

# METODSTÖD FÖR UTVECKLING AV FÖRSKOLANS UTEVERKSAMHET GENOM OBSERVATION AV AKTIVITETER PÅ FÖRSKOLEGÅRDEN OCH SAMTAL OM FÖRHÅLLNINGSSÄTT TILL BARNNS LEK OCH LÄRANDE UTOMHUS



Hållbar utevistelse  
på storförskolor

HUS  
Finansierat av FORMAS  
2021-2024



## Metodstöd för utveckling av förskolans uteverksamhet genom observation av aktiviteter på förskolegården och samtal om förhållningssätt till barns lek och lärande utomhus

Detta är ett metodstöd som riktar sig till er som arbetar i förskolan och vill utveckla er uteverksamhet och ert förhållningssätt till barns aktiviteter utomhus. Genom att utgå från förskolans befintliga utemiljö i kartläggning av hur olika platser används av både pedagoger och barn hoppas vi att ni ska kunna synliggöra viktiga aspekter av er uteverksamhet. Materialet är utformat i likhet med hur vi arbetat inom vårt forsknings- och samverkansprojekt HUS i Umeå kommun, och vår förhoppning är att flera förskolor kan få glädje av de metoder vi använt oss av här.

Inledningsvis vill vi betona att den gemensamma diskussionen på förskolan är en förutsättning för detta arbete där alla pedagoger är viktiga och kan bidra. Vi föreslår därför att ni kan ni börja med en öppen och gemensam diskussion om hur ni ser på förskolans utemiljö och barns utelek, samt vilken funktion och vilket värde ni tillskriver

utemiljön, samt hur ni ser på barns lek och lärande utomhus? Denna fråga återkommer i de uppföljande diskussionerna med tanken om att ni kan ha omvärderat era tankar under arbetets gång. Observationsunderlagen kan användas av pedagoger i förskolan för en systematisk genomlysning av gårdens funktioner och barnens användning av den. Samtalspromenader med barn gör dem delaktiga och bidrar med barnens egna perspektiv på vad de uppskattar med sin gård i deras lek och utforskande. Observationer tillsammans med samtalspromenader kan slutligen utgöra underlag för kollegiala diskussioner och utvecklingsarbete inom arbetslaget eller hela förskolan. De kan också vara ett bra underlag i dialoger kring utemiljön och uteverksamheten med skolledare, planeringskontor och fastighetsförvaltare.

### Metodstödet omfattar följande delar:

- A. **Observationsunderlag** för två olika perspektiv på utemiljö och barns utevistelse:
  1. Allmän översikt av gårdens utformning och funktion vid barnens lek och uteaktiviteter
  2. Särskilt fokus på barns fysiska aktivitet och varierade rörelser under lek
- B. **Samtalspromenader eller följepromenader** för att uppmärksamma barnens perspektiv på bra platser på gården och göra dem delaktiga i utemiljöns utformning och användning.
- C. **Diskussionsfrågor** som stöd för kollegial reflektion och utvecklingsarbete kring förskolans utemiljö och uteverksamhet.

© Umeå universitet, Umeå kommun och författarna gemensamt 2023

**Redaktörer:** Annika Manni, Andreas Fröberg, Fredrika Mårtensson, Amanda Gabriel, Jonas Markström

**Fotografer:** Annika Manni, Matz Glantz

Arbetsutgåva 2023-11-06

Metodstödet är utformat i likhet med arbetet inom forsknings- och samverkansprojektet **Hållbar utevistelse vid storförskolor, HUS** i Umeå kommun. [Länk till projektboken.](#)

### Medverkande institutioner och enheter i HUS-projektet:

**Umeå universitet:** Institutionen för samhällsmedicin och rehabilitering, Institutionen för tillämpad utbildningsvetenskap

**Sveriges lantbruksuniversitet SLU:** institutionen för människa och samhälle, Alnarp

**Göteborgs universitet:** Institutionen för kost och idrottsvetenskap

**Linköpings universitet:** Tema barn

HUS-projektet sker i samverkan med förvaltningar för stadsbyggnad och förskoleverksamhet i Umeå kommun

Forskningsprojektet Hållbar Utevistelse på Storförskolor, HUS finansieras av

**FORMAS**



## Observation av gårdens funktion och användning

För att få en mer representativ bild av hur gården fungerar och används vid daglig utevistelse kan man observera de leksammanhang som uppstår på gården under fler dagar. Se till att få med både för- och eftermiddag och olika väderlek och årstider.

Här rekommenderar vi att ni använder en enkel karta över er förskola och dess utegård. Det kan finnas bra kartor hos kommunen, men det går

också bra att använda kartor från nätet (google earth). Det går också bra att lite enkelt rita upp gårdens konturer och större installationer på ett papper och ha det som underlag.

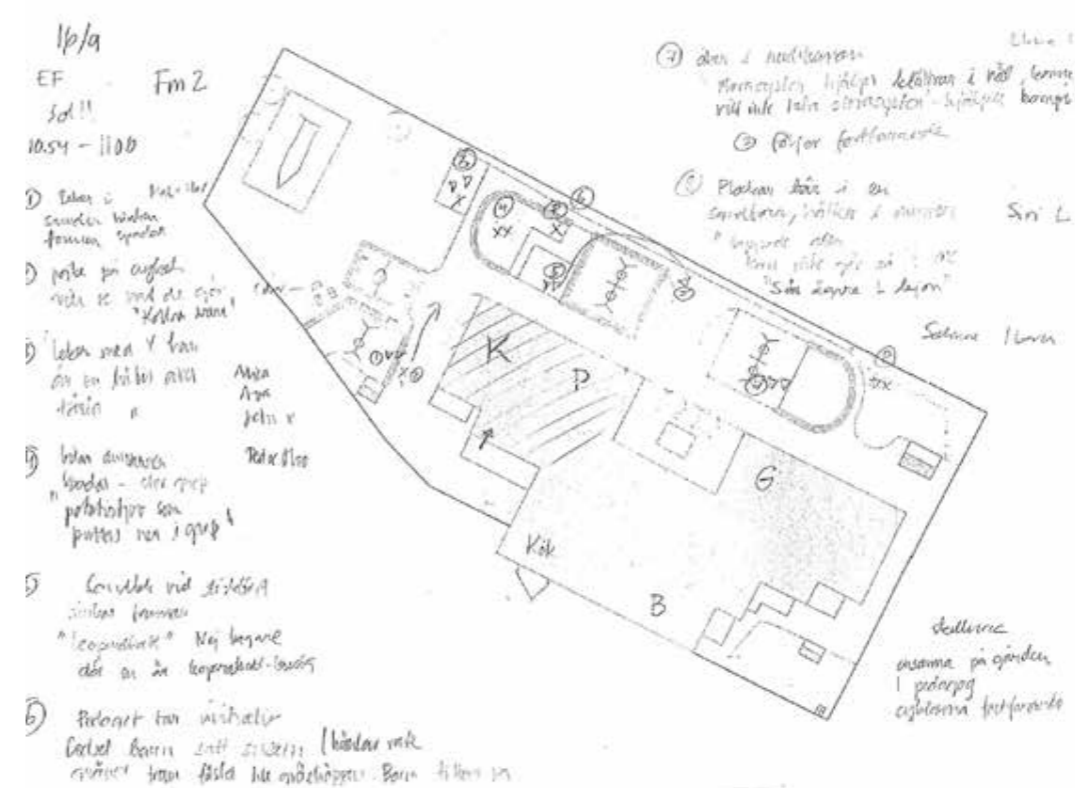
I överkanten av kartan är det bra att markera dina initialer, datum, tidpunkt, väderlek och typ av utevistelse (tex. undervisning eller fri lek) eller övrig relevant information.

### Gör så här:

1. **Ta en ny tom karta** och fyll i uppgifter i ovkant av kartan. **Observera** genom att långsamt svepa blicken från vänster till höger över gården. Stanna till och notera situationer vid platser där barn uppehåller sig - antingen ett enskilt barn eller en grupp med barn.
2. **Notera på kartan** var de(t) barn du fokuserat befinner sig på gården. Du kan exempelvis använda symbolerna **Δ** (för flicka), **X** (för pojke), och **P** (för pedagog)
3. **Fortsätt observera det specifika leksammanhanget under minst 20 sekunder**
4. **Beskriv** vilken typ av aktivitet/lek barn(en) deltar i. Vad de leker eller gör t ex vad de utforskar eller grejar med, hur deras samspel med varandra ser ut, om de leker någon lek, hur de tar sig fram o s v. Skriv gärna ned saker barnen säger. **Markera** gärna om de rör sig mellan platser med pilar. Rita in eller skriv upp saker de uppmärksammar och använder omkring sig såsom leksaker, olika föremål från naturen eller andra detaljer i miljön.
5. Återuppta **observationen** genom att **svepa blicken vidare mot höger** över gården. Bortse från att barn har rört sig till nya platser under tiden. Fokusera det sammanhang som finns närmast till höger om det sammanhang du senast började observera.
6. Om det behövs kan du **fylla på med information efterhand** kring de sammanhang som är dokumenterade.



## Exempel på kartunderlag och dokumentation enligt strukturen ovan.





## Erfarenhetskartor

Utöver era omedelbara observationer av barns (och vuxnas) användning av gården kan ni göra egna minnes- och erfarenhetskartor där ni markerar på kartan hur gården brukar fungera och användas utifrån era generella upplevelser. I vårt

HUS projekt riktar vi fokus mot tre områden av barns lek och utforskande utomhus; fysisk aktivitet och rörelse, socialt relationsskapande, samt naturkontakt som grund för hållbar utveckling.

### Fundera och skriv ned dina tankar kring dessa frågor också:

- Vilka delar av utemiljön/vilka platser på gården fungerar särskilt bra? Beskriv och ge exempel på situationer som du minns.
- Använder ni gården för planerade aktiviteter eller undervisning? På vilket sätt och med vilket fokus?
- Vilka platser barnen använder på gården för olika aktiviteter som A, lek och rörelse, eller B, kontakt med djur, växter och natur?
- Finns det platser som fungerar dåligt? Varför?
- Finns det ställen där ni inte vill att barnen ska vara? Varför?
- Finns det något annat du har funderat på gällande gårdens funktion?
- Finns det andra platser än gården ni besöker vid utevistelse? Vilka och varför?
- Beskriv och ge exempel på det som kan förbättras när det gäller gårdens utformning, funktion och användning.

Fundera också på hur ofta barnen ute på gården, hur länge och i vilken typ av verksamhet. Hur kunde gården bli mer användbar för fler tillfällen?

*OBS! Vi rekommenderar också att ni gör en särskild karta för vinter med snö och is på marken, då detta är en tydlig förändring för uteverksamhetens möjligheter och eventuella utmaningar.*

Observationerna av aktiviteterna ute tillsammans med era erfarenhetskartor är tänkta att både ge er direkta reflektioner men framförallt underlag för kollegialt utvecklingsarbete av er uteverksamhet. Detta beskriver vi vidare i sista delen av metodstödet.



## Observation av fysisk aktivitet och rörelse

Här rekommenderar vi att ni använder en enkel karta över er förskola och dess utegård. Dessa kan finnas bland kommunens fastighetskartor, eller gå att hämta via google maps. Som komplement till kartan kan ett separat protokoll användas där ni noterar vilken typ av aktivitet barn(en) deltar i. En utskriftvänlig version av ett sådant protokoll finns att tillgå nedan.

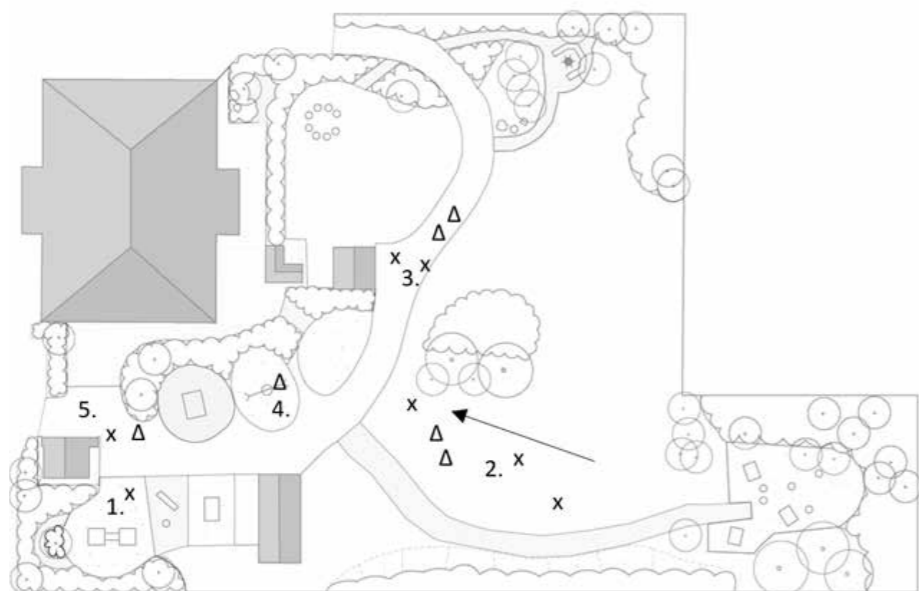
För att få en representativ bild av hur gården används för fysisk aktivitet och rörelse under daglig utevistelse är det bra om ni observerar under några dagar (både för -och eftermiddag), gärna i olika väderlek och årstid.

### Gör så här:

1. **Ta en ny tom karta** och fyll i uppgifter i ovankant: dina initialer, datum, tidpunkt, väderlek och typ av utevistelse (tex. undervisning eller fri lek) eller övrig relevant information.
7. **Observera** genom att långsamt svepa blicken från vänster till höger över gården. Stanna till och notera situationer vid platser där barn uppehåller sig - antingen ett enskilt barn eller en grupp med barn.
8. **Notera på kartan** var de(t) barn du fokuserat befinner sig på gården. Använd symbolerna **Δ** (för flicka), **X** (för pojke), och **P** (för pedagog)
9. **Fortsätt observera det specifika sammanhanget under minst 20 sekunder**
10. **Notera** (stryk under) på separat protokoll vilken typ av aktivitet barn(en) deltar i utifrån kategorierna **aktivitetsnivå**, **aktivitetskod** och **form**. Möjlighet finns också att kommentera aktivitetens sammanhang.
11. Återuppta **observationen** genom att **svepa blicken vidare mot höger** över gården. Bortse från att barn har rört sig till nya platser under tiden. Fokusera det sammanhang som finns närmast till höger om det sammanhang du senast började observera.
12. Om det behövs kan du **fylla på med information efterhand** kring de aktiviteter som är dokumenterade.
13. Avslutningsvis summeras observationerna utifrån **aktivitetsnivå**, **aktivitetskod** och **form**. Frågor som kan belysas är: vilka aktivitetsnivåer var minst/mest förekommande? Var det sittande, långsamma, måttliga eller snabba aktiviteter? Vilka aktiviteter fanns representerade? Var det klättra, hopp, springa, rulla, kasta etc.? Och fanns det variation i aktiviteten? Skedde aktiviteterna ensam, i par eller i grupp?
14. **Med hjälp av noteringar på kartan kan områden som främjar en viss typ av aktivitet ringas in.** Även områden som av olika anledningar används i mindre utsträckning blir synliggjorda.



## Exempel på observation av fysisk aktivitet och rörelse (exemplet omfattar fem observationer)



| # | Aktivitetsnivå   | Aktivitetskod  | Form                | Kommentar                                   |
|---|--|--|---------------------|---|
| 1 | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp | Sittande lek i sandlåda med hink och spade  |
| 2 | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp | Jagalek tvärsöver gården (grupp av barn)    |
| 3 | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp | Grupp av barn går i lugnt tempo på asfalten |
| 4 | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp | Klättrar på lekställning                    |
| 5 | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp | Kast med boll fram och tillbaka (två barn)  |



## Utskriftvänlig version av protokoll för observation av fysisk aktivitet och rörelse

| #  | Aktivitetsnivå   | Aktivitetskod  | Form                | Kommentar |
|----|--|--|---------------------|-----------|
| 1  | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp |           |
| 2  | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp |           |
| 3  | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp |           |
| 4  | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp |           |
| 5  | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp |           |
| 6  | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp |           |
| 7  | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp |           |
| 8  | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp |           |
| 9  | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp |           |
| 10 | Sittandes/stilla - Sittandes med rörelse - Långsamma - Måttliga - Snabba | Klättra - Hänga - Dans - Hopp - Ligga - Bråk - Putta/dra - Springa - Stående - Rulla - Svinga - Kasta - Gäende - Annat | Ensam - par - grupp |           |



## Barnens egna val av platser för lek och naturmöten

I projektet genomförde vi **samtalspromenader** med barn i 3–5 års ålder och **följepromenader** med de yngsta barnen, 1–2 år för att få en mer direkt kunskap om vilka platser barnen själva väljer för sin lek och sitt utforskande av utemiljön. Vi valde att genomföra promenaderna med de lite äldre barnen i grupper om 2 eller 3 där de fick turas om att visa och berätta om sina favoritplatser på gården och vad de brukar göra där. Platserna dokumenterades genom foto-

grafering och samtalen med ljudupptagning. De yngsta barnen observerades genom att en forskare försiktigt följde barnen, ett åt gången, i deras utforskande och dokumenterade med foto och anteckningar kring vad och hur de interagerade med varandra och miljön. Vi rekommenderar att man på förskolorna kan göra en likande aktivitet för att få barnens egna perspektiv på sin utemiljö och utelek, vilket skulle kunna ske i form av **pedagogisk dokumentation** eller som ett **temaarbete/projekt**

### tillsammans med barnen.

Här är några punkter med frågor kring saker man kan be barnen visa och berätta om:

1. **Vad** tycker ni bäst om att göra på gården? Var brukar ni leka det? (gå till platsen).
2. **Var** tycker ni bäst om att leka på gården? Vad brukar ni göra här? (gå till platsen)
3. **Visa och berätta om platsen/leken!** Följdfrågor: Varför är denna lek/platsen rolig/intressant? Vilket material använder ni? Vilka andra brukar leka här?
4. Har ni sett några **djur eller växter på gården?**
5. Finns det någon skog, buske, växt eller djur eller insekt som ni tycker har varit särskilt intressanta? Följdfrågor: Vad brukar ni göra om ni ser djur/växter e t c?
6. Finns det **platser ni inte tycker om att vara på?** Finns det platser ni inte får leka på? Följdfrågor: Var finns dessa platser? Beskriv och berätta om platserna.

**Barnens berättelser** om sin utegård och sin utelek gör dem delaktiga och utgör viktig kunskap för ert utvecklingsarbete med gården och uteverksamheten, både det som är bra men också det som är mindre bra.

Ur pedagogiskt perspektiv ser vi möjligheter att låta barnen själva **fota platser** som de tycker om, berätta till sina bilder och göra en utställning av dessa. Man kan också **arbeta med kartor** på olika sätt. Man kan låta barnen rita egna kartor eller rita in viktiga saker på kartor som de får av er. Barnens foton, bilder och kartor kan berätta om barns känsla för olika platser och deras förmåga att kunna lokalisera sig i olika miljöer.



## Några favoritplatser som barn vid förskolorna i Umeå valt att visa.





## Diskussionsfrågor kring utemiljö och barns utelek som utgångspunkt för förskolans pedagogiska verksamhetsutveckling

1. **Börja med en öppen och gemensam diskussion om hur ni ser på förskolans utemiljö och barns utelek.** Vilken funktion och vilket värde tillskriver ni utemiljö, samt barns lek och lärande utomhus? Är det någon skillnad mellan yngre och äldre förskolebarn i denna fråga?
2. **Är er gårdsmiljö grön, varierad och rymlig?** Boverkets rekommendation att gårdar skall vara gröna, rymliga och varierade är viktiga för att barn skall få hälsofrämjande naturkontakt och fysisk aktivitet. Upplever ni er miljö vara utformad på detta sätt? Om inte, vad saknas i detta avseende? Vad kan ni göra som pedagoger och vad skulle ni behöva hjälp med för att uppnå detta?
3. **Vilka rutiner och strukturer har ni för utevistelse på er förskola?** stödjer dessa strukturer den övergripande tanken ni har med utevistelse? Får alla barn på er förskola daglig och aktiv utevistelse under minst 60 minuter, under alla årstider? Om inte, vad hindrar er?
4. **Hur ser ni på er roll som pedagoger vid utevistelse?** Är ni den som leder planerade aktiviteter? låter ni barnen leka fritt och ostört? Ser ni till att upprätthålla säkerhet och ordning? Utmanar ni barnen att pröva nya saker? Är ni deltagare i deras lekar? Etc. Finns det en samsyn kring vilken/ vilka roller ni vill ha för att stödja barnen i deras aktiviteter ute?
5. Vad har ni upptäckt genom era **observationer av barnens aktiviteter** på er gård? Är det något som förvånar er, eller bekräftar det ni tänkt tidigare? Finns det olika lekmönster som ni uppmärksammat? Vilka miljöer och material interagerar barnen med? I vilken grad finns naturmaterial tillgängligt hos er?
6. Finns det **platser som är extra bra** som ni vill värna eller skapa flera av? På vilket sätt är de bra?
7. Finns det **platser barnen undviker eller fungerar dåligt på något sätt?** Finns det förbättringar att göra där?
8. **Finns det platser där ni inte vill att barnen ska vara** och att där ni har problem med att barn försöker använda platsen ändå? Reflektera kring vilka beteende barn har vid dessa platser? Vilken funktion platsen kan ha för dem? Skulle det kunna finnas andra sett att gynna dessa behov vid andra platser?
9. Om ni gjort specifika **observationer av rörelse och fysisk aktivitet i barnens lek:** Vad visar resultatet och vad tänker ni kring detta? Hur kan ni stödja barns spontana fysiska aktivitet och varierade lekfulla rörelser på gården? Finns det både platser och förhållningssätt som är tilltalande och utmanande?



10. Utifrån **samtals- eller följepromenader** - Vilka platser väljer barnen på er förskola som sina favoriter? Vad gör de där och finns det utrymme för allas lek på platser barnen själva tycker om?
11. **Erbjuder er gård barnen naturmöten?** Vilken karaktär har dessa i så fall? Brukar ni uppmärksamma och samtala med barnen om växter och djur de möter och deras betydelse och funktion för ekologisk hållbarhet?
12. Vilka **typer av lekar och sociala relationer** engagerar sig barnen i på er förskolegård? Är barnen uppdelade i ålder eller kön, eller leker de integrerat på olika sätt? Finns det material som stimulerar fantasi och kreativitet på er gård? Finns det utrymme för lekar som involverar många barn?
13. Vilka typer av **planerade aktiviteter (undervisning)** brukar ni iscensätta ute på er gård? Med vilka syften och hur gör ni då?

## Vidare läsning

Björklund, Sanne. (2016). *Uteverksamhetens möjligheter*, Lund: Studentlitteratur.

Änggård, Eva. (2015) "Gåturen som forskningsmetod med barn" *EDUCARE* 2015:1, 93-116.

Cox, A., Loebach, J., & Little, S. (2018). Understanding the nature play milieu: Using behavior mapping to investigate children's activities in outdoor play spaces. *Children, Youth and Environments*, 28(2), 232-261.

Brown WH, Pfeiffer KA, McIver KL, Dowda M, Almeida MJ, Pate RR. (2006) Assessing preschool children's physical activity: The Observational System for Recording Physical Activity in children-preschool version. *Res Q Exerc Sport*, 77(2):167-76. doi: 10.1080/02701367.2006.10599351. PMID: 16898273.



Metodstöd för utveckling av förskolans uteverksamhet  
genom observation av aktiviteter på förskolegården  
och samtal om förhållningssätt till barns lek och  
lärande utomhus