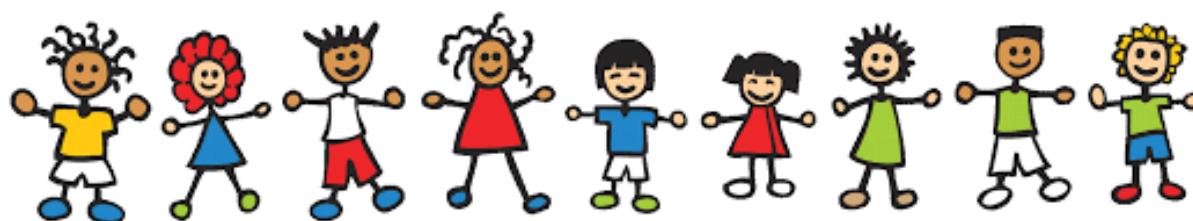


*The Sogn og Fjordane Preschool Physical Activity Study **PRESPAS***

Fysisk aktivitet hjå 3-5 år gamle barn i Sogn og Fjordane



Hovudmål

Gi ny kunnskap om fysisk aktivitet (FA) og fysisk aktiv leik hjå barnehagebarn i Sogn og Fjordane og korleis barnehagen kan utviklast for å stimulere til aktivitet for alle



Delmål

- ✓ Utvikle eit godt samarbeid for kvalitet i barnehagesektoren knytt til FA
- ✓ Kartleggje FA-nivå hjå barnehagebarn i Sogn og Fjordane
- ✓ Klargjere vilkår for FA og fysisk aktiv leik i barnehagen
- ✓ Gje anbefalingar og råd til kommunane for tilrettelegging for FA

3 viktige argument for studien

- **FA hjå barnehagebarn i Noreg er ikkje kjent**
 - Viktig for normal fysisk, psykisk og sosial utvikling og læring
 - Gjennom fysisk aktiv leik opplev barna glede, meistring og fellesskap
 - Legg grunnlaget for gode levevanar og førebyggjer livsstilssjukdomar
- **Barnehagen er ein overlegen arena for innsats**
 - Nesten alle barn går i barnehagen store deler av dagen
 - Barnehagen har eit klart mandat for å stimulere barna si utvikling
 - Tidleg innsats er klart best (sosial utlikning, økonomisk effektivt)
- **Barnehagen er ein viktig faktor for FA hjå barna**
 - Fysisk miljø (inne- og uteareal, leiker, nærområde)
 - Satsingsområde, retningslinjer, kultur i barnehagen (t.d. ute vs. innetid)
 - Personale (kompetanse, utdanning, interesse for FA, FA-nivå)

Utval og datainnsamling

Sogn og Fjordane: omkring halvparten av kommunar, barnehagar og barn

Barn 3-5 år; født i 2010, 2011 og 2012

Datainnsamling haust 2015 og vår 2016

Kartlegging – ingen intervensjon

Barn

FA – gå med aktivitetsmålar i 14 dagar

Måling av vekt og høgd, registrering av alder og kjønn

Foreldre

Kort spørjeskjema: Kjønn, alder, utdanning, vekt, høgd, FA

Barnehagar/personale

Kartlegging av ute- og inneområde: areal, kvalitetar, leikeutstyr

Satsingsområde, retningsliner t.d. inne og utetid

Observasjon 1 dag

Personale – *som barna!*

FA – gå med aktivitetsmålar i 14 dagar

Måling av vekt og høgd, registrering av alder, kjønn og utdanning

Observasjon og fokusgruppe-intervju i nokre få barnehagar

Kva skjer no?

- Invitasjon av utvalde kommunar/barnehagar – styrarar (vår 2015)
 - Håpar alle vil delta!
 - Me ynskjer eit godt samarbeid!
- Informasjon til barnehagar og foreldre (vår-haust 2015)
 - Dialog med styrarar
 - Oppslag i barnehagen
 - Informasjon på barnehagen sine nettsider
 - Barnehagen informerer og deler ut informasjonsskriv
 - Barnehagen tek imot samtykke

Kan barnet ditt delta i vårt forskningsprosjekt om fysisk aktivitet hjå barnehagebarn?

Fysisk aktivitet er viktig for barn si normale fysiske, psykiske og sosiale utvikling og læring, men det finst lite kunnskap om fysisk aktivitet og fysisk aktiv leik hjå barnehagebarn i Noreg.

Føremålet med prosjektet er å:

- Kartlegge fysisk aktivitetsnivå og fysisk aktiv leik hjå 3-5 år gamle barn i barnehagen
- Innhente kunnskap om kva som fremjar kroppsleg leik og fysisk aktivitet i barnehagen

Prosjektet skal gjennomførast i barnehageåret 2015 – 2016 av forskarar ved Høgskulen i Sogn og Fjordane. Om lag 2000 barn i halvparten av kommunane i Sogn og Fjordane mottar invitasjon til å delta.

Informasjon og samtykke

Alle barn født i 2010, 2011 og 2012 i denne barnehagen vil bli invitert til å ta del i studien.

Du/de vil få informasjon om prosjektet frå barnehagen og samtykker til å ta del i studien ved å **returnere samtykkeerklæring** til barnehagen.

