.

Röthle, M. (2021). Møtet med de lekende barna. I Haugen, S., Løkken, G., & Röthle,

M.(red.). *Småbarnspedagogikk. Fenomenologiske og estetiske tilnærminger*. (2.utg.). Cappelen Damm AS.

Samuelsson, I. P. (2018). Introduksjon. Barnehagens yngste barn. I Samuelsson, I. P. &

Jonsson, A. (red.). *Barnehagens yngste barn. Perspektiver på omsorg, læring og lek*. Fagbokforlaget.

Sandseter, E - B. H (2020). Det opplevelses- og spenningssøkende barnet. I Sandseter, E - B.

H., Hagen, T. L. & Moser, T. (red.). *Kroppslighet i barnehagen. Pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse*. Gyldendal Norsk Forlag AS.

Størksen, I. (2018). Sosial utvikling. I Glaser, V., Størksen, I. & Drugli, M. B. (red.).

Utvikling, lek og læring i barnehagen. Forskning og praksis. Fagbokforlaget.

Løkken, I. M. & Martinsen, M. T. (2018). Vennskap og fellesskap i barnehagen. I Størksen, I.

(red.). *Livsmestring og livsglede i barnehagen*. Cappelen Damm.

Søbstad, F. (2021). Småbarns humoropplevelser. I Haugen, S., Løkken, G., & Röthle,

M.(red.). *Småbarnspedagogikk. Fenomenologiske og estetiske tilnærminger*. (2.utg.). Cappelen Damm AS.

Tjora, A. (2021). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (4.Utg.). Gyldendal Norsk Forlag

AS.

Vetlesen, A. J. (2009) Fellesskap i individualismens tidsalder. I Nafstad, H. E.(Red.), Blakar,

R. M. (Red.), Vetlesen, A. J., Klemsdal, L., Anderssen, N., Dundas, I., Ekeland, T., Rand-Henriksen, K. (2009). *Fellesskap og individualisme*. Gyldendal Norsk Forlag AS.

7 Vedlegg

7.1 Informasjon- og samtykkeskjema



DronningMaudsMinne

HØGSKOLE FOR BARNEHAGELÆRERUTDANNING

Vil du delta i bachelorprosjektet

«[Fysisk aktivitet og fellesskapsfølelse]»?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et bachelorprosjekt hvor formålet er å se på hvordan fysiske ferdigheter kan gi **de yngste barna** fellesskapsfølelse i barnehagen. I dette skrivet gir jeg deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Opgaven har innlevering 28.04.2023

Formål

Prosjektet skal omhandle hvordan fysisk aktivitet kan bidra til felleskap blant de yngste barna i barnehagen. I rammeplanen for barnehagen står det at «barnehagen skal være et trygt og utfordrende sted der barna kan prøve i ulike sider ved samspill, felleskap og vennskap.»

(Kunnskapsdepartementet, 2018, s. 13). Formålet med studien er å se på barnehagelærerens erfaringer rundt hvordan fysisk aktivitet kan bidra til en fellesskapsfølelse blant de yngste barna i barnehagen. I den forbindelse vil jeg søke din godkjenning til å stille som informant.

Problemstilling: Hvordan mener ansatte i barnehagen at fysisk aktivitet har en sammenheng med de yngste barnas fellesskapsfølelse i barnehagen?

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning er ansvarlig for prosjektet.

Hva innebærer det for deg å delta?

Dersom du samtykker til deltakelse som informant i prosjektet innebærer det at du stiller opp på et intervju med varighet på 30 minutter. Intervjuet inneholder spørsmål om fysisk aktivitet i barnehagen og fellesskapsfølelse knyttet til småbarn.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke ditt samtykke fram til prosjektets slutt, uten å oppgi noen grunn. (Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.)

Hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Jeg vil bare bruke opplysningene om deg til formålene jeg/vi har fortalt om i dette skrivet. Jeg/vi behandler opplysningene konfidensielt og alle navn anonymiseres. Ingen av informantene vil gjenkjennes i bacheloroppgaven min.

Prosjektet skal avsluttes [28.04.2023].

Ta kontakt dersom du har spørsmål:

E-post: [REDACTED]

Telf: [REDACTED]

Med vennlig hilsen Anna Bekken Snøan

Veileder:

Student:

Agnete Vaags
ava@dmmh.no

Trond Løge Hagen
tlh@dmmh.no

Anna Bekken Snøan
[REDACTED]

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet [*sett inn tittel*]. Jeg samtykker til:

- å delta i (*sett inn aktuell metode, f.eks. intervju, spørreskjema, observasjon*).

Dato:

Siden prosjektet ikke er behandlet av NSD, kan jeg/vi ikke innhente din underskrift.

Samtykket blir derfor gitt ved at du krysser av i boksen ovenfor.

7.2 Intervjuguide

Intervjuguide

«Fysisk aktivitet og fellesskapsfølelse»

Hvordan mener ansatte i barnehagen at fysisk aktivitet har en sammenheng med de yngste barnas fellesskapsfølelse i barnehagen?

Oppvarmingsspørsmål:

1. Kan du fortelle litt om deg selv?
2. Hvilken utdanning har du?
3. Hvor lenge har du jobbet i barnehage?

Hovedspørsmål:

1. Hva legger du i begrepet fellesskapsfølelse?
2. Hva legger du i begrepet fysisk aktivitet?
3. Hvilke fysiske aktiviteter har dere med de yngste barna i barnehagen?
4. Opplever dere noe sammenheng mellom fysisk aktivitet og felleskap i deres barnehage?
5. Har dere noen strategi for å få inkludert samtlige barn i de fysiske aktivitetene, også de som ikke er vant med slik type aktivitet?
6. På hvordan måte tenker du fysisk aktivitet skaper fellesskapsfølelse blant barna?
 - a. Har du noen eksempler
7. Har du noen erfaringer knyttet til ulike fysiske aktiviteter som har vært spesielt effektive for å bygge opp en fellesskapsfølelse?
8. Hva er din rolle når det blir satt i gang fysiske aktiviteter i barnehagen? Deltakende? Observerende?

Avrundningsspørsmål:

1. Er det noe du vil tilføye som er relevant i forhold til oppgaven og tematikken?