

# **”Min hjärna säger att jag inte ska men min kropp gör inte som min hjärna vill”**

**En intervjustudie med åtta pedagogers uppfattningar och upplevelser av elevers motorik, fysisk aktivitet och koncentration.**

Cecilia Allerhed och Marie-Louise Johansson

Självständigt arbete – Pedagogik GR (C), 15 hp

Huvudområde: Pedagogik

Högskolepoäng: 15 hp

Termin/år: 6/2017

Handledare: Håkan Karlsson

Examinator: Anneli Hansson

Kurskod: PE121G

Utbildningsprogram: Grundlärare med inriktning mot arbete i fritidshem, 180 hp

## Förord

Detta examensarbete är skrivet av Cecilia Allerhed och Marie-Louise Johansson. Vi har valt att kalla arbetet för "Min hjärna säger att jag inte ska men min kropp gör inte som min hjärna vill." Titeln fick vi av en av de pedagogerna som vi intervjuade i studien. Vi går sista terminen på Mittuniversitetet i Sundsvall där vi läser Grundlärare med inriktning mot arbete i fritidshemmet.

Vi har i vårt examensarbete skrivit tillsammans, vi har gemensamt hjälpts åt med de olika delarna i uppsatsen. Intervjuer och transkriberingar, likväl som litteraturbearbetning, resultatanalys, diskussion och formuleringar har vi jobbat fram tillsammans. Vi har delat på ansvaret att få till en röd tråd genom hela arbetet för att läsarna lättare kan förstå våra tankar och innehåll.

Vi vill även passa på att tacka de pedagoger som har tagit sig tiden att ställa upp på intervjuer under den här tiden. Utan er hade vi inte kunnat skriva det här arbetet. Vi vill även tacka vår handledare Håkan Karlsson som har hjälpt oss att driva arbetet framåt.

# Abstrakt

I den svenska skolan är elevernas kunskapsinhämtning ofta knutna till klassrumssituationer som kräver elevernas fulla koncentration. Vilka faktorer kan det finnas som påverkar koncentrationen. Vi valde att fokusera på om motorik och fysisk aktivitet kan påverka koncentrationen. Syftet med vårt arbete var att undersöka åtta pedagogers uppfattningar om motorik och fysisk aktivitet har betydelse för eleverna och deras koncentration. Vi valde att göra semistrukturerade kvalitativa intervjuer med åtta pedagoger på tre skolor. Resultatet visade att pedagogernas uppfattningar var att det gjorde skillnad för koncentrationen om eleverna hade rört på sig under dagen och om de hade motoriska svårigheter gav motorisk träning bra resultat.

Nyckelord: *elever, fysisk aktivitet, inläring, koncentration, motorik, pedagoger, rörelse*

# Innehållsförteckning

<b>Inledning</b> .....	<b>3</b>
<b>Bakgrund</b> .....	<b>4</b>
Tidigare forskning kring motorik och skolprestationer .....	4
<b>Bunkefloprojektet</b> .....	<b>4</b>
Elevernas koncentration .....	5
<b>Tidigare forskning kring fysisk aktivitet</b> .....	<b>6</b>
Sammanfattning .....	7
Syfte .....	7
<b>Metod</b> .....	<b>8</b>
Datainsamlingsmetod .....	8
Urval .....	8
Genomförande .....	9
Analysmetod .....	10
Etiskt ställningstagande .....	10
Metoddiskussion.....	10
<b>Resultat</b> .....	<b>12</b>
Motorik.....	12
<b>Motorikens betydelse för inläring</b> .....	<b>12</b>
<b>Kunskap om motorikens betydelse</b> .....	<b>13</b>
Koncentration .....	13
<b>Elevers problem med koncentration</b> .....	<b>13</b>
<b>Hur eleverna och pedagoger kan få stöd</b> .....	<b>14</b>
<b>Vad som sker i klassrummet</b> .....	<b>14</b>
Fysisk aktivitet .....	15
<b>Sambandet mellan fysisk aktivitet och koncentration</b> .....	<b>15</b>
Sammanfattning.....	16
<b>Diskussion</b> .....	<b>17</b>
Diskussion av resultat .....	17
Avslutande reflektion.....	19
Framtida studier .....	19
<b>Referensförteckning</b> .....	<b>20</b>
<b>Missivbrev</b> .....	<b>22</b>
<b>Frågor till en idrottslärare</b> .....	<b>23</b>
<b>Frågor till en lärare</b> .....	<b>24</b>
<b>Frågor till en specialpedagog</b> .....	<b>25</b>

# Inledning

Eleverna i den svenska skolan tillbringar mycket tid med att sitta stilla och koncentrera sig på det arbete som de har framför sig. Det blir långa stunder vid skolbänken där eleven ska sitta stilla och vara tyst. Många faktorer styr om eleverna kan sitta stilla och följa med på lektionerna. Genom våra erfarenheter under den verksamhetsförlagda utbildningen har vi erfarit att skolpersonal uttrycker att vissa elever inte kan sitta stilla, vara tysta eller att de stör sina skolkamrater. Även den litteratur som vi har läst genom vår utbildning har gett oss kunskaper om hur det kan se ut i klassrummen.

När en eller flera av eleverna börjar tappa sin koncentration kan det gå ut över klasskamraterna. Många börjar prata, göra olika ljud eller röra på sig för att få uppmärksamhet. De blir då tillsagda att sitta stilla och vara tysta och fortsätta jobba. Det här kan bli ett problem för de elever som har koncentrationssvårigheter. Koncentrationssvårigheter kan grunda sig på olika saker, det kan vara hemmiljön, biologiskt, motoriskt eller andra faktorer. Det kan även vara en kombination av flera faktorer.

Koncentration är att kunna använda alla sina sinnen och rikta sin uppmärksamhet på den uppgift man ska göra. I allt som man ska lära sig krävs att man koncentrerar sig. För att eleverna ska kunna lära sig behövs vuxna som hjälper till och förklarar, visar och berättar vad det är eleverna ska göra (Ericsson, 2005).

Forskaren och universitetslektor Ericsson (2005) ger råd om hur skolan kan stimulera elevers motorikutveckling. Skolan kan och bör göra mer för att upptäcka och hjälpa de elever som har svårt med motoriken. Ericsson (ibid.) menar på att en lektion med fysisk aktivitet som innehåller motorisk träning varje dag skulle ha positiva effekter. Något som kallas för motorikobservationer anser Ericsson (ibid.) ska vara ett rutinemässigt uppdrag vid varje skolstart och det kan ge värdefull information om elevers utveckling och förutsättningar. Att fånga upp elever tidigt och ge dem stöd i extra motorisk träning kan förebygga problem i framtiden. Alla elever som är i behov av extra motorisk träning borde kunna få den hjälpen. Motoriken har en stor betydelse för elever, tidigare var motoriken inskriven i grundskolans läroplan men bör återigen införas anser Ericsson (ibid.). Genom att öka medvetandet om motorisk träning kan det vara betydelsefullt för både koncentrationsförmågan och skolprestationerna för de övriga kärnämnen.

I bakgrunden kommer vi att beskriva Bunkefloprojektet som Ericsson deltog som forskare i. Genom projektet har det framkommit ett resultat om att motorik och skolprestationer verkar hänga ihop.

Ericsson (2008) skriver att resultatet i Bunkefloprojektet visar att elever med motoriska problem ofta även har problem med läs- och skrivutvecklingen. Ericsson (ibid.) fortsätter med att motorikobservationer skulle kunna användas som ett utvärderingsinstrument till vilka elever som kan komma att stöta på läs- och skrivinlärningsproblem. Ericsson och Karlsson (2014) beskriver att forskarna fortsatte att följa de deltagande eleverna i bägge grupperna upp till de gick ut grundskolan. De fortsatta studierna visar att de goda resultaten håller i sig upp genom grundskolan. Av eleverna som deltog i interventionsgruppen är 96% behöriga att söka till gymnasieskolan mot 89% i kontrollgruppen. Eftersom ämnet i sig är stort har vi valt att fokusera på elevernas koncentration i skolan och om fysisk aktivitet och motorik kan påverka den. Vi har genom olika artiklar och böcker skrivna av personer som forskar inom de olika delarna, koncentration, motorik och fysisk aktivitet, försökt hitta stöd för hur det kan te sig för elever och pedagoger. Vi har genom kvalitativa intervjuer sökt åtta pedagogers uppfattningar om hur koncentrationssvårigheter framträder samt hur de arbetar med fysisk aktivitet för att förhindra koncentrationssvårigheter. Frågorna lyfts för att undersöka om litteraturen och pedagogerna har lika syn på området.

# Bakgrund

Det finns forskning som tyder på att koncentration och motorik har med inläringen att göra. Vi kommer att lyfta fram den forskning som har framkommit för oss här i bakgrunden. Försök har gjorts att hitta forskning som visar att koncentration och motorik inte kan ha med inläringen att göra. Vi har inte hittat någon sådan forskning.

## Tidigare forskning kring motorik och skolprestationer

Westendorp, Hartman, Houwen, Smith och Visscher (2011) är forskare från Nederländerna som är kopplade till universitetet i Groningen. De påstår att deras studie fastställer att det finns samband mellan inlärningsproblem och motoriska svårigheter. Resultaten verkar stödja deras påstående. Westendorp, Hartman, Houwen, Smith och Visschers studie är från Holland och eleverna var mellan 7-12 år och de hade alla bekräftade inlärningsproblem. Forskarna satte ihop en kontrollgrupp för att kunna jämföra de deltagande eleverna. Eleverna i bägge grupperna genomgick motoriska tester. Resultaten fick forskarna genom att elevernas motoriska tester och skolresultat i läsning, skrivning och matematik jämfördes. Forskarna föreslår att det kan bero på att även läsning och skrivning likväl som motoriska färdigheter automatiseras vid inläring. Om inte motoriken är just automatiserad föreslår de att de motoriska problemen tar kraft och kapacitet från hjärnan vid läs- och skrivinläring.

Ericsson och Cederberg (2013) beskriver undersökningar som visar att självförtroende kan ha en stor påverkan i livet. Men positiva erfarenheter och ett ökat självförtroende kan påverka elever att delta i fysiska aktiviteter. Att jobba med barns självförtroende i tidig ålder är chansen stor att de fortsätter att gå på idrott när de blir äldre och kan då bibehålla sitt självförtroende. Elever med ogiltig frånvaro från lektionerna är oftast även frånvarande från idrotten också. De kan vara med på idrottslektionen men de deltar inte. Det är inte ovanligt att idrott är det ämne som elever väljer att hoppa över. Att undvika skolidrotten är en början till att utveckla skolk och då är det stor risk att eleverna blir underkända. Ericsson och Cederberg (ibid) menar att det finns ett samband mellan att inte vara med på skolidrotten och ha någon form av beteendeproblem. Elever som värderar sig själva med motoriska svårigheter är oftast väldigt oroliga av sig innan idrottslektionen ska börja eller under själva lektionen. De kan även känna oro om det är någon speciell situation som de inte känner igen. Det gör att de oftast väljer att hoppa över idrottslektionerna. Självförtroende är oftast det som hindrar tonåringar att vara fysiskt aktiva hjälper eleverna att bibehålla ett bra självförtroende under tuffa perioder. Resultatet från Ericsson & Cederbergs (2013) studie visar ganska klart att det finns ett samband mellan att delta i idrottslektionen i skolan och betygen i skolämnen. I Nationalencyklopedin (2017) beskrivs motorik som: "rörelseförmåga, rörelsemönster; även studiet av hur människans rörelser utvecklas och lärs in". Ericsson (2005) skriver att många pedagoger berättar hur de upplever att motoriska svårigheter kan ha ofördelaktiga konsekvenser för elevernas koncentration och inlärningsförmåga. Ericsson (ibid.) menar att det fattas vetenskapliga studier som visar hur inverkan av motorisk träning påverkar inläringen.

## Bunkefloprojektet

Bunkefloprojektet inleddes år 1999 och genomfördes på två skolor i Bunkeflostrand, Malmö. I projektet ingick förutom motorikens betydelse för inläring även kondition, munhälsa, benmassa och hjärta. Projektet var ett interventionsprojekt där det förutom interventionsgruppen ingick en kontrollgrupp för jämförelser. Inom projektets ramar fick interventionsgruppen en extra lektion med fysisk aktivitet dagligen och de elever som hade sämre motoriska färdigheter hade en extra lektion med individanpassad motorisk träning i veckan. Kontrollgruppen hade vanlig skolgång med de två idrottslektionerna varje vecka som ingick i läroplanen. Bägge grupperna genomgick motoriska tester genom MUGI observationsschema. Dessa tester gjordes vid skolstart och sedan årligen under lågstadiet. När eleverna var på väg att sluta grundskolan i årskurs 9, gjordes det nya motoriska utvärderingar,

Ericsson och Karlsson (2014). Dessa visade att deltagande elever i interventionsgruppen hade mycket bättre motorik fortfarande och att dessa elever hade i större utsträckning klarat av betygsmålen för att kunna söka och delta i gymnasieskolans utbud. Skolprestationerna har utvärderats med hjälp av läsutvecklingsschema, nationella prov i svenska och matematik och i skolår 9 användes även slutbetygen som utvärderingsmetod.

Tanken med Bunkefloprojektet var att studera om det blir någon påverkan om den fysiska aktiviteten ökar för eleverna, den visar goda resultat. Målet var att elever som gick i år 1-3 skulle få en allsidig grovmotorisk träning på ett lekfullt sätt som ger rörelseglädje. Elever som behövde extra motorisk träning fick individuellt anpassad motorikträning en timme per vecka. Ett MUGI observationsschema är uppbyggt under principerna att övningarna representerar viktiga perspektiv av motorisk utveckling för just den åldersgrupp som observationsschemat är avsett för. Connors frågeformulär ingår också i studien och den används för att mäta koncentrationsförmågan. Formuläret har till avsikt att studera elevers koncentrationsförmåga i olika klassrums- och vardagssituationer i studien. Frågeformuläret användes av lärarna och föräldrarna för att få en uppfattning om hur barnens koncentration var före och efter interventionen. Det finns tio uppgifter på frågeformuläret och de mäter uppmärksamhet och hyperaktivitet samt impuls kontroll.

Resultatet i denna studie visade på att elevernas motorik förbättrades med ökad fysisk aktivitet och motorikträning. Barnens motorik är påverkbar och det har även en påverkan av undervisningen i skolan. Allt det här går att läsa om i Ericsson (2008). Att forskarna kunde se att eleverna hade effekt av motorikträningen och den extra fysiska aktiviteten när eleverna gick ut grundskolan är ytterst positivt. Ericsson och Karlsson (2014) skriver om resultat när de återkommer till samma elever som deltog i Bunkefloprojektet vid slutet av deras grundskoletid.

## Elevernas koncentration

Nationalencyklopedin (2017) beskriver koncentration som "inriktande och kvarhållande av uppmärksamheten på en bestämd typ av information eller på en viss aktivitet". "Att koncentrera sig innebär att öppna sig för och ta in omvärlden; att med sina sinnen registrera intrycken från allt som finns omkring." (Kadesjö, 2007). Kadesjö(ibid.) beskriver förutsättningar för att vara koncentrerad. Han beskriver följande: en person ska kunna sikta in sin uppmärksamhet och förmåga att ta in den information som ges, även tankar och känslor ska riktas mot uppgiften som kräver uppmärksamheten. Att utestänga oväsentliga intryck och upplevelser måste till för att kunna koncentrera sig. Koncentration innebär också, skriver Kadesjö (2007) att "komma igång med, hålla fast vid och avsluta uppgiften" (s.15). Kadesjö(ibid.) fortsätter de elever som oftast har svårt att lära sig i skolan har även ofta svårigheter med koncentrationen. Det har sällan med intelligensen att göra då de flesta elever har en normal eller mer än normal intelligens. Trots det har eleverna väldigt svårt att koncentrera sig och ofta kan det kombineras med hyperaktivitet. Elever som har dessa problem har väldigt svårt att trotsa olika störningar, som till exempel något som ramlar i golvet eller en stol som flyttas. Ju längre tiden går med dessa svårigheter desto mer har eleven svårt att hålla fokus. Elever som har emotionella problem kan utveckla svårigheter med koncentrationen och det kan göra att de blockerar sina möjligheter att lära sig i skolan. Även elever med andra inlärningsproblem till exempel skriv- och lässvårigheter kan ha svårt att hålla sin koncentration då det är svårt och jobbigt, kanske eleven inte förstår vad denne ska göra och därför tappar koncentrationen. Några orsaker till koncentrationssvårigheter kan vara elevens förmåga att förstå vad som sägs och görs, läs- och skrivsvårigheter och perceptuella och motoriska problem beskriver Kadesjö (2007). Det innebär bland annat att elever som har koncentrationssvårighet har svårt att uppfatta alla delar i en situation. Det är vanligt att eleverna då anses vara förvirrade och osammanhängande vilket kan skapa en frustration och irritation hos omgivningen. Kadesjö (2007) beskriver att skolprestationer blir lidande när koncentrationen sviktar. Ibland kan det bero på att eleverna inte urskiljer tilläggelser och anvisningar från utbildningssituationer. Inläring består av anvisningar, regler och teoretisering av kunskaper, vilket kan vara svårt för elever att ta till sig. Att elever har någon problematik visar sig då i skolprestationerna.

Ericsson (2005) pratar om primära och sekundära koncentrationssvårigheter. Med primära koncentrationssvårigheter menas "...biologiskt betingat tillstånd som innebär problem med att rikta uppmärksamheten på en uppgift..." (Ericsson, 2005, s.63). Ericssons (ibid) teori är att det kan bero på att det är medfött eller att det utvecklas otillräckligheter i hjärnans verksamhet. De elever som har primära koncentrationssvårigheter brukar oftast vara impulsiva, ha svårt att följa instruktioner och regler, men även ha svårt att hitta passande aktiviteter och ha en uppmärksamhetsstörning. Ericsson (2006) nämner att barn som har grova primära koncentrationssvårigheter kan vara oregelbundna och hoppa i deras humör men även barnens sätt att reagera. Sekundära koncentrationssvårigheter är "...tillfälliga, situationsbundna svårigheter som påverkas av faktorer i barnens miljö." (Ericsson, 2006, s.43). I dagens samhälle är stressen så påtaglig att det kan orsaka koncentrationssvårigheter hos fler barn än de som har primära koncentrationssvårigheter. Elever idag behöver rätta sig efter att det blir större barngrupper i skolan. Eleverna måste hela tiden skifta verksamheter och det kan göra att oviljan att lära sig blir mindre (Ericsson, ibid). "Specifika inlärningssvårigheter kan alltså leda till sekundära koncentrationssvårigheter." (Ericsson, 2006, s.44).

Sergeant, Piek & Oosterlaan (2006) har i sin artikel skrivit om att det behövs mer forskning mellan relationen ADHD och Dyspraxi (Developmental Coordination Disorder: DCD). Dyspraxi är en funktionsnedsättning som innebär att det är svårt att koordinera sina muskelrörelser. De som har Dyspraxi kan även ha svårt med rumsuppfattningen när de till exempel deltar i fysiska aktiviteter. Viktigt att poängtera är att dyspraxi inte har något med intelligens att göra. Forskarna vill undersöka de bakomliggande problem för att se om det finns ett samband mellan perceptuella, motoriska och uppmärksamhetskrävande barn som har ADHD och/eller DCD. Sergeant, Piek & Oosterlaan (2006) skriver att både ADHD och DCD även förknippas med andra utvecklingsstörningar, men det är särskilt lässvårigheter som det associerats med. Det har även identifierats en överlappning mellan en specifik språkstörning och DCD. I artikeln vill de poängtera att de inte tror på att ADHD har något att göra med en dålig motorik. De skriver även att alla barn med ADHD inte behöver ha DCD och tvärtom. Sergeant, Piek & Oosterlaan (2006) visar att både i de kliniska och de experimentella studierna har ett samband mellan ADHD och motorik. I en del av grupperna framkom det att en eller flera motoriska störningar som gjorde att deltagare hade ett brådskande behov av hjälp. I framtiden kan forskningen med hjälp av avancerade analytiska tekniker hjälpa till att upptäcka och behandla specifika motoriska processer.

### **Tidigare forskning kring fysisk aktivitet**

Käll, Nilsson och Linden (2014), är forskare knutna till Göteborgs universitet, beskriver sin studie som gjordes 2004 på skolor i Mölndal. Lokala sportklubbar gick in och gav två extra skoltimmar med fysiska aktiviteter på en interventionsskola, vilket innebar att eleverna hade i det närmaste dubbelt upp med fysisk aktivitet på schemat. I kontrollgruppen ingick tre andra skolor där hade eleverna endast den vanliga skolidrotten på två lektioner i veckan. Forskarna jämförde även elevernas skolresultat fyra år innan studiens början, de fick då en normalkurva utifrån vad ordinär skolgång gav för skolprestationer. Här fick de även bekräftat att alla fyra skolor hade samma resultat, innan en av dem deltog som interventionsskola. Resultaten visar att elever som har fått dubbelt med schemalagd fysisk aktivitet ökar sina skolprestationer ganska rejält. Fördelen med att lägga in extra idrott under skoltid är att den är obligatorisk, därigenom blir alla elever tvungna att delta, även de med sämre motorik och fysik. Här är det viktigt att aktiviteterna som eleverna tvingas delta i ska vara utvecklande, roliga och positiva inte tävlingsinriktade, annars är det fort att vissa elever får ännu mer motstånd mot fysisk rörelse. Forskarna skriver att den extra fysiska aktiviteten kanske förbättrade elevernas koncentration i klassrummet och därigenom förbättrat deras skolprestationer. Käll, Nilsson och Linden (2014) skriver att fysisk aktivitet och rörelse ökar elevernas mentala hälsa och självförtroende och det kan även öka elevernas möjligheter till bättre resultat i skolan. Forskarna skriver att som liknande studier tyder resultaten att det finns en koppling mellan fysisk aktivitet och skolprestationer.

Tomprowski, Davis, Miller och Naglieri (2008) är amerikanska forskare som undersökte just hur effekten blev på elever som var fysisk aktiva. Slutsatsen i deras artikel är att forskning som har gjorts på vuxna och på djur visar att regelbunden motion under flera veckor förändrar hjärnfunktionerna som



ligger bakom kognition och beteende. "Fysisk aktivitet resulterar i en mängd biologiska svar i både muskler och organ som i sin tur modifierar och reglerar struktur och funktioner i hjärnan"(Tomporowski, Davis, Miller och Naglieri 2008, s.2) Om barn svarar på liknande sätt som de vuxna under fysisk aktivitet kan det ha en stor betydelse för deras utbildning. Avsikten med Tomporowski, Davis, Miller och Naglieris (ibid.) studie var att de ville undersöka närmare om hur man bättre kan förstå kopplingen mellan barns fysiska aktivitet och vissa typer av kognitiva funktioner. Slutsatsen på Tomporowski, et al. (ibid.) vetenskapliga artikel är att det under senare år har det dykt upp flera studier som tyder på att det finns vinster i att barn som tränar har lättare att lära sig och koncentrera sig i skolan. Exekutiva funktioner påverkas positivt när det gäller målinriktade åtgärder i en miljö där det kan hända oväntade saker. Träning kan vara en enkel metod till att förbättra barns mentala funktioner som är centrala för kognitiv och social utveckling. Men det finns mycket som studien inte har kunnat svara på heller i forskningen, som till exempel att kognitionen bibehålls efter avslutad fysisk aktivitet eller om det behövs kontinuerlig träning.

## Sammanfattning

Det finns många studier som har fokuserat på effekter på fysisk aktivitet och idrott. Tyvärr är det inte många som väljer att studera hur den fysiska aktiviteten påverkar elevers koncentration och skolprestationer. Många studier påstår sig bevisa att fysisk aktivitet är bra för människan och det kan nog de flesta hålla med om. De allra flesta människor mår bra efter en promenad eller annan fysisk rörelse men påverkar det elevers inläring, motorik och koncentration? Det finns faktiskt några artiklar som försöker påvisa det och kanske har de lyckats hitta någon form av påverkan. Det påstår i alla fall Käll, Nilsson och Linden (2014), Ericsson (2008) och Ericsson & Karlssons (2014). Svårigheten med att införa obligatorisk fysisk aktivitet är att inte skrämna de elever som har det svårt med det. Orsaker kan vara olika, som exempel att byta om tillsammans med andra eller svårigheter att sparka boll eller att följa spelet och det sociala. Om det införs extra rörelse under skoltid där elever är tvingade att vara med måste tid läggas på att se till att det inte är för svårt och att stunden blir glädjefylld och roligt. Fröberg, Raustorp, Pagels, Larsson och Boldemann (2016) förklarar att i Sverige är det obligatoriskt att utveckla sin kunskap inom idrott och hälsa. I sällsynta fall kan en lektion i idrott bli helt teoretisk. Fröberg et al. (ibid.) skriver också att elever ska ha minst 60 minuters hög fysisk aktivitet per dag.

## Syfte

Syftet med den här undersökningen är att undersöka åtta pedagogers uppfattningar om motorik och fysisk aktivitet har betydelse för eleverna och deras koncentration.

# Metod

I metoddelen kommer redogörelse för hur studien har genomförts. Den är uppdelad i olika underrubriker och i varje rubrik finns det förklaringar kring tillvägagångssätt, analyser och diskussioner och svar kring de val som är gjorda. Vi har även diskuterat kring det etiska förhållningssättet i vår studie.

## Datainsamlingsmetod

Ahrne och Svensson (2015) beskriver att kvalitativa metoder är samlandet av empiri genom intervjuer, observationer och textanalyser som inte ska analyseras genom kvantitativt sätt. Ahrne och Svensson (ibid) fortsätter: ett sätt att förklara vad en kvalitativ metod är att metoden beskriver något som är sagt, en händelse, en känsla, en bild, smak eller beröring. Även upplevelser, tankar, synsätt går att använda till kvalitativa metoder. Eftersom det är pedagogers uppfattningar som efterfrågas är en kvalitativ metod bäst. Valet föll på att göra kvalitativa semistrukturerade intervjuer med en pedagog i taget. Stukat (2011) beskriver det här metodvalet som både flexibelt och följsamt då intervjuaren kan hänga på informanten och ställa följdfrågor och gå djupare in i känslor och tankar som informanten kan ha. Semistrukturerade intervjuer gjordes därför att underlaget skulle vara jämförbart samtidig som pedagogernas uppfattningar, tankar och erfarenheter kring ämnet kom fram. Vi är införstådda med intervjuareffekten och att den kan ha påverkat intervjuerna. Stukat (2011) beskriver att intervjuareffekten är när intervjuaren kan ordlöst och med olika gester, tonfall, kroppsspråk, ansiktsuttryck och ordval påverka svaren som informanten ger, detta kan ske omedvetet och medvetet från den som intervjuar. Då vi är ute efter pedagogernas upplevelser, erfarenheter och expertis är det rätt metod för oss. Stukat (2011) beskriver hur viktigt det är att berätta och vara transparent kring uppbyggnaden av studien. En intervjuguide sattes ihop som användes vid intervjuerna. Frågor har grundligt och noga satts ihop som ska ge svar på vårt syfte och vår problemställning. Formuleringarna av frågorna har utgått ifrån syfte och problemställning. I ett försök att fråga vår egen förförståelse är det ändå svårt att helt glömma något som det redan finns kunskaper om. Mycket tid har lagts på att försöka att tydliggöra frågorna och formulerat om dem gång på gång för att de inte ska vara ledande. Orsaken till att frågorna är semistrukturerade är för att pedagogerna ska ha möjlighet att sväva ut och inte vara styrda av vår intervjuguide. Även intervjuerna har möjligheter att ställa följdfrågor. Vår tanke är att nyttja samspelet mellan oss och våra informanter för att få mycket information som kan analyseras och då kanske det dyker upp något nytt som intervjuerna inte har tänkt på. Pedagogerna fick i början några grundfrågor som var gemensamma för att sedan ge pedagogerna följdfrågor som är individuellt anpassade för deras yrkeskategori. En del av de individanpassade frågorna kunde vara lika eller se liknande ut. Frågorna formulerades enkelt för att de skulle vara enkla att besvara. Var det någon fråga de inte förstod då förklarades meningen med frågan.

## Urval

Vi har valt att intervjua åtta pedagoger. Idrottslärare, klasslärare och specialpedagoger är de yrkesgrupperna som är utvalda. Specialpedagoger arbetar mycket som bollplank för övriga lärarkategorier på en skola och har därför bra överblick på vad som sker och vilka elever som behöver och har hjälp. Idrottslärare är den yrkeskategori som har koll på motorik, rörelser och rörelsemönster. Idrottslärare är de som märker tydligt hur och vad elever behöver stöd och hjälp med när det kommer till kroppen och dess rörelser. Klasslärarna är de som ser och uppmärksammar problem och svårigheter i klassrummet, både med koncentration, skolprestationer och svårigheter att sitta still och hålla i pennor. Urvalet är inte representativt utan utgör denna lilla grupp pedagogers erfarenheter och tankar. Eriksson-Zetterqvist och Ahrne (2015) skriver att det inte finns speciella regler kring urval vid kvalitativa intervjuer men det går inte ignorera att det ändå finns urvalsproblem och att vi måste tänka över hur urvalet av informanter har skett. Eriksson-Zetterqvist och Ahrne (2015) menar att det är viktigt att vid skrivandet av rapporten beskriva exakt hur urvalet har skett för att rapporten ska få en

trovärdighet för resultatet. Vi valde att ha fingerade namn på pedagogerna men skriva ut yrkeskategorierna. Skolornas namn är även dem fingerade

Stukat (2011) menar att det är helt i sin ordning att använda sig av ett icke representativt urval vid olika situationer. Det kan vara om undersökningens fokus är endast några skolor, grupper, elever eller lärare där generalisering inte är genomförbar eller intressant. De skolor som besöktes ligger i mellersta Sverige och uppe i norr. Fokuset ligger på tre skolor då det inte fanns tillräckligt med tid att åka runt i flera skolor och intervju de olika yrkeskategorierna. Vi kände att det ändå var tillräckligt med pedagoger i de olika yrkeskategorierna. De åtta pedagogerna valdes ut efter tidigare kontakt och i och med det vet vi att de har lång erfarenhet i sin yrkesroll. Pedagogerna som intervjuades hade mellan 10 och 39 års erfarenhet och därför har det passerat ett flertal elever genom deras år som pedagoger. Eriksson-Zetterqvist och Ahrne (2015) skriver att det är forskningsfrågan som slutgiltigt avgör vilka informanter som är intressanta att intervju. Eftersom vi är intresserade av elevers motorik, koncentration och skolprestationer anser vi att pedagoger som jobbar med de frågorna är intressanta att prata med. Även att pedagogerna har adekvat utbildning är viktig.

**Tabell 1 – De intervjuade pedagogerna**

Namn	Arbetsplats	Yrkestitel	Arbetslivserfarenhet
Anna	Pionskolan	Specialpedagog	30år
Berit	Pionskolan	Specialpedagog	17år
Clara	Pionskolan	Lärare	19år
Diana	Pionskolan	Idrottslärare	39år
Erica	Pionskolan	Idrottslärare	10år
Filippa	Irisskolan	Lärare	16år
Greta	Syrenskolan	Lärare	22år
Henrietta	Irisskolan	Specialpedagog	30år

## Genomförande

Vi inledde med att ta kontakt med varje enskild pedagog för att fråga om en intervju var möjlig. Alla kontakter som togs med pedagogerna resulterade i en intervju. Alla intervjuer genomfördes på skolor och i avskilda rum utan att bli avbrutna, utom under en av intervjuerna. Då ventilationen var trasig var fönstret öppet och under en period av cirka 5 minuter flög en helikopter i luften utanför den skola som besöktes. Vi anlände till skolorna i god tid innan avsatt tid för intervjun. Vi småpratade först i några minuter och sedan ledde informanterna till det rum som de i förväg hade sett ut där intervjun skulle ske. Innan mobiltelefonen slogs på och intervjun började informerades våra informanter om vilket syfte studien har, hur råmaterialet ska användas, att studien kommer att bli publicerad, att de när som helst kan välja att kliva av studien/avbryta intervjun. Informanterna tillfrågades om det gick bra att spela in intervjun och det förklarades vilka som eventuellt kommer att höra intervjuerna. Samtycke av inspelning av intervjuerna godkändes av informanterna. Allt det här argumenterar Eriksson-Zetterqvist och Ahrne (2015) om i sitt kapitel, Intervjuer. Informanterna fick ett missiv (se bilaga 1) där information gavs om vad empirin skulle användas till, dess syfte och lite praktisk information kring intervjun. Även informanternas rättigheter och våra skyldigheter förklarades. Informanterna fick ställa sina frågor till oss för att de ska känna sig trygga och därigenom blir det en bättre intervju. Själva intervjun spelades in på mobiltelefon. Bra kontakt skapades med våra informanter som svarade på alla våra frågor i varierande omfattning. När det har passerat har följdfrågor givits och där vi har sett att informanten vill svara mer eller djupare på en fråga har vi frågat lite mer eller uppmanat dem att prata mer. Intervjusituationen

fungerade avslutades med en fråga om att få återkomma vid eventuella frågor och funderingar, vilket gick bra. Vi har intervjuat våra informanter enskilt. Intervjuerna tog mellan 30-50 minuter.

## Analysmetod

Den analysmetod som är vald att arbeta med är den tematiska analysmetoden. Arbetsprocessen med materialet är att strukturera och organisera det för att kunna hitta teman och sedan jämföra empirin med vad som finns i bakgrunden. "Den insamlade datamassan, som ibland kan vara rätt ansenlig, måste alltså efter genomfört fältarbete organiseras, struktureras och tolkas." (Backman, 2008, s.61). Det första som gjordes med rådatamaterialet var att transkribera det, som en första bearbetning genom lyssning och skriva ner intervjun. Intervjuerna är inte riktigt ordagrant transkriberade men nästan. Att markera alla pauser och små ljud och liknande gör varken från eller till för vårt resultat. Till vårt arbete är dataprogrammet Google Drive använt, av den enkla orsaken att vi kan arbeta i samma dokument. I Google Drive syns alla ändringar direkt och på det sättet går det att se vad den andre har skrivit och gjort i dokumentet. Dessutom innehåller programmet en chattfunktion och då går det att skriva till varandra och det syns inte i dokumentet. En annan fördel är att Google Drive inte kraschar därför att det är en molnlagring och därigenom försvinner inte vårt arbete. Även telefonen har använts och då har vi diskuterat och debatterat texten, intervjuer och upplevelser med examensarbetet. Alla intervjuer är sammanställda i ett dokument, för att sedan bryta ner dem i mindre bitar och delat upp frågor och svar i mindre dokument, då med en fråga och alla svar i samma dokument. Pedagogernas svar sattes ihop under varandra för att kunna se hur lika eller olika de svarade på samtliga frågor. Sedan är svaren analyserade efter teman som är: Motorik, Koncentration och Fysisk aktivitet.

## Etiskt ställningstagande

Studien har haft vetenskapsrådets (2002) fyra etiska regler som grund. De fyra etiska reglerna är Informations-, Samtyckes-, Konfidentialitets- och Nyttjandekravet. Informanterna har blivit informerade om syfte med studien, vilken uppgift och villkor de har som deltagare i vår studie. Allt enligt vetenskapsrådets informationskrav. Information om att de när som helst kan kliva av studien och att deras deltagande är intervjun. Samtycke är inhämtat från informanterna enligt vetenskapsrådets samtyckeskrav. Enligt konfidentialitetskravet är informanterna oidentifierade, både vad gäller namn och arbetsplats. Information om att fullständig anonymitet inte kan garanteras har givits informanterna, endast konfidentialitet kan utlovas, vilket även har förklarats vad det innebär. Ur vetenskapsrådets Codex (2011) "Konfidentialitet innebär skydd mot att obehöriga tar del av uppgifterna men forskargruppen kan via kodnycklar hänföra uppgifter eller prover till enskilda individer" (s.67). Information har lämnats att våra opponenter och lärare eventuellt kan få lyssna på rådatan som är insamlad. Den fjärde och sista etiska regeln som vetenskapsrådet har är nyttjandekravet. Information har lämnats till informanterna om att deras deltagande bara är i denna forskningsstudie.

## Metoddiskussion

Vi har valt att göra åtta stycken semistrukturerade intervjuer. Fördelarna överväger därför valdes denna metod. Eftersom vi har varit ute efter informanternas syn på, tankar om och erfarenheter kring ämnet och då menar vi att semistrukturerade intervjuer är bäst för att nå resultat i vår studie. Ett alternativ var att göra strukturerade intervjuer och enkäter, informanterna hade då fått svara på exakt samma frågor men det hade då varit svårt att komma åt vad pedagogernas uppfattningar och erfarenheter.. Det hade nog varit enklare att analysera svaren givna av informanterna vid enkäter och strukturerade intervjuer men vi hade inte fått mer information än vad vi hade efterfrågat. Nu har vi fått vad som har efterfrågats och kunnat ställa följdfrågor vid intressanta svar och därför fått mer och framförallt annan information än vid strukturerade intervjuer. Svårigheten med att göra semistrukturerade intervjuer är att hålla intervjun till ämnet. Det är lätt att informanten svävar iväg i sina svar och som intervjuare kan det då vara svårt att stoppa informanten. Det gäller att ha koll på syfte för att i stunden avgöra om informantens svar är relevanta för vår studie. I och med att valet att spela in intervjuerna med

mobiltelefon behövde även inspelningarna transkriberades till ett material som kunde bearbetas. Det var en procedur som tog lång tid även om en intervju kanske bara var 13 minuter lång. En annan nackdel med att spela in svaren är att pedagogernas svar kanske inte var riktigt ärliga. Det kan finnas med rädsla för att det kan komma ut offentligt vad pedagogerna tycker och anser. Frågorna som ställdes till informanterna kunde ha varit bättre utformade för att då hade nog svaren utvecklats bättre. Det som kunde ha varit intressant var om man skulle ha delat upp pedagogerna yrkesvis för att se om svaren hade blivit detsamma i resultatet. Förklaringen till att fritidspedagogerna inte togs med var för att de enbart går som resurser och inhoppare i skolans verksamhet och det kan göra att de inte har lika mycket insyn som de andra yrkeskategorierna har.

Det är viktigt att även tar upp bias. Bias är ett synsätt som en person väljer att tolka, värdera och reagera på omvärlden. Genom att ha förenklat och avstått att skriva och ställa ledande frågor har vi försökt att frångå vår egen förförståelse i frågorna och därigenom försökt att undvika vår bias.

# Resultat

I resultatet kommer vi att redovisa de svar vi fick från intervjuerna vi gjorde med de åtta pedagogerna. De tre teman vi har valt i resultatet är: Motorik, koncentration och fysisk aktivitet. Under motorik kommer vi att ta upp *motorikens betydelse för inläring* och *kunskapen för motorikens betydelse*. Under koncentration tar vi upp *problemen med elevernas koncentration, hur elever och lärare kan få stöd och vad som sker i klassrummet*. Under den sista rubriken fysisk aktivitet tar vi upp *sambandet mellan fysisk aktivitet och koncentration*. I slutet kommer vi att göra en sammanfattning av resultatet.

## Motorik

### Motorikens betydelse för inläring

Pedagogerna ansåg att motoriken har en koppling mellan inläring och koncentration. Har den grovmotoriska biten redan utvecklats sker mycket av sakerna som elever gör per automatik. De behöver inte lägga ner en massa energi på att tänka på vad de ska göra med kroppen. En pedagog uttryckte sig på detta sätt:

*Men jag tror ju om man inte behöver koncentrera sig så mycket på alltså fast det är ju en omedveten koncentration på att få kroppen att göra som man vill att den ska göra så måste det bli lättare att koncentrera sig på yttre stimulering än att man måste lägga mycket energi på det här som bara ger att det ska hända. (Clara)*

*Aaa, det tror jag!.../för är man inte klar med kroppen liksom det här (skratt) både grov och finmotorik så så har man svårt ofta o koncentrera sig också för man har inte koll riktigt på hur kroppen vill ha det, hur man själv vill ha det. Så att jag tror ju att det finns ett samband, absolut. Det tror jag. (Anna)*

Clara pratade om att de screenade barnen på sitt förra arbete. Det var en motorisk screening där de kollade om eleverna kunde göra en kullerbytta, korsrörelser och även andra grundformer ingick i screeningen. När de upptäckte en elev som var i riskzonen tog de tag och hjälpte den eleven på en gång. Flera av pedagogerna menar att elever med motoriska svårigheter finns i varje årskull. Ibland är det en elev och ibland blir det en anhopning av flera elever. Diana menar på att "Alltså det finns ju mer eller mindre i alla årskullar". Pedagogerna svarar utslutande att eleverna kan utveckla dålig självkänsla och självförtroende vid motoriksvårigheter. De beskriver att eleverna ofta kan få kommentarer om deras yviga kroppsspråk och när eleverna jämför sig emellan märks de motoriska svårigheterna vid till exempel bollspel och lekar.

*Men när man jobbar med yngre barn och dom ehm liksom tränar sig i olika saker så ju mer dom klarar av det desto mera självsäkra blir dom och desto högre självkänsla får dom och det påverkar ju... allt det andra, välbefinnande, koncentration. Men om man tror om sig själv att man är en sån som kan så blir man ju så. (Berit)*

Pedagogerna uttrycker att dessa elever känner att de inte riktigt passar in. Det är mycket att stå i kö i skolan och har man ett yvigt kroppsspråk så händer det grejer och får man alltid höra vad fel man gör är klar att det känns. Vårdnadshavarna får löpande veta vilka svårigheter deras barn har och det sker normalt vid utvecklingssamtalen.

Vi ställde frågan om elever som fått motorikträning har utvecklats och det var med glädje att se att de flesta av pedagogerna svarade ja på det. Tränar eleverna på någonting blir de till slut bra på det. Det kan göra att elevens självkänsla ökar och det kan påverka deras välbefinnande och koncentration. Men det kan även behövas göra andra insatser för att eleven ska utvecklas. En av våra pedagoger sa: "Där säger jag ett stort JAAA! /.../när dom känner att dom klarar av grejer o hur dom växer av det och så blir

nästa sak lättare eller när man har tränat på det.” (Diana). Det är viktigt att eleven själv blir medveten om vad den gör och varför den tränar på en sak. En annan pedagog pratade om motorikträning och den pedagogen hade sett väldigt många barn som hade utvecklats och blivit bättre. Greta hade inte upplevt hur elever hade utvecklats av motorikträning på grund av bristen av engagemang av föräldrarna.

### **Kunskap om motorikens betydelse**

Frågan om hur kunskapen om motorikens betydelse för inläringen kunde nå ut till berörda personer svarade pedagogerna väldigt olika. En menar på att det är viktigt att prata om det, berätta varför vi gör det vi ska göra just nu för att eleverna blir medvetna om orsaken. “Så jag tror man måste vara informativ bara o sen är det nån som ifrågasätter så är det ju jättelätt att koppla alltså till forskning. Och vår utbildning.” (Clara). Det behövs kompetensutbildning bland personalen för att de blir säkra på vad de gör. Är pedagogerna säkra och har kunskapen kring det här är det lättare för personalen att ta upp sådana saker med föräldrarna. Personalen kan vid föräldramöten och vid utvecklingssamtal informera om hur viktigt det är att barnen rör på sig.

## **Koncentration**

### **Elevers problem med koncentration**

Koncentrationsproblem för barn och elever kan variera. Det kan bero på att de får för lite sömn, för lite mat eller att de har någon form av diagnos och det är alla pedagoger överens om.

*Ja, det kan bero på i stort sett allt, allt allt allt! Det kan ju vara faktorer som är långt utanför skolmiljön, det kan vara.... Ja det kan vara hemmet, det kan vara... det kan vara faktorer i miljön, det kan vara samspelet med kamrater, det kan vara eh, lärmiljön, kontakten med pedagogen, läraren som inte stämmer. Det kan vara att jag eh har för begränsade möjligheter att lära mig att jag bara får kanske lära genom att höra , att jag måste få sätt att lära mig som passar mig man pratar inte så ofta idag om lärostilar, eller inlärningsstilar men jag tror att det är ändå viktiga bitar för koncentrationen för motivation. För det ser vi ju väldigt ofta att barn kan koncentrera sig, de kan fokusera när dom är motiverade. (Henrietta)*

Även överstimulerad och understimulerad pratade en pedagog om. “...men sen tänker jag att man måste försöka hitta som du sa, vad är skälen till att det är, att han eller hon har koncentrationssvårigheter. Är det att dom har småsyskon kanske.” (Clara). Något som dök upp var också att det kan vara problem hemma med till exempel en förälder som har alkoholproblem, att barnet funderar på om de kommer hem till en onykter förälder eller inte. Mycket kan vara också att barnet kan vara mobbat i skolan, att de tänker på att de kanske blir slagna när de går hem efter skolan. “...det kan ju också vara ett barn som liksom har en väldigt oro i kroppen och inte riktigt vet vad dom har sina kroppsdelar.” (Berit). Många pedagoger pratar just om hur samhället ser ut idag och att barn matas med olika intryck hela tiden. Det är tv-program som är röriga och många kanaler som gör att de byter program för att de blir uttråkade. “...man får så att säga kasta lasso ett antal gånger och fånga in vederbörande för att tankarna far som pingpong-bollar i huvudet lite grann.” (Anna). Pedagogerna var väldigt eniga om att det är snabba kast hela tiden och att det måste hända något hela tiden. Andra faktorer kan även vara en omognad, att de inte är utvecklade för just deras ålder. Eleverna behöver motivation också för att kunna hålla uppe koncentrationen. Är de omotiverade är det klart att de inte kan koncentrera sig.

*Ehmm, alltså man behöver träna på alla delar av hjärnan, inte bara en del för att man ska kunna läsa utan man behöver ju komplettera och man måste ha alla verktyg för att kunna. Det är som att köra bil, man ska inte bara kunna gasa och bromsa utan man måste ju kunna alla andra delarna också, så det hänger ihop. Så klart. (Clara)*

Berit pratar om att det kan vara många tankar som far runt i huvudet som kan göra att eleven har svårt att koncentrera sig. Hon nämner också att det kan vara fysiska delar som stör.

### **Hur eleverna och pedagoger kan få stöd**

Flera av pedagogerna nämner att de försöker själva ta reda på varför eleven har svårt att koncentrera sig innan de vänder sig till andra för att få hjälp. Berit upplever att det finns ganska mycket hjälp att få när de upptäcker elever med koncentrationssvårigheter. "Det går att dra i många trådar, det gör det men det hänger ju ganska mycket på att vi lärare ber om hjälp! Å att vi vet vad som finns å att vi trycker på annars händer det ingenting!" (Filippa). Berit nämner sin egen yrkeskategori specialpedagog men också elevhälsan, BUP (barn och ungdomspsykiatri), specialgymna, motorikträning, psykologutredning, sensomotorik och rektor. Att göra en grundlig utredning är för elevens bästa. Vikten av att pedagogerna ger korta och tydliga instruktioner gör att det blir lättare för barnen att inte tappa fokus. Det som är väldigt viktigt om en pedagog upptäcker att en elev har svårt att koncentrera sig är att undersöka vad det är som gör att eleven har koncentrationssvårigheter.

Flera av de intervjuade pedagogerna samarbetade med idrottsläraren, klassföreståndaren och specialläraren. Men även fritidspedagog, skolsköterska, psykolog, kurator och rektor nämndes. Berit är med i något som kallas för elevhälsoteam och där ingår en rad olika yrkeskategorier som specialpedagog, kurator, skolsköterska och rektor. Det kan pedagoger (oftast klasslärare) gå om de har elever som har problem och behöver råd och stöd för att kunna arbeta med just den eleven.

För att pedagogerna ska kunna hjälpa de elever som har problem kan de behöva vidareutbildning/fortbildning. Men alla pedagogerna svarade att de inte får någon vidareutbildning/fortbildning i frågor som rör motorik och koncentration av sin chef. Clara berättade att de kunde få en utbildningspeng men det var på hennes förra jobb och då kunde de själva söka och gå på den utbildning som behövdes för sin klass.

*Jag tror att det finns men det gäller ju att det ska prioriteras alltså jag tänker så här på mitt förra på min förra arbetsplats så sökte man det man behövde för sin grupp. Alltså får man, hade en viss fortbildningspeng till sig själv.../Om jag då hittade någonting som skulle göra mitt arbete bättre med just den gruppen då om jag hade ett barn med koncentrationssvårigheter så kunde jag söka en sån och få lite input men det går så fort tänker jag, forskningen och allting så dom här blir ju förlegat ganska snabbt så jag tror att man nästan måste ha det i, lägga in det mer i utbildningen. (Clara)*

Greta berättar att en del av de fortutbildningar som erbjuds är kollegialt lärande. I den formen sker lärandet i arbetsgruppen där en pedagog lär sina kollegor om ett område som han/hon har kunskaper i.

### **Vad som sker i klassrummet**

Pedagoger märker inne i klassrummet när eleverna börjar få svårt att koncentrera sig, då de börjar med en massa olika tics. Eleverna kan till exempel fara upp och ner på stolen, börja tappa saker på backen medvetet bara för att ha en orsak till att få röra på sig. "...det finns ju dom som ständigt håller på och kanske är hos sina klasskompisar å håller på stör dom med pennor å smäller till dom lite grann så där kan det ju vara också!" (Greta). Andra elever börjar prata med klasskompisarna eller börja göra ljud för att bli uppmärksammade. "...har man svårt med impuls kontrollen så ska man gå dit man kanske ser en spännande penna som nån har eller ett nytt pennfack eller någonting, oj jag måste dig och se det! Då tappar de då fokus ifrån arbetsuppgiften" (Filippa). Det finns även elever som har diagnoser och inte kan rå för att de håller på med sina tics. Även andra orsaker spelar in som till exempel hemmiljön. Elever som har svårt med sina impulser kan lätt bli störda om det är klasskompisar som sitter och pratar lite längre bort eller vässar sin penna. En annan faktor som pedagogerna pratar om är om det sker något



oförutsägbart antingen inne eller utanför klassrummet. Då måste eleverna springa dit och kolla vad det är som händer. Filippa säger att de har en stokkestol. Det är en låg gungstol utan ryggstöd. Eleven har en sådan stol istället för en vanlig då eleven annars ligger på bänken eller ligger under bänken och krälar. Eleven stör då inte sina klasskamrater med att skrapa med stolen och göra olika ljud. När vi frågade om motorik kunde vara en faktor till att eleverna har svårt att koncentrera sig svarade en av pedagogerna "Aaaa, absolut. För då blir ju koncentrationen, kan ju gå till att bara hålla i pennan." (Clara). Anna berättar att det går att använda tinglas i klassrummet för att eleverna kan fokusera en kort stund på det de ska göra. Hon nämner även rörliga pauser. "Det här med klassrumsgymnastik tror jag inte är så dumt faktiskt. Det var på modet ett tag, sen ja det går ju i vågor sånt där." (Anna).

Det varierar med hur de använder åtgärdsprogram mellan pedagogerna. En del av dem tycker att det är stort med åtgärdsprogram och därför använder de extra anpassningar och bara i undantagsfall, då problemen är stora för eleven, används åtgärdsprogram. Huvuddelen av pedagogerna använder dock åtgärdsprogram för att hjälpa eleverna kring deras problematik, oavsett det handlar om motorik, koncentration eller andra frågeställningar. Extra anpassningar kan vara allt ifrån att pedagogerna har sina ytterkläder i elevernas hall till att de får hjälpmedel av olika slag. Många av pedagogerna pratar väldigt varm om taktila hjälpmedel såsom skumgummibollar/svampar och liknande.

Det kan finnas många faktorer som spelar in för att elever ska bli störda i sin koncentration i klassrummet. Alla barn kan någon gång tappa koncentrationen men för en del blir det en återkommande faktor. Oftast finns det inte bara en orsak till koncentrationssvårigheter utan det finns ett flertal olika faktorer som påverkar eleverna negativt. Det är olika hur pedagogerna tacklar elevernas olika behov men återkommande menar pedagogerna att de olika problemen hör ihop men de kan inte svara på hur, bara att de upplevt och erfart det.

## Fysisk aktivitet

### Sambandet mellan fysisk aktivitet och koncentration

Får eleverna mer fysisk aktivitet kan de koncentrera sig bättre under skolans gång anser informanterna. Henrietta menar på att grundförutsättningen för lärande är fysisk aktivitet. Flera av pedagogerna anser att det finns ett samband mellan motorik och koncentration och de är tydliga med att de inte kan förklara sambandet. "...absolut. Jag kan ju inte säga varför det är så men det, det vet jag ju vad det handlar om det här." (Clara). Clara märker om det har varit för lite fysisk aktivitet. Det blir oroligare i klassrummet med mer spring. Får barnen fysisk aktivitet har de lättare att hålla koncentrationen uppe. Fysisk aktivitet har en positiv inverkan på koncentrationen och det ger en grundförutsättning för lärande uppfattar de åtta pedagogerna. "Jag tycker att fysisk aktivitet det har en positiv inverkan mot koncentrationen. Så på så vis känner jag att det hör ihop." (Diana). Barn som har mindre fysisk aktivitet har svårare att koncentrera sig, de har mer överskottsenergi. "...jag märker ju alltså om det har varit mycket stillasittande så har dom svårare att koncentrera sig och ta in kunskap/.../för dom allra flesta så sätter det igång hjärnan" (Clara).

*Aaa det är ganska tydligt i skolan så är det ju så också att barnen har rast för att dom ska kunna orka sitta o ha, sitta still och koncentrera sig på lektionerna. Därför har dom ju rast. Annars så skulle de inte behöva ha det. (Erica)*

*Det vet jag att det är för när jag läste äventyrspedagogik eller natur, äventyr och rörelse hette utbildningen, då hade jag trettio minuter varje dag som jag la in själv utöver gymna och det var, alltså det var nog mina fyra, jag hade dom i fyra år. Nådde, hade väldigt höga resultat. (Clara)*

Både Clara och Erica nämner att rast är en viktig del för barnens fysiska aktivitet likaså idrott. Berit berättar om hur enkelt man kan hålla koncentrationen uppe om man rör på kroppen. Hon beskriver också en boll som går att använda när man sitter stilla. Bollen är mjuk och går att forma på olika sätt.

## Sammanfattning

När motoriken blir automatiserad behöver inte eleverna koncentrera sig på att kontrollera sina armar och ben. Elever med motoriska svårigheter finns i alla klasser och i alla åldrar. I en del klasser finns det flera och i andra någon enstaka. När eleverna får höra positiva saker om sig själva eller tränar upp sig, att de blir bättre på något stärks deras självförtroende och självkänsla. När eleverna med motoriska svårigheter får den träning de behöver blir motoriken bättre. Variationen av koncentrationssvårigheter kan vara många. Det finns många faktorer som spelar in om varför vissa elever inte kan koncentrera sig. Motivation är en stor del som pedagogerna tar upp i sina intervjuer. Mycket av orsakerna är hur samhället ser ut idag. Det ska hända saker hela tiden och eleverna blir lätt uttråkade. Det är viktigt att be om hjälp när det upptäcks elever som har svårt att koncentrera sig. En grundlig utredning om varför elever har det svårt behövs för att ge den hjälp de behöver under skoldagen. Fortbildning eller annan utbildning behövs för att kunna hjälpa och ge stöd till de elever som behöver. I klassrummet märks det tydligt när eleverna börjar få svårt att koncentrera sig. Det börjar göra andra saker och kan lätt bli störda. Motoriken kan vara en del av att elever har svårt att koncentrera sig. Ett åtgärdsprogram kan upprättas om elevernas problem är så pass grova att det behövs. Många faktorer kan spela in när en elev blir störd i klassrummet. Pedagogerna upplever att det finns ett samband mellan motorik och koncentration men de kan inte förklara hur de vet det. Fysisk aktivitet ger en positiv inverkan på koncentrationen. Rast och idrott är två anledningar till bättre koncentration. Det märks tydligt när eleverna har varit stillasittande för länge. Att utöka skoldagen för att kunna få in mer fysisk aktivitet skulle vara en lösning menar Greta och Clara.

## Diskussion

Avsikten med denna studie har varit att få åtta pedagogers uppfattningar om motorik och fysisk aktivitet har betydelse för eleverna och deras koncentration. Vi har valt att diskutera det vi menar är våra huvudresultat. I diskussionen kommer vi att jämföra litteraturen i bakgrunden med vad som har framkommit i empirin. Detta för att ge studien tyngd och trovärdighet

## Diskussion av resultat

Pedagogerna menar på att eleverna som inte har kontroll på sin kropp kan få svårt att koncentrera sig och har då svårt att sitta still. Kopplingen de såg kan vara att den motoriska biten inte är helt utvecklad och då behöver eleverna lägga ner mycket energi på att tänka på vad de ska göra med kroppen, annars sker mycket av det motoriska per automatik. Det stämmer med vad tidigare forskning har sagt att har man inte en utvecklad motorik så krävs det energi till att bara veta vad man ska göra med sin händer och fötter. Westendorp, Hartman, Houwen, Smith och Visscher (2011) menar att det finns en koppling mellan inlärningsproblem och motoriksvårigheter. Westendorp et al. (ibid.) hävdar att det är på det sättet, vilket är ovanligt. Det är ett av de forskarteam som föreslår att det har med automatiseringsprocessen att göra. Med det menas att normalt kommer motoriken att automatiseras först under barnets utveckling, det sker normalt under de första åren. När sedan eleven kommer upp i skolåldern är det ingenting som tar kraft och ork ifrån läs- och skrivinläringen och den inläringen kommer också att till sist automatiseras. Med det menar en del att om inte motoriken är till fullo automatiserad stör den läs- och skrivinläringen och den tar lång tid och eleverna tappar fort sitt självförtroende.

För att eleverna inte ska tappa självkänsla och självförtroende är det viktigt att dessa barn upptäcks snarast. Vi vuxna har en viktig roll som förebilder att visa att man duger som man är och det är ok att inte vara som andra. Vi behöver också hjälpa eleverna med det de behöver träna på och uppmuntra till att det går att bli bättre om man bara vill. Det skulle stärka elevernas självkänsla och självförtroende om de ser att de lyckas med något som tidigare har varit svårt. Ericsson & Cederberg (2013) skriver att alla behöver jobba med barns självförtroende redan i tidig ålder då är det större chans till att de bibehåller det även när de blir äldre. Ge barnen ett mål att sträva efter och det är viktigt att de är med och bestämmer vad de vill uppnå. Plus att det ska vara något de tycker är roligt. Att tvinga barnet att göra något sätter de sig lätt på tvären och vägrar. "Barnets uppfattning om sin egen kropp och kroppens möjligheter spelar stor roll för barnets självkänsla." (Ericsson och Karlsson, 2014, s.3). Därför är det viktigt att pedagoger planerar upp aktiviteter som är glädjefyllda och inte svåra, men även att de innehåller olika former av motorikträning. Eleverna får träna sin motorik utan att de tänker på det och eleverna har då en rolig stund. Varför inte använd rasten och planera in olika rastaktiviteter och på det sättet använda en för eleven rolig stund till träning.

Flera av informanterna uppfattade att motorik och inläring hör ihop. Förklaringar på varför det är på det sättet finns inte i dagsläget. En av pedagogerna ansåg att om en elev har problem med inläringen så kan det finnas svårigheter med motoriken också, men var noga med att poängtera att det inte alltid var så. Många faktorer kan spela in när det gäller svårigheter med inläringen. En faktor kan vara motoriksvårigheter men det går att träna upp. Elever ska få möjlighet att få tid till att utöva extra motorisk träning om de har svårt att få kontroll på sin kropp. Det säger även Ericsson (2008) att det finns flera faktorer som spelar in om en elev ska bli bättre på inläring och få en bättre motorik. Ericsson (ibid.) beskriver att elevernas motorik går att påverka och träna. Alla elever behöver få möjlighet att utöva fysisk aktivitet och elever med motoriska svårigheter behöver få individuellt anpassade träningsprogram för motoriken. Då menar Ericsson (ibid.) att elevernas inläring kan underlättas. Arbetar man på flera olika plan som att göra eleven medveten om varför vi arbetar på ett sätt eller varför

vi står och hoppar rakt upp och ner kommer eleven förstå innebörden. En av pedagogerna nämnde att det man tränar på blir man bättre på att utföra. Det kan göra att eleven koncentrerar sig bättre på uppgiften. "För att förstå en situation och uppleva att man kan påverka den måste man dels uppfatta den i sin helhet, dels se att den är uppbyggd av betydelsefulla delar. Delarna måste sättas ihop till en helhet för att få mening" (Kadesjö, 2007, s.28).

Skulle skolorna även införa motoriktester för elever som börjar i förskoleklass skulle de snabbt kunna sätta in åtgärder och resurser för att hjälpa de elever som har det svårt med motoriken. En av pedagogerna uttryckte att det hade gjorts motorik-screening på dennes förra arbetsplats. Där kollade de om eleverna kunde göra en kullerbytta och korsrörelser. Det ingick även andra grundrörelser i screeningen. Ericsson och Karlsson (2014) förklarar att i Bunkefloprojektet gjordes det motoriktester även kallat MUGI observationsschema. I den ingick det övningar som representerar viktiga perspektiv på den motoriska utvecklingen för den åldersgrupp som den var avsett till. Alla pedagoger hade uppfattningen om att det i alla årskullar finns elever med motoriksvårigheter. Det är lite olika hur många det finns i varje klass men det finns oftast minst en elev. Därför kan det vara bra att införa motoriktester i skolan.

Det krävs dock mycket utav pedagogerna i fråga om att väcka och behålla elevernas rörelseglädje och inte skrämna dem, något som ett par av informanterna även pratade om. Informanterna pratade även om att förlänga skoldagen för att kunna få in mer fysisk aktivitet. Det som kan vara nackdelen med att skoldagen blir längre är att det kan bli ett bakslag för de yngre eleverna. Det är påfrestande nog att gå från förskolan till att sitta stilla i skolbänken. Att göra lektionerna kortare och lägga in mer pauser skulle kunna vara ett alternativ. Käll, Nilsson och Linden (2014) beskriver fördelarna med att lägga in mer fysisk aktivitet under skoltid. Då ska alla elever delta eftersom skolan är obligatorisk. Käll, Nilsson och Linden (ibid.) menar att förmodligen gör den extra fysiska aktiviteten att elevernas koncentration och beteende i klassrummet förbättras och därigenom ökar deras skolprestationer. Kanske kan till och med mindre elever som är uttråkade av lektionerna bara behöva roliga aktiviteter. Tomporowski, Davis, Miller och Naglieri (2008) menar i sina resultat att eleverna har mycket att vinna på att få utföra fysisk aktivitet och träning. Fröberg, Raustorp, Pagels, Larsson och Boldemann (2016) menar och hänvisar till att forskningen visar att fysisk aktivitet ger fördelar kring de mentala och kognitiva delarna hos elever. Forskarna Fröberg et al. (ibid.) menar att skolan har stora möjligheter att påverka eleverna och nå de allmänna hälsområden såsom de rekommendationerna för daglig fysisk aktivitet. De menar vidare att det är allmänt känt att det finns hälsofördelar med en aktiv fysisk livsstil och skolan kan påverka eleverna att leva på det sättet genom ämnet idrott och hälsa. Fröberg et al. (ibid.) menar vidare att de nuvarande kunskaperna om hälsofördelarna av en fysisk aktiv livsstil bör vara en grundläggande faktor kring utformandet av läroplanen för idrott och hälsa. Ericsson & Cederberg (2013) beskriver att det finns ett samband mellan beteendeproblem och att undvika idrottslektionen. Elever kan även känna oro att behöva gå till idrotten och oftast är det de elever som har svårt med motoriken.

Koncentration och fysisk aktivitet hör ihop. Även om det kan finnas andra saker som kan bidra till att elever har svårt att koncentrera sig i klassrummet är det här det viktigaste. Flera av pedagogerna menade på att det snabbt sattes in medicinering fast det kanske inte behövdes. Eleverna blir utredda och vuxna kan snabbt döma ut och sätta en diagnos just för att eleven är jobbig, har svårt att sitta stilla och inte kan koncentrera sig. Att barn snabbt får en diagnos och medicinering är ganska oroväckande om det skulle vara att det inte behövs. Sergeant, Piek och Oosterlaan (2006) beskriver studier som visar att det kan finnas ett samband mellan ADHD och motorik. Att det finns elever som kan minska sin medicinering vid vissa diagnoser om de fick träna sin motorik och få möjligheter till mer fysisk aktivitet under skoldagen.

Ericsson (2006) pratar om att de elever som har primära koncentrationssvårigheterna är mycket ojämna. Humöret kan växla på eleverna men även reaktionssättet och deras kapacitet till att leverera och lära

kan variera. Motivationen kan spela in på elever med primära koncentrationssvårigheter. Det kan vara allt från att leken till att göra läxorna. När man pratar om primära och sekundära koncentrationssvårigheter kan det vara flera olika orsaker som gör att eleven reagerar som den gör. Primära koncentrationssvårigheter är någon form av diagnos och sekundära är koncentrationsstörningar som kommer i från yttre stimuli. Därför är det av yttersta vikt att pedagoger utreder varför eleven har koncentrationssvårigheter och vad det beror på.

## Avslutande reflektion

Vi har med den här studien samlat in material från intervjuer som har analyserats, tematiserat och undersökts. Genom att intervjua åtta pedagoger fick vi en bra grund att stå på inför vår sammanställning av resultat och diskussion som kunde kopplas med litteraturen i bakgrunden. Vi är förvånade att informanterna i studien svarade liknande på våra frågor trots att det skiljer många mil mellan pedagogerna. Då litteraturen stödjer det som empirin visar anser vi att vårt syfte är besvarat. Flera delar av det empiriska materialet stämmer överens med det som Ericsson (2005) skriver att motoriken hänger ihop med koncentrationen i klassrummet. Det som framkommer är att grunden som man bör fokusera på är koncentrationen och vad som grundar sig i att en del elever har koncentrationssvårigheter. Kan man gå till botten med varför en elev beter sig som den gör går det att med elevens motivation hjälpa till att eleven återfår kontrollen över sin kropp.

## Framtida studier

Självklart behövs mer forskning kring de här frågorna. Det behövs fler interventionsstudier för att kunna fastställa om motorik, fysisk aktivitet och koncentration har ett samband med varandra, för att sedan kunna utföra motoriktester i varje klass för att kunna upptäcka de elever som har motoriksvårigheter.

# Referensförteckning

- Ahrne, G & Svensson, P.(2015). Kvalitativa metoder i samhällsvetenskapen. I: G, Ahrne & P, Svensson(Red.), *Handbok i kvalitativa metoder (s.8-16)*. Stockholm: Liber.
- Backman, J. (2008). Rapportert och uppsatser. Lund: Studentlitteratur
- Ericsson, I. (2003). *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer. En inventionsstudie i skolår 1-3*. Diss. Malmö: Lärarutbildningen, Malmö högskola.
- Ericsson, I. (2005). *Rör dig – Lär dig*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- Ericsson, I. (2006). Koncentrationsförmåga ur ett relationellt perspektiv. *Educare*, 2006(1), pp.38-53. <http://hdl.handle.net/2043/8149>
- Ericsson, I.(2008). Motor skills, attention and academic achievements. An intervention study in school years 1-3. *British Educational Research Journal*, vol34(3), 301-313. doi:10.1080/01411920701609299
- Ericsson, I. & Cederberg, M. (2013). Physical activity and school performance: a survey among students not qualified for upper secondary school. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 20:1, 45-66. doi: 10.1080/17408989.2013.788146
- Ericsson, I. & Karlsson, M.(2014). Daily physical education improves motor skills and school performance – A nine-year prospective intervention study. *Scandinavian Journal of medicine & science in sports*, vol24(2), 273-278. doi:10.1111/j.1600-0838.2012.01458.x
- Eriksson-Zetterqvist, U. & Ahrne, G.(2015). Intervjuer. I: G, Ahrne & P, Svensson(Red.), *Handbok i kvalitativa metoder (s.34-54)*. Stockholm: Liber.
- Fröberg, A., Raustorp, A., Pagels, P., Larsson, C. & Boldemann, C.(2016). Levels of physical activity during physical education lessons in Sweden. *Acta Paediatrica*, Volume 106, 135-141 Doi: 10.1111/apa.13551 <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/apa.13551/full>
- Kadesjö, B.(2007). *Barn med koncentrationssvårigheter*. Stockholm: Liber.
- Käll, B, L., Nilsson, M. & Linden, T. (2014). The impact of a physical activity intervention program on academic achievement in a Swedish elementary school setting. *Journal of school health*, vol84(8), 473-480
- Nationalencyklopedin[NE], *koncentration*. Tillgänglig: <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/koncentration> (hämtad 2017-03-27)
- Nationalencyklopedin[NE], *motorik*. Tillgänglig: <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/motorik> (hämtad 2017-03-15)
- Sergeant, A. J., Piek, P. J. & Oosterlaan, J. (2006). ADHD and DCD: A relationship in need of research. *Human Movement Science* 25. s.76-89 doi:10.1016/j.humov.2005.10.007
- Stukát, S. (2011). *Att skriva examensarbete inom utbildningsvetenskap*. Lund: Studentlitteratur.
- Tomporowski, D. P., Davis, L. C., Miller, H. P., Naglieri, A. J. (2008). Exercise and Children's Intelligence, Cognition and Academic Achievement. *Journal of Educational Psychology Review*, 2008 June 1; 20(2):111–131. doi:10.1007/s10648-007- 9057-0.

Vetenskapsrådet. (2011). *God forskningssed [elektronisk resurs]*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

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

Westendorp, M., Hartman, E., Houwen, S., Smith, J. & Visscher, C. (2011). The relationship between gross motor skills and academic achievement in children with learning disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, vol32(6), 2770-2779. doi:[10.1016/j.ridd.2011.05.032](https://doi.org/10.1016/j.ridd.2011.05.032)

## Missivbrev

Hej,

Här nedan har vi beskrivit lite hur intervjun kommer att genomföras, vilka skyldigheter vi som intervjuare har och vilka dina rättigheter som vår informant är.

Intervjun kommer att ta mellan 30-60 min och frågorna ska försöka svara på vårt syfte som handlar om hur pedagoger upplever att motorisk träning underlättar koncentrationen för eleverna i klassrummet.

Vi vill att ni skall vara medvetna om att vi kommer att spela in samtalet med en telefon. Intervjun kommer sedan föras över till dator. Detta material kommer enbart vi ha tillgång till, ingen obehörig kommer att kunna lyssna på intervjun. Vårt insamlade intervjumaterial kommer att behandlas konfidentiellt, med det menas att ingen förutom vi kommer att ha kännedom om intervjupersonernas och skolans namn.

Det sammanställda materialet kommer att läsas av vår handledare, opponent och examinator och när uppsatsen/arbetet blivit godkänt kommer det att publiceras som elektronisk källa på internet. Därefter kommer de inspelade intervjuerna att förstöras. Ingenting i det materialet kommer att kunna kopplas till intervjupersonens och skolans namn.

Det är frivilligt att delta i intervjun och det går när som helst att avbryta sitt deltagande.

Tack på förhand!

Vänliga hälsningar Marie-Louise Johansson & Cecilia Allerhed



## Frågor till en idrottslärare

### Grundfrågor:

- Vad har du för utbildning?
- Hur länge har du arbetat som idrottslärare?
- Hur ser du på din roll som idrottslärare?
- Hur kommer det sig att du har valt just yrket idrottslärare?

### Huvudfrågor till idrottslärare:

- Vad är dina tankar om koncentration och fysisk aktivitet?(upplever du att de hör ihop på något sätt?)
- Vad kan koncentrationsproblemen bero på enligt din expertis och erfarenhet?
- Vad finns det för hjälp att få om du upptäcker en elev med koncentrationssvårigheter?
- Tror du att motoriken skulle bli bättre för alla barn/elever om det skulle bli mer idrott/fysisk aktivitet i skolan? (Vad tror du att motorisk träning har för betydelse för koncentrationen och barnen/eleverna?)
- Under din tid som idrottslärare har du ofta sett barn/elever med motoriska svårigheter?
- Hur upptäcker ni de barn/elever med motoriska svårigheter?
- Hur vanligt tror du att det är med barn/elever med motoriska svårigheter?
- Gör man ett åtgärdsprogram till de barn/elever som ni ser har svårt med motoriken? (följdfråga:OM! Vad/hur?)
- Har du sett om elever som har fått motorikträning har utvecklats? (på vilket sätt)
- På vilket sätt tror du att motoriken har något att göra med inläring och koncentration?
- Tror du att det finns något samband med att barn/elever kan få en dålig självkänsla/självförtroende om deras motorik är försämrad?
- Har du hört talats om Bunkefloprojektet, MUGI och Ingegerd Ericsson?
- Samarbetar du med någon annan yrkeskategori kring frågorna om koncentration, fysisk aktivitet, motorik och skolprestationer?
- Får föräldrarna reda på om deras barn har motoriksvårigheter?
- Får barnen ett program/schema som de ska göra hemma?
- Vad tror du händer med de barn som det inte upptäcks att de har motoriska svårigheter sen när de blir äldre och inte får någon hjälp?
- Hur tycker du att vi ska få ut kunskapen om motorikens betydelse för inläringen till vårdnadshavare och andra berörda personer?
- Något annat du vill tillägga?
- Är det okej att jag kontaktar dig igen om det är någon annan fråga som dyker upp efter hand?

## Frågor till en lärare

### Grundfrågor:

- Vad har du för utbildning?
- Hur länge har du arbetat som lärare?
- Hur ser du på din roll som lärare
- Hur kommer det sig att du har valt just yrket lärare?

### Huvudfrågor till lärare:

- Vad är dina tankar om koncentration och fysisk aktivitet? (upplever du att de hör ihop på något sätt?)
- Hur yttrar sig koncentrationssvårigheter hos elever i klassrummet?
- Vad kan koncentrationsproblemen bero på enligt din expertis och erfarenhet?
- Vad finns det för hjälp att få om du upptäcker en elev med koncentrationssvårigheter?
- Upplever du att elever som har svårt att koncentrera sig i klassrummet kan bero på att de har en försämrad motorik? (Har motorik något att göra med inläring och koncentration tycker du?)
- Har du sett om elever som har fått motorikträning har utvecklats?
- Tror du att det skulle bli skillnad för barnen/eleverna i skolbänken också om det blir mer fysisk aktivitet/idrott i skolan? Att de kan koncentrera sig bättre i klassrummet? (Har du upplevt/sett någon elev få en bättre koncentration i klassrummet ju bättre motorik eleven fått?)
- Vad tror du att motorisk träning har för betydelse för koncentrationen?
- Får du/finns det någon utbildning/vidareutbildning kring problematiken med elevers koncentration? (vet pedagoger om att adhd/add och dålig motorik kan ge liknande "symptom"?).
- Tror du att det finns något samband med att barn/elever kan få en dålig självkänsla/självförtroende om deras motorik är försämrad?
- Samarbetar du med någon annan yrkeskategori kring frågorna om koncentration, fysisk aktivitet, motorik och skolprestationer
- Får du stöd av din närmaste chef och kollegor i arbetet med koncentration, motorik och inläring?
- Får föräldrarna reda på om deras barn har motoriksvårigheter?
- Får barnen ett program/schema som de ska göra hemma?
- Hur tycker du att vi ska få ut kunskapen om motorikens betydelse för inläringen till vårdnadshavare och andra berörda personer?
- Något annat du vill tillägga?
- Är det okej att jag kontaktar dig igen om det är någon annan fråga som dyker upp efter hand?

## Frågor till en specialpedagog

### Grundfrågor:

- Vad har du för utbildning?
- Hur länge har du arbetat som specialpedagog?
- Hur ser du på din roll som specialpedagog?
- Hur kommer det sig att du har valt just yrket specialpedagog?

### Huvudfrågor till specialpedagog:

- Vad är dina tankar om koncentration och fysisk aktivitet? (upplever du att de hör ihop på något sätt?)
- Vad kan koncentrationsproblemen bero på enligt din expertis och erfarenhet?
- Vad finns det för hjälp att få om du upptäcker en elev med koncentrationssvårigheter?
- Tror du att det kan finnas ett samband mellan koncentration och motoriska svårigheter?
- Hur vanligt tror du att det är med barn/elever med motoriska svårigheter?
- Gör man ett åtgärdsprogram till de barn/elever som ni ser har svårt med motoriken? (Följdfråga: **OM!** Vad/hur är den utformad?)
- Har du sett om elever som har fått motorikträning har utvecklats med inläringen och i klassrummet?
- Samarbetar du med någon annan yrkeskategori kring frågorna om koncentration, fysisk aktivitet, motorik och skolprestationer?
- Tror du att motoriken skulle bli bättre för alla barn/elever om det skulle bli mer idrott/fysisk aktivitet i skolan?
- Tror du att det finns något samband med att barn/elever kan få en dålig självkänsla/självförtroende om deras motorik är försämrad?
- Får du någon utbildning/vidareutbildning kring problematiken med elevers koncentration? (vet pedagoger om att adhd/add och dålig motorik ger liknande "symptom"?).
- Har du hört talats om Bunkefloprojektet, MUGI och Ingegerd Ericsson?
- Får du stöd av din närmaste chef och kollegor i arbetet med koncentration, motorik och inläring?
- Får föräldrarna reda på om deras barn har motoriksvårigheter och koncentrationssvårigheter?
- Hur tycker du att vi ska få ut kunskapen om motorikens betydelse för inläringen till vårdnadshavare och andra berörda personer?
- Något annat du vill tillägga?
- Är det okej att jag kontaktar dig igen om det är någon annan fråga som dyker upp efter hand?