

Förskolegårdens förutsättningar för fysisk aktivitet

– Exempel från nya områden i Liljeholmen

Ellinor Hult Broman



Titel: Förskolegårdens förutsättningar för fysisk aktivitet – Exempel från nya områden i Liljeholmen
Engelsk titel: Conditions for physical activity at the preschool yard – Examples from new blocks in Liljeholmen
© Ellinor Hult Broman
Handledare: Antoinette Wärnbäck, SLU, institutionen för stad och land
Examinator: Malin Eriksson, SLU, institutionen för stad och land
SLU, Sveriges lantbruksuniversitet, fakulteten för naturresurser och jordbruksvetenskap
Institutionen för stad och land, avdelningen för landskapsarkitektur
Omfattning: 15 hp
Nivå: Grundnivå G2E
Kurs: EX0861, Självständigt arbete i landskapsarkitektur
Kursansvarig institution: institutionen för stad och land
Program: Landskapsarkitektprogrammet, Ultuna
Nyckelord: förskolegård, fysisk aktivitet, hälsa, stadsplanering, nyexploaterade områden
Omslagsbild: Entrén till Sturehills förskolegård, belägen i en kvarterspark.
Foto: Ellinor Hult Broman
Alla bilder i arbetet används med erforderliga tillstånd.
Publiceringsår: 2019
Publiceringsort: Uppsala
Elektronisk publicering: <https://stud.epsilon.slu.se/>

Sammandrag

Vår hälsa påverkas inte enbart av individuella val. Stadsplaneringen har under decennier format ett samhälle som främjar en stillasittande livsstil, samtidigt som svenskarnas motionsvanor blir sämre. Mängden fysisk aktivitet som barn får i sin vardag är kopplade till faktorer i boendemiljön. Förskolan är den plats där de yngsta barnen tillbringar mest tid i vardagen. Därför är förskolegården en viktig plats som kan ge förutsättningar för fysisk aktivitet. Syftet med kandidatarbetet är att utvärdera hur väl förskolegårdar i ett nyexploaterat område är utformade för att vara en hälsofrämjande miljö, med fokus på fysisk aktivitet. Metoderna som användes för att undersöka problemet var en litteraturstudie samt en platsanalys, uppdelad på tre förskolegårdar i nyexploaterade områden i Liljeholmen. Litteraturstudien redovisar att ytan, mängd vegetation och topografi, samt förekomsten av markmönster, fysiska barriärer och löst material har betydelse för förskolegårdens förutsättningar för fysisk aktivitet. Platsanalysen utgick från litteraturen och resultatet visar att de tre förskolegårdarna inte uppfyller kriterier för fysisk aktivitet. Undersökningen visar att förskolegårdarna inte är utformade för att vara en hälsofrämjande miljö, med fokus på fysisk aktivitet. När nya stadsdelar byggs måste planeringen utgå från utformningsprinciper som kan motiveras med fakta. Stadsplaneringen måste ge förutsättningar för en god hälsa. Utformningen av barnens livsmiljöer påverkar befolkningens framtida välmående.

Abstract

Our health is not only the result of individual choices; for decades, urban planning has indirectly promoted a sedentary lifestyle. During the same period the amount of exercise that Swedes get has also decreased. The amount of physical activity that children receive in their daily lives can be linked to factors in their living environment. The preschool is the place where the youngest children spend the most of their time in everyday life. Therefore, the preschool is an important place that can provide the conditions for physical activity. The purpose of this essay is to investigate how well preschool yards in newly build environments are designed to promote good health and physical activity. The methods used to investigate the problem were a literature study and analysis of places. The analysis was carried out on three newly constructed preschool yards in Liljeholmen. The literature review reports that area, amount of vegetation and topography, as well as the presence of patterns on the ground, physical barriers and loose material are important prerequisites for the preschool's ability to enable physical activity. The analysis was based on both the literature, and the results from field show that the three preschool yards do not meet the criteria for physical activity. The study shows that the outdoor area at the preschools are not designed to be a healthy environment, where the focus on physical activity is promoted. When new neighborhoods are built, the urban planning must be based on design principles that can be justified by facts. Urban planning must provide the conditions for good health. The design of children's environments affects the population's future well-being.

Innehåll

1. Introduktion	8
1.1 Syfte	9
1.2 Frågeställning.....	9
2. Metod	10
2.1 Litteraturstudie	10
2.2 Platsanalys.....	10
Analysprotokollet.....	11
Min platsanalys utgick från följande rankingsystem	11
2.3 Avgränsningar i metodvalet	12
Geografisk avgränsning	12
Val av förskolegårdar	12
Litteraturens avgränsningar	12
Metodens lämplighet.....	12
3. Litteraturstudie.....	13
3.1 Vikten av fysisk aktivitet	13
3.2 Vikten av en förskolegård för fysisk aktivitet.....	13
Mer aktiv utomhus.....	13
Mer aktiv på egen förskolegård	13
3.3 Hur utformningen av förskolegården ger förutsättningar för fysisk aktivitet	14
Betydelsen av utrymme, vegetation, och topografi	14
Markmönster, fysiska barriärer, samt löst material	15
Sammanfattning av de sju kriterierna	15
4. Platsbeskrivning	16
4.1 Liljeholmen	16
4.2 Förskolegårdarna	16
Kajens förskolegård.....	16
Spårets förskolegård	16
Sturehills förskolegård	17
5. Resultat	18
5.1 Kajens förskolegård	18
5.2 Spårets förskolegård	19
5.3 Sturehills förskolegård	21
5.4 Slutsats och sammanfattning av resultatet	22
6. Diskussion	23
6.1 Resultatdiskussion	23
Resultatet i förhållande till litteraturen	23
6.2 Metoddiskussion och vidare studier.....	24
6.3 Avslutande reflektioner	25
7. Referenser	26

1. Introduktion

Den byggda miljön kan ha en enorm inverkan på hälsan hos människor som lever i städer, det beskrivs i Folkhälsoinstitutets rapport från 2007, nuvarande Folkhälsomyndigheten. I rapporten förklaras hur vår fysiska aktivitet påverkas av samhällsplaneringen (ibid). Folkhälsoinstitutet fastställer i rapporten att befolkningens välmående och möjlighet till fysisk aktivitet styrs av hur vi planerar våra städer, utformar våra bostadsområden och vardagsmiljöer (ibid, s. 6). Våra städers utformning har de senaste decennierna skapat ett samhälle som ofta främjar en stillasittande livsstil, vilket har många negativa hälsoeffekter (ibid, s. 7).

Hösten 2018 presenterade Gymnastik- och idrottshögskolan forskningsresultat om svenskarnas dåliga motionsvanor. Studien visar att vår vuxna befolkning har försämrat sin kondition kraftigt, jämfört med för 20 år sedan (Ekblom-Bak et al. 2018). I Folkhälsoinstitutets rapport (2007) uppmärksammas att barns trender för fysisk aktivitet speglar de vuxnas. Dessutom redogör Boverket i sin rapport *Gör plats för barn och unga!* (2015, s. 17) att barns rörelsefrihet i de svenska städerna minskar.

Nyligen presenterade Folkhälsomyndigheten (2018) en rapport om att skolbarns hälsovanor försämras. Enligt rapporten påverkas mängden fysisk aktivitet av ett flertal faktorer, alla kopplade till hur boendemiljön är planerad: Möjligheten till att vara fysiskt aktiv i vardagen ökar om barnens närmiljö erbjuder tillgängliga gång- och cykelvägar, lekplatser, öppna ytor och skog (Folkhälsomyndigheten 2018, s. 63). Folkhälsomyndigheten (2018) redovisar att det är få svenska barn som når Världshälsoorganisationens rekommendationer om minst 60 minuter fysisk aktivitet om dagen (ibid). Samtidigt ökar förekomsten av övervikt bland barn och unga (ibid, s. 64). Dessutom skriver folkhälsovetaren och docenten vid Karolinska institutet Cecilia Boldemann i *Socialmedicinsk tidskrift* (2013) att 15-20 procent av alla barn i förskoleåldern väger för mycket.

Förskolan är den plats i vardagen som de yngsta barnen tillbringar merparten av sin vakna tid på skriver Boldemann (2013). 84 procent av alla landets 1-5-åringar gick i förskolan 2016, rapporterar Skolverket (2018). Boldemann (2013) belyser att förskolegården är en mycket viktig plats eftersom den kan ge barnen chans att få vistas i en hälsofrämjande miljö som stimulerar rörelse.

I maj förra året publicerade Boverket (2018) för första gången en kartläggning som visar att skol- och förskolegårdarna i Sverige krymper. Friytor som tidigare varit platser för lek bebyggs (ibid). Maria Nordström är miljöpsykolog och docent vid SLU och skriver ett kapitel i antologin *Skolans och förskolans utemiljöer* (2014) där hon förklarar att barnens utemiljö krymper för att ge plats för nybyggnationer i den pågående förtätningen av städerna.

Problematiken kring konkurrensen av marken i nyexploaterade områden underlättas inte av Plan- och bygglagens beskrivning om vad som gäller för förskolegårdar. I Plan- och Bygglagen (Sveriges Riksdag 2010) står det skrivet i 8 kapitlet § 9 under andra stycket att om det finns lokal för förskola: ”ska det på tomten eller i närheten av den finnas tillräckligt stor friyta som är lämplig för lek och utevistelse”, vilket är en beskrivning öppen för fri tolkning. I Boverkets rapport (2015, s. 39) presenteras rekommendationer om tillämpning av lagen för att förskolegården skall ges möjlighet att vara en hälsofrämjande miljö för barnen. Förskolegårdar bör ha en utomhusyta på minst 3000 kvadratmeter oavsett antal

barn och minst 40 kvadratmeter per individ när förskolan överstiger 75 stycken barn (ibid, s. 42).

De senaste åren har problematiken kring de nya tätbebyggda stadsdelarna uppmärksammats: Jessica Ritzén skriver i Dagens Nyheter i januari 2018 att det är få kommuner som följer Boverkets rekommendationer. Att avsätta mark för skol- och förskolegårdar bortprioriteras i planeringen i många städer (Ritzén 2018a). I storstädernas nya tätbebyggda områden blir det allt vanligare att förskolegårdarna är för små eller obefintliga (ibid). Försök till att införa minimigränser görs av flera kommuner i landet (ibid). Men Stockholms stad saknar riktlinjer för sina förskolegårdar (ibid). I Stockholms nya täta stadsdelar har små stängslade ytor blivit norm, skriver Ritzén (2018b) i ytterligare en artikel. På de informellt så kallade utsläppsgårdarna släpps barnen ut för vidare transport till offentliga parker (ibid).

Även riksarkitekten Helena Bjarnegård har under våren klivit in i den aktuella diskussionen. I en debattartikel i Svenska Dagbladet från mars i år skriver Bjarnegård (2019) att vi nu måste prioritera en stadsplanering med fokus på hållbar hälsa. Hur vi planerar barnens livsmiljöer idag kommer att påverka befolkningens framtida psykiska och fysiska välmående (ibid). Idag, menar Bjarnegård, konkurreras barns behov av utomhusmiljön ut av kortsiktiga men mer marknadsmässigt lönsamma intressen (ibid). Vidare drar Bjarnegård slutsatsen att barnens hälsa hänger ihop med vilka förutsättningar för en god livsmiljö samhället ger (ibid). Miljöpsykologen och universitetslektorn Fredrika Mårtensson (2013) vid Sveriges lantbruksuniversitet, SLU hänvisar till forskningen och belyser att förskolegårdens förutsättningar kan spela en direkt roll för hur mycket fysisk aktivitet de yngre barnen får.

1.1 Syfte

Syftet med detta kandidatarbete är att utvärdera hur väl förskolegårdar i ett nyexploaterat område är utformade för att vara en hälsofrämjande miljö, med fokus på fysisk aktivitet.

1.2 Frågeställning

Hur är tre olika förskolegårdar i nybyggda områden inom Liljeholmen utformade jämfört med vad teorier säger om vilka principer som ger förutsättningar för fysisk aktivitet på förskolegården?

2. Metod

I studien har jag använt mig av två metoder, en litteraturstudie samt en platsanalys av tre förskolegårdar. Metodkapitlets första avsnittet presenterar litteraturstudien, det andra avsnittet förklarar platsanalysen. Det tredje avsnittet redovisar metodens avgränsningar. Kapitlets sista avsnitt beskriver varför metodvalet är lämpligt för undersökningen.

2.1 Litteraturstudie

Det första steget i undersökningen var att göra en litteraturstudie av existerande relevant litteratur för att ta reda på befintlig kunskap inom ämnet (Bryman 2008). I litteraturstudien sökte jag information som kan delas in i tre kategorier. Den första var *vikten av fysisk aktivitet*, den andra var *vikten av en egen gård för fysisk aktivitet*, samt en tredje kategori om hur *förskolegårdens utformning ger förutsättningar för fysisk aktivitet hos förskolebarn*. För att introducera mig själv till ämnet sökte jag rapporter och artiklar via sökorden: "terrain", "child", "preschool", "motor development", "motor fitness", "natural environment", "build environment", "playground" och "urban planning". Sökningen begränsades till artiklar som inte var äldre än 90-talet, för att få fram nyare forskning. Sökmotorerna som användes var Primo i SLU:s bibliotekstjänst samt Google Scholar.

Två källor som uppsatsen utgick ifrån var rapporter från Boverket (2015) och Folkhälsoinstitutet (2007). Ett flertal källor hittades via dessa rapporters referenser. Utöver det har jag med utgångspunkt i Folkhälsomyndighetens och Boverkets webbplats funnit rapporter som hemsidorna hänvisar till.

Av litteraturstudien sammanfattades sammanlagt sju kriterier som alla är med och bidrar till förutsättningar för fysisk aktivitet på förskolegården. Fyra av kriterierna presenteras av bland andra Cecilia Boldemann och är teorier som både Boverket (2015) och Folkhälsoinstitutet (2007) främst refererar till. Dessa är: I) *den totala utomhusarean*; II) *mängden träd och buskar*; III) *mängd kuperad terräng*; samt IV) *integreringen mellan vegetation, öppen area och lekstruktur*.

Övriga tre teorier är oberoende av varandra och lyfter fram tre olika kriterier för fysisk aktivitet. Även dessa tre kriterier nämns av Folkhälsoinstitutet (2007) och Boverket (2015). Dessa tre kriterier är: V) *mönster på marken*; VI) *barriärer inom förskolegårdens yta*; samt VII) *löst material för sekundära möjligheter*. Utifrån dessa sju kriterier sammanlagt, gjordes sedan en platsanalys.

2.2 Platsanalys

En platsanalys genomfördes för att svara på frågeställningen; om förskolegårdarna i det nya tätbebyggda bostadsområdet är planerade på ett hälsofrämjande sätt, med fokus på gårdens förutsättningar för fysisk aktivitet. Med litteraturstudien som underlag skapades ett analysprotokoll med sju kriterier. Därefter besöktes tre förskolegårdar i stadsdelen Liljeholmen i Stockholm. En inventering utifrån analysprotokollet genomfördes på vardera förskolegården. Förskolegårdarnas area mättes med hjälp av Google maps mätverktyg. Detaljplanerna för vardera

kvarteret studerades för att undersöka vilken information om förskolegårdarnas storlek och utformning som utgavs i planeringsskedet.

Analysprotokollet

Min analysmetod har utgått från den miljövärdering som Boldemann et al. (2006, 2011) samt Söderström et al. (2012) har använt sig av i ett flertal studier av fysisk aktivitet på förskolegårdar. Metoden kallar Boldemann et al. (2011) för Outdoor Play Environment Categoris, OPEC, där de tre kriterierna *total utomhusarea; total mängd träd, buskar och kuperad terräng*; samt *integrering mellan vegetation, öppen area och lekstrukturer* rankas. Kriteriet om *integrering* handlar om hur blandad lekmiljön är. Varje kriterium rankas i ett poängsystem med 1 till 3 poäng. 3 poäng för varje kriterium är bäst, och 1 poäng värderas lägst. Kriterierna som miljövärderingen OPEC analyserar har jag modifierat till fyra av de kriterier som presenteras i min platsanalys.

Utifrån miljövärderingen OPEC har jag konstruerat en egen analysmetod. I min egen analys presenteras *mängd kuperad terräng* som ett eget kriterium. Tre ytterligare tre kriterier från övriga teorier har även adderats till min analysmetod: *mönster på marken; barriärer inom förskolegårdens yta; samt löst material för sekundära möjligheter*. I mitt analysprotokoll uppstod således sju kriterier för förutsättningar för fysisk aktivitet på förskolegården.

Min analys utgick från OPEC-metodens poängsystem. Förskolegårdarna rankades utifrån hur väl de uppfyllde de sju kriterierna. Uppfylldes ett kriterium fick gården 3 poäng, uppfylldes kriteriet inte gavs 1 poäng. Poäng förkortas p.

Som högst kunde en förskolegård få 21 poäng, om alla kriterier uppfylldes helt, vilket ansågs som mycket bra. Som lägst kunde en gård få 7 poäng om inget kriterium uppfylldes, vilket ansågs som mycket dåligt. En förskolegård som sammanlagt får under 14 poäng kan ses som underkänd eftersom 14 poäng är 50 procent av max antal poäng. Poängsystemet användes som ett verktyg för att värdera gårdarna i analysen och för att mer översiktligt kunna diskutera och jämföra de tre förskolegårdarna med teorin.

Min platsanalys utgick från följande rankingsystem

Kriterium I till IV är kriterier tagna från OPEC-rankingen (Boldemann et al. 2011)

I) Total utomhusarea: 1p = < 1200 m²; 2p = 1200 – 3000 m²; 3p = > 3000 m²

II) Mängd träd, buskar: 1p = Lite/ej existerande; 2p = < halva arean; 3p = > halva arean

III) Mängd kuperad terräng: 1p = Lite/ej existerande; 2p = < halva arean; 3p = > halva arean

IV) Integrering mellan vegetation, öppen area och lekstrukturer: 1p: ingen integrering, lektytor, vegetation och öppna ytor i separata delar av miljön; 2p: Något av följande: a) träd eller buskar i anslutning till lektytor eller lekplats belägen inom område med karaktär av vild natur; b) öppna utrymmen belägna mellan lektytor; 3p: Arean uppfyller både 2a och 2b.

Kriterium V till VII är kriterier från övrig forskning (Herrington et al. 2007, Mårtensson 2013, Stratton et al. 2000):

V) Mönster på marken: 1p = Finns ej; 3p = Finns

VI) Staket eller annan barriär inom förskolegårdens yta: 1p = Finns; 3p = Finns ej

VII) Löst material för sekundära möjligheter: 1p = Finns ej; 3p = Finns

2.3 Avgränsningar i metodvalet

I min undersökning gjordes tre tydliga avgränsningar. Litteraturen är avgränsad till teorier som svenska myndigheter lyfter fram. Geografiskt avgränsades arbetet till en stadsdel i Stockholm. Inom stadsdelen begränsades undersökningen till att analysera tre förskolegårdar.

Geografisk avgränsning

Undersökningen avgränsades geografiskt till en stadsdel inom Stockholms stad, en kommun som saknar riktlinjer för sina förskolegårdar (Ritzén 2018a). Stockholms stad växer och beräknar att bygga mellan 8000 och 10 000 nya bostäder varje år från år 2010 fram till 2030 (Stockholm stad 2018a). På kommunens webbplats *Stockholm växer* står det att staden inom ett par år har en miljon invånare (ibid).

Val av förskolegårdar

Jag valde stadsdelen Liljeholmen eftersom tätt bebyggda bostadsområden utvecklas där (Stockholms stad 2018). Inom de nybyggda bostadsområdena valdes tre stycken förskolegårdar som gavs tillstånd av förskolechefen att besökas. Tre förskolegårdar valdes för att arbetet skulle utföras inom tidsramen. Jag valde gårdar som antydde vara större än endast en stänglad entré (Ritzén 2018b), för att kunna ha något att inventera. Förskolegårdarna valdes även för att de är nyanlagda och ligger utspridda i olika områden inom stadsdelen. En anlades år 2011 och de andra två anlades 2017. De tre förskolegårdarna utsågs för att ge en generell bild av vilka förutsättningar för fysisk aktivitet som ges på förskolegårdar i den nyexploaterade stadsdelen Liljeholmen.

Litteraturens avgränsningar

Litteraturstudien har utgått från Boverkets rapport *Gör plats för barn och unga!* (2015), samt från Folkhälsomyndighetens rapport, dåvarande Folkhälsoinstitutet, *Den byggda miljöns påverkan på fysisk aktivitet* (2007). Myndigheternas rapporter är tillgängliga att nå för alla, även för stadsplanerare och politiker. Därför valde jag att titta närmare på de teorier om förskolegårdens utformning som myndigheterna valt att hänvisa till i sina rekommendationer. Om andra kriterier för fysisk aktivitet hade lyfts i kandidatarbetet hade resultatet troligen givit ett annat utfall.

Metodens lämplighet

Valet av metod gör det möjligt att besvara frågeställningen. Metodvalet i kandidatuppsatsen är lämpliga för att utvärdera förskolegårdars förutsättningar för fysisk aktivitet, jämfört med vad teorin säger. Litteraturstudien redovisar underlag som besvarar varför fysisk aktivitet är viktigt, samt varför förskolegården är viktig. Dessutom ger litteraturstudien en sammanställning av olika teorier om vilka utformningsprinciper av förskolegården som gynnar fysisk aktivitet. Platsanalyserna gör det möjligt att jämföra verkligheten med teorin. Tre utspridda förskolegårdar valdes att analyseras för att ge en generell bild av situationen i stadsdelen.

I platsanalysens rankingsystem har jag utgått från den miljövärdering som Boldemann et al. (2011) med fler har använt. I OPEC-rankingen är 1 poäng det lägsta som ges när kriteriet inte uppfylls alls. Jag kunde valt 0 poäng som lägsta, för att göra systemet tydligt för läsaren, men jag har valt att följa och bygga vidare på Boldemanns et al. (2011) rankingsystem.

3. Litteraturstudie

Litteraturstudien består av tre avsnitt. I de första två avsnitten presenteras bakgrundsteori som svarar på frågorna varför fysisk aktivitet är viktigt, samt varför en egen gård på förskolan gynnar barnens fysiska aktivitet. Det tredje avsnittet presenterar teorier som förklarar hur utformningen av förskolegården ger förutsättningar för barnens fysiska aktivitet.

3.1 Vikten av fysisk aktivitet

Folkhälsoinstitutet (2007) presenterar orsaker till barns ökade stillasittande: barns rörelsefrihet i samhället har minskat under de senaste decennierna till stor del på grund av urbaniseringen och den bilnorm som orsakar mycket trafik inne i städerna. Långa avstånd till barnens destinationer och otrygga skolvägar resulterar i att de blir skjutsade i bil (ibid, s. 9).

Fysisk aktivitet definieras av Boverket (2015) som all typ av kroppsrörelse som är ett resultat av den aktivitet som sker när skelettmuskulaturen kontraherar och kroppen får en ökad energiförbrukning. Stadsplaneringen i Sverige har under de senaste decennierna utformat samhällen som ofta främjar en stillasittande livsstil (Folkhälsoinstitutet 2007, s. 7). En stillasittande livsstil har många negativa hälsoeffekter, det ökar risken att insjukna i en rad olika sjukdomar, exempelvis hjärt- och kärlsjukdomar, diabetes, övervikt och fetma, samt psykisk ohälsa (ibid). Redan under barndomen påverkar livsstilen hälsan: att vara fysisk aktiv är positivt för barns hälsa på många sätt, t.ex. gynnas konditionen, muskelstyrkan, BMI, bentäthet samt blodtrycket både på lång och kort sikt (Folkhälsomyndigheten 2018, s. 62). Därtill ger fysisk aktivitet ett högre välbefinnande, sänker stressnivån i kroppen och gynnar utvecklingen av en rad kognitiva funktioner (ibid).

3.2 Vikten av en förskolegård för fysisk aktivitet

För att kunna beskriva förskolegårdens förutsättningar för fysisk aktivitet presenterar jag först information om varför det kan vara gynnsamt att vistas utomhus, samt varför en förskolegård behövs.

Mer aktiv utomhus

Många studier, exempelvis en gjord av Weimann et al. (2015) visar att aktivitetsnivån ökar vid utomhusvistelse. Även Mårtensson (2013) skriver i Socialmedicinsk tidskrift att utomhusleken lättare blir fantasifull och ger mer rörelse än inomhuslek. Dessutom belyser Mårtensson (2012) att förskolegården är en mycket viktig plats för barnen att få möjlighet till vardagsrörlighet på. Dessutom hävdar Mårtensson (2013) att barns möjlighet till att vistas utomhus är avgörande för en hållbar samhällsutveckling.

Mer aktiv på egen förskolegård

Varför en egen förskolegård är viktig förklaras av miljöpsykologen och docenten Maria Nordström i en antologi från 2014. Hela detta stycke refererar till Nordströms text:

I sitt kapitel, *Med eller utan skolgård – gör det någon skillnad?* (2014) presenterar Nordström en observationsstudie av rastaktiviteter där barn som hade tillgång till egen skolgård jämfördes med barn som alltid gick till offentliga parker på rasterna. Studiens slutsats är att barn som har tillgång till egen gård leker mer fantasifullt och är mer fysiskt aktiva. Nordström beskriver hur barn som leker på egen rastgård kan fortsätta ostört med samma lek eller spel återkommande utevistelse. Från det att tiden för utevistelse startar kan de leka fritt på gården. Barn utan egen skolgård måste promenera varje rast till omkringliggande parker. Att samlas alla barnen för gemensam promenad tar tid från rasten. Väl på plats i parken måste de ta hänsyn till andra människor som vistas där och barnen behöver hela tiden anpassa sin lek till andras närvaro. Under utevistelsen i det offentliga rummet är barnen beroende av sina lärare och måste övervakas hela tiden vilket, enligt observationsstudien, sänker barnens aktivitetsnivå. Nordström belyser att de offentliga parkerna sällan är utformade för barns lek, förutom de lekredskap som finns på avgränsade platser. Barn som vill leka kreativa och aktiva lekar i parkerna blir hindrade för att inte förstöra planteringar i den ordnade miljön.

3.3 Hur utformningen av förskolegården ger förutsättningar för fysisk aktivitet

I detta sista avsnitt av litteraturstudien presenterar jag olika studier som pekar på vilka utformningsprinciper som ger förutsättningar för fysisk aktivitet på förskolegården. De tre första studierna som lyfts har använt OPEC-rankingen. Sedan presenteras en liknande teori. Slutligen tar jag upp tre övriga studier där andra principer som påverkar förutsättningarna för fysisk aktivitet presenteras.

Betydelsen av utrymme, vegetation, och topografi

Det finns ett flertal studier som visar att barn är mer aktiva utomhus om miljöns lekpotential är hög, skriver Margareta Söderström et al., professor i medicin vid Köpenhamns universitet, i sin artikel från 2012. Utrymme, vegetation och topografi har betydelse för förskolegårdens lekpotential menar hon (ibid). I en studie från 2006 jämförde docent i folkhälsovetenskap Cecilia Boldemann et al. barns fysiska aktivitet på olika förskolegårdar i Stockholmsregionen. Studien visar att barn som vistas på högt OPEC-rankade förskolegårdar, med större yta, mer vegetation och varierad terräng är 21 procent mer fysiskt aktiva än de barn som lekte på de lägst rankade gårdarna (Boldemann et al. 2006). Ytterligare en studie gjord av Boldemann et al. från 2011 utförd i både Malmö och North Carolina, USA ger samma resultat. Högt OPEC-rankade förskolegårdar främjar fysisk aktivitet hos barnen. Boverket (2015, s. 42) hänvisar direkt till forskning gjord av bland andra Boldemann när myndigheten tagit fram rekommendationerna om minst 40 kvadratmeter per barn på förskolegården.

Söderström et al. (2012) visar vilka hälsoeffekter som kommer till följd av förskolegårdens utformning och storlek. Studien visar att barn som tillbringar tid på högt OPEC-rankade gårdar inte bara är mer fysiskt aktiva, de sover bättre, har en hälsosammare kroppsform och ett bättre välbefinnande i förskolan (ibid). Studien visar även att det finns ett stort samband mellan förskolegårdens kvalitet och hur länge barnen stannar utomhus och är aktiva (ibid).

Tidigare forskning av Ingunn Fjørtoft (2001), professor vid Telemarks universitet, pekar på samma teori och visar även sambandet mellan att vistas i en naturlig lek miljö samtidigt som barnet utvecklar sina motoriska färdigheter. Studien visar att barn som tillbringar tid i ett skogslikt leklandskap med varierad terräng förbättrar sina motoriska färdigheter (ibid). Resultatet visar en förbättrad koordination, balans, styrka samt rörlighet bland barnen (ibid).

Markmönster, fysiska barriärer, samt löst material

Det finns fler principer än utrymme, vegetation och topografi som påverkar förskolebarnens förutsättningar för fysisk aktivitet. Finns ingen varierad terräng på förskolegården kan marken bidra till att stimulera barns rörelse på andra sätt. Utritade mönster på marken kan ha en positiv inverkan på yngre barns fysiska aktivitet, visar Gareth Stratton i en engelsk studie från 2000. Ett annat exempel av utformningsprinciper som gynnar fysisk aktivitet är att det inte skall finnas några barriärer inom förskolegården: är gårdens yta avgränsad med staket eller murar förhindrar det barnens spontana rörelse, skriver Mårtensson (2013). Olägligt placerade staket kan försämra barnens rörelsestråk och tillgängligheten mellan olika platser på gården försämrar, vilket resulterar i reducerad aktivitet (ibid).

Avslutningsvis presenteras en teori som beskriver hur ”stökiga miljöer” med löst material väcker fantasin och öppnar upp för ett sekundärt användande vilket även gynnar aktivitetsnivån. Mårtensson (2013) hävdar att om barn har tillgång till naturliga element bidrar det till lekens mångfald och variation (ibid). En fantasifull lek har en positiv inverkan på barnens fysiska aktivitet visar Fjørtofts och Sageies studie från 2000 där de undersöker landskapsdiversiteten i lek miljön. De menar att en stimulerande och varierad miljö triggat barnens kreativitet vilket gynnar deras rörelsebehov (ibid). Den spontana leken stimulerar fysisk aktivitet och gynnas av en naturligt ”stökig miljö” där löst material i utomhusmiljön, till exempel grus, stockar, pinnar och kvistar, erbjuder sekundära möjligheter (ibid). Även en amerikansk studie av Herrington och Lesmeister från 2007 visar hur ”stökiga miljöer” med löst material påverkar barnens fysiska aktivitet. På förskolegårdar som har dessa miljöer lockas barn till att upptäcka platser på nya sätt i leken, vilket stimulerar rörelse hos dem (ibid).

Sammanfattning av de sju kriterierna

Sammanfattningsvis har jag i avsnitt 3.3 hänvisat till sammanlagt sju kriterier som är principer som ger förutsättningar för fysisk aktivitet på förskolegården: I) den totala utomhusarean; II) mängden träd och buskar; III) mängd kuperad terräng; IV) integreringen mellan vegetation; öppen area och lekstruktur; V) mönster på marken; VI) barriärer inom förskolegårdens yta; samt VII) löst material för sekundära möjligheter.

4. Platsbeskrivning

Nedan presenterar jag en beskrivning av stadsdelen Liljeholmen, som valdes för undersökningen. Därefter presenteras de olika förskolegårdarna som analyseras.

4.1 Liljeholmen

Liljeholmen är en stadsdel inom Hägersten-Liljeholmens stadsdelsområde i Stockholms stad. Liljeholmen gränsar bland annat till stadsdelarna Södermalm, Gröndal, Midsommarkransen och Årsta, se **Figur 1** (Stockholms stad 2018a). Historiskt sett har Liljeholmen varit ett industriområde och blev i slutet av 1800-talet Stockholms första industriförort (Stockholms stadsmuseum 1998). Under 2000-talet påbörjades exploatering av den gamla industrimarken (Stockholms stad 2001). Liljeholmen är en av alla de stadsdelar som förtätas i huvudstaden jus nu (Stockholms stad 2018a). Mellan åren 2010 och 2030 planerar Stockholms stad att bygga sammanlagt 140 000 nya bostäder (ibid). På kommunens webbplats *Stockholm växer* nämns att ”Den snabba utvecklingen kräver en långsiktig plan och det har Stockholm [...] Vi gör det på ett sätt som är hållbart för både människa och miljö, just nu och många generationer framöver” (Stockholms stad 2018a).

På webbplatsen *Stockholm växer* presenteras även en barnkonsekvensanalys som utgår från FNs barnkonvention (Stockholms stad 2018b). Exempelvis lyfter barnkonsekvensanalysen att barn och unga behöver komma till tals tidigt i stadsplaneringen; att barnets bästa ska vara vägledande vid allt beslutsfattande och vid alla åtgärder som rör barn och unga; barns rätt till liv, överlevnad och utveckling; samt varje barns rätt till lek, fritid, kultur och vila (ibid).

4.2 Förskolegårdarna

Inom Liljeholmens nyexploaterade områden valdes tre förskolor till platsanalysen; Kajen, Spåret och Sturehills förskola. Förskolorna ligger utspridda i olika områden inom stadsdelen, se **Figur 1**. Nedan följer en beskrivning för varje förskolegård.

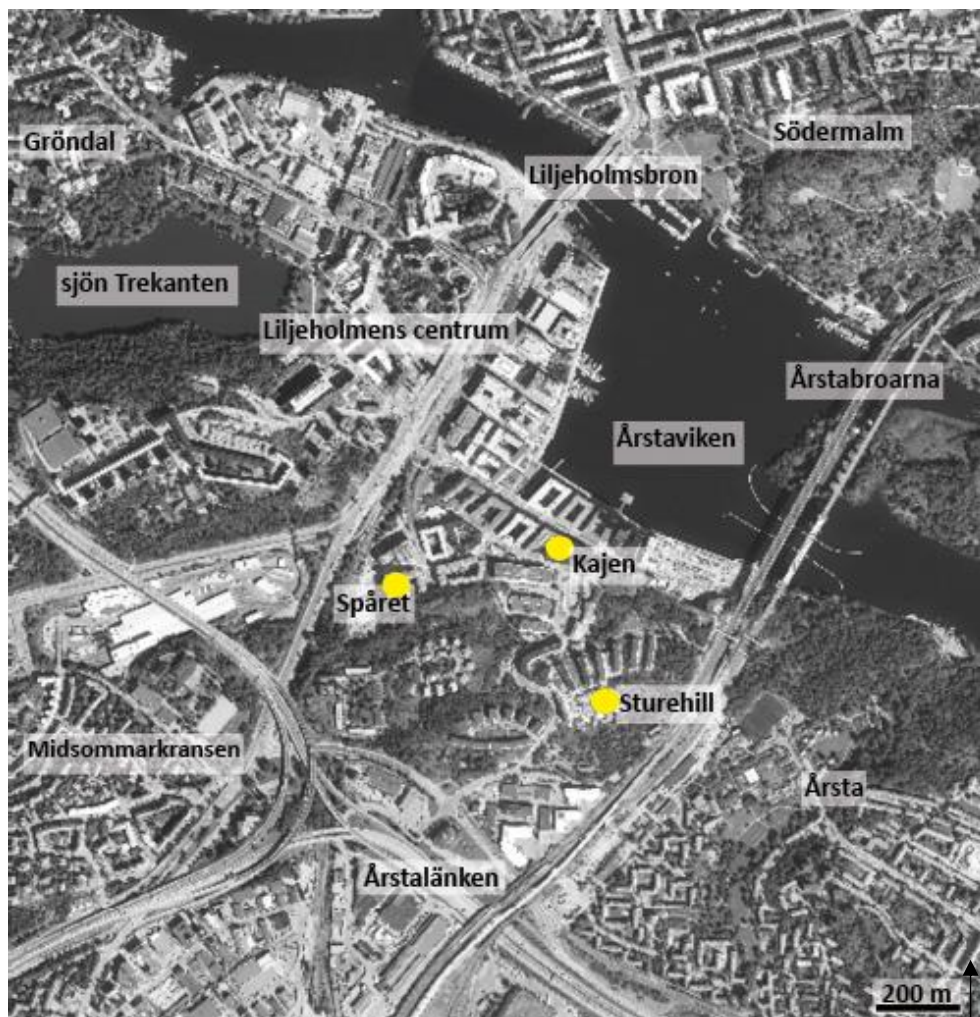
Kajens förskolegård

Kajens förskola ligger på bottenplan i ett flervåningshus i kvarteret Sjövik 7 som stod klart år 2011 i området Liljeholmskajen (Stockholms stadsbyggnadskontor 2008a). Detaljplanen för kvarteret vann laga kraft 2008-07-11 (ibid). I detaljplanen går att utläsa ett markerat område för förskolegården (ibid). I detaljplanebeskrivningen (Stockholms stadsbyggnadskontor 2008b) står det skrivet att en del av bostadsgården avsätts för förskolans behov. Förskolegården ligger i direkt anslutning till förskolan inne på innergården som delas med boende. Antalet barn på Kajens förskola är 51 stycken (Stockholms stad 2019).

Spårets förskolegård

Spårets förskola ligger på bottenplan i ett flervåningshus i kvarteret Golvläggaren 1, som stod klart år 2017 i området Årstadal (Stockholms stad 2019). Detaljplanen för området vann laga kraft 2013-01-12 (Stockholms stadsbyggnadskontor 2013). I detaljplanen saknas ett markerat område för förskolegården. I detaljplane-

beskrivningen står det skrivet att det ska finnas lokaler för förskola, dock nämns ingenting om plats för förskolegård (ibid). Förskolegården ligger på innergården som delas med boende. Förskolegården är uppdelad i två separata gårdar som skiljs åt på grund av en entrédörr till byggnaden mitt emellan de stängslade ytorna. Antalet barn på Spårets förskola är 75 stycken (Stockholms stad 2019).



Figur 1: Karta över Liljeholmen i Stockholm med angränsande stadsdelar. Förskolorna Kajen, Spåret och Sturehill kan lokaliseras i kvarteren som är gulmarkerade. Ortofoto © Lantmäteriet 2019.

Sturehills förskolegård

Sturehills förskola ligger som en fristående byggnad mellan två bostadshus i detaljplaneområdet Sjövikshöjden i Årstaberg. Förskolan stod klart år 2017 (Stockholms stad 2019). Detaljplanen för Sjövikshöjden vann laga kraft 2006-07-12. I detaljplanen saknas ett markerat område för förskolan, däremot får marken där förskolan är placerad bebyggas (Stockholms stadsbyggnadskontor, 2006a). I detaljplanebeskrivningen (Stockholms stadsbyggnadskontor 2006b) nämns inget beslut om Sturehills förskola. Där står skrivet att förskola kan tillkomma intill Sjöviksbacken, plats för förskolegård nämns inte (ibid). Den befintliga förskolegården är uppdelad i två separata gårdar. Den ena ligger i direkt anslutning till förskolan, vänd ut mot en lugn återvändsgata. Den andra gården är

isolerad på andra sidan gatan och upptar halva ytan av kvartersparkmarken, som finns markerad i plankartan (Stockholms stadsbyggnadskontor, 2006a). Antalet barn på Sturehills förskola är 114 stycken (Stockholms stad 2019).

5. Resultat

Nedan redovisar jag det bearbetade resultatet av mina tre platsanalyser, genomförda på vardera förskolegård i Liljeholmen. Analysen av respektive förskolegård presenteras i separata tabeller.

5.1 Kajens förskolegård

Platsanalysen ger Kajens förskolegård (**Figur 2**) totalt 13 poäng, vilket innebär att förskolegården uppfyller tre av analysens sju kriterier. Den totala utomhusarean mättes till 290 m², mindre än 1200 m², vilket ger den lägsta poängen. Träd saknas inne på den gården och de enda buskarna som finns står tio stycken på rad längs stängslet, vilket också ger det lägsta poänget. Gården är helt platt och det finns ingen integrering mellan vegetation, öppen area och lekstruktur. Däremot är mönster målade på marken på en plats och stenplattor utlagda som en ”hoppehage” på ett ställe, vilket ger 3 poäng i analysystemet. Det finns inga barriärer inom gården som hindrar fri rörelse, bara ett staket som avgränsar till en höjdskillnad vid gårdens entré, därför ges 3 poäng enligt analysystemet. Inne på gården finns tre stockar och flera stubbar, samt några pinnar och stora byggklossar i trä, vilket uppfyller kriteriet om löst material och Kajen får därför 3 poäng.

Förskolegård Kajen, byggår 2011, 51 st. barn: Totalt 13 av 21 poäng		
KRITERIUM	BEDÖMNING	ANALYS- POÄNG
Kriterier från OPEC-metoden		
I) Total utomhusarea:	290 m ² ; 6 m ² per barn	1
II) Mängd träd, buskar:	Ett tiotal buskar på rad längs ett stängsel, Träd saknas	1
III) Kuperad terräng:	Hela gården är helt platt	1
IV) Integrering mellan vegetation, öppen area och lekstruktur:	Ingen integrering	1
Kriterier från övrig forskning		
V) Mönster på marken:	Finns	3
VI) Staket som barriär inom förskolegårdens yta:	Nej	3
VII) Löst material för sekundära möjligheter:	Stora byggklossar, tre stockar, ett flertal stubbar	3
		Totalt 13* poäng

*Möjliga poäng är mellan 7-21 poäng.



Figur 2: Kajens förskolegård, 2a) mönster på marken; 2b) löst material; 2c) gården är platt men en ”hoppehage” av stenplattor och löst material finns, buskar är planterade utanför stängslet; 2d) tio stycken buskar planterade på rad innanför stängslet. Foto: Ellinor Hult Broman

5.2 Spårets förskolegård

Platsanalysen ger Spårets förskolegård (**Figur 3**) totalt 7 poäng, vilket innebär att förskolegården inte uppfyller ett enda kriterium för fysisk aktivitet. Den totala utomhusarean mättes till 182 m², mindre än 1200 m², vilket ger den lägsta poängen. Vegetationen inne på förskolegården består av endast ett träd, vilket också ger den lägsta poängen. Gården är platt, förutom en liten upphöjning på ena gården där trädet står, och det finns ingen integrering mellan vegetation, öppen area och lekstruktur. Det finns heller inga mönster utmålade på marken och inget löst material, därför ges vardera 1 poäng enligt analysystemet. Den totala förskolegården är uppdelad i två separat stängslade gårdar, vilket skapar en barriär emellan dem, därför ges 1 poäng.

Förskolegård Spåret, byggår 2017, 75 st. barn: Totalt 7 av 21 poäng		
KRITERIUM	BEDÖMNING	ANALYS- POÄNG
Kriterier från OPEC-metoden		
I) Total utomhusarea:	182 m ² ; 2 m ² per barn	1
II) Mängd träd, buskar:	Ett träd finns på ena gården, buskar saknas	1
III) Kuperad terräng:	Mycket lite. Liten kulle där trädet står på ena gården	1
IV) Integrering mellan vegetation, öppen area och lekstruktur:	Ingen integrering	1
Kriterier från övrig forskning		
V) Mönster på marken:	Finns ej	1
VI) Staket som barriär inom förskolegårdens yta:	Förskolans gård är uppdelad i två separata gårdar.	1
VII) Löst material för sekundära möjligheter:	Mycket lite. Ytterst få pinnar.	1
		Totalt 7* poäng

*Möjliga poäng är mellan 7-21 poäng.



Figur 3: Spårets förskolegård, 3a) Den ena delen av gården; 3b) det enda trädet som finns på en liten upphöjning; 3c) den andra delen av gården; 3d) förskolegården är uppdelad i två separata gårdar, mellan dessa finns en entrédörr. Foto: Ellinor Hult Broman

5.3 Sturehills förskolegård

Platsanalysen ger Sturehills förskolegård (**Figur 4**) totalt 8 poäng, vilket innebär att förskolegården inte uppfyller ett enda kriterium för fysisk aktivitet. Den totala utomhusarean mättes till 687 m², mindre än 1200 m², vilket ger det lägsta poänget. Den totala förskolegården är uppdelad i två separerade gårdar, vilket skapar en barriär mellan gårdarna, därför ges 1 poäng. Vegetationen inne på gården närmast förskolebyggnaden består av endast två träd. På den isolerade gården finns ett träd, vilket sammanslaget ger det lägsta poänget. Gården som ligger i direkt anslutning till byggnaden är helt platt och det finns ingen integrering mellan vegetation, öppen area och lekstruktur. Den isolerade gården är även den helt platt förutom en stor kulle, som högst ca 160 cm ovan marken, som är modulerad i ena änden av gården. Kullen är enligt teorin ett gott exempel på hur lekmiljöer bör utformas, därför ges 2 poäng. Den är en positiv del i utformningen, men alla barn har inte tillgång till den eftersom förskolegården är uppdelad i två separata gårdar. Ingen av gårdarna har mönster utmålade på marken som kan stimulera rörelse och heller inget löst material, därför ges 1 poäng enligt analysystemet.

Förskolegård Sturehill, byggår 2017, 114 st barn: Totalt 8 av 21 poäng		
KRITERIUM	BEDÖMNING	ANALYS- POÄNG
Kriterier från OPEC-metoden		
I) Total utomhusarea:	687 m ² , 6 m ² per barn	1
II) Mängd träd, buskar:	På ena gården: Två träd, buskar saknas / På andra gården: ett träd, buskar saknas	1
III) Kuperad terräng:	På ena gården: saknas / På andra gården: en stor kulle finns	2
IV) Integrering mellan vegetation, öppen area och lekstruktur:	Ingen integrering	1
Kriterier från övrig forskning		
V) Mönster på marken:	Finns ej	1
VI) Staket som barriär inom förskolegårdens yta:	Förskolans gård är uppdelad i två separata gårdar.	1
VII) Löst material för sekundära möjligheter:	Finns ej	1
		Totalt 8* poäng

*Möjliga poäng är mellan 7-21 poäng.



Figur 4: Sturehills förskolegård, 4ab) förskolegården med direkt anslutning till förskolebyggnaden, två träd finns, den andra förskolegården syns bortom stängslet; 4c) den isolerade gården på andra sidan gatan, som utgör halva kvartersparken, ett träd finns; 4d) den stora kullen som finns på den isolerade gården.

Foto: Ellinor Hult Broman

5.4 Slutsats och sammanfattning av resultatet

Endast på en förskolegård, Kajen, uppfylls tre av de sju kriterierna. Ingen förskolegård uppfyller kriterierna för utomhusarea, vegetation och kuperad terräng. Dock har Sturehills isolerade gård, byggd år 2017, en stor kulle. Bara Kajens förskolegård, byggd år 2011, har mönster på marken, löst material och en enda sammanhängande gård utan barriärer. Totalt uppfylls kriterierna tre av tjugo gånger (sju stycken kriterier som vardera analyserats på tre olika platser).

Det totala resultatet ger den gemensamma slutsatsen att de tre förskolegårdarna i nyexploaterade områden inom Liljeholmen inte uppfyller kriterier för fysisk aktivitet. Resultatet visar att förskolegårdarna inte är utformade för att vara en hälsofrämjande miljö, med fokus på fysisk aktivitet. De sju kriterierna som tagits fram, utifrån teorier om vad som ger förutsättningar för fysisk aktivitet på förskolegårdar lyfts av Boverket och Folkhälsomyndigheten. Trots det uppfylls kriterierna endast tre av tjugo gånger i platsanalysen sammanlagt.

6. Diskussion

I det avslutande kapitlet presenteras en diskussion i tre delar. I det första avsnittet diskuterar jag resultatets betydelse och dess slutsatser. Det andra avsnittet lyfter reflektioner kring metoden och resultatets tillförlitlighet, samt förslag på fortsatta studier. Slutligen sammanfattar jag mina vidare reflektioner i det tredje och avslutande avsnittet.

6.1 Resultatdiskussion

Syftet med kandidatarbetet är att utvärdera hur väl förskolegårdar i ett nyexploaterat område är utformade för att vara en hälsofrämjande miljö, med fokus på fysisk aktivitet. Utifrån resultatet och dess slutsats att förskolegårdar i nyexploaterade områden inom stadsdelen Liljeholmen inte uppfyller kriterier för fysisk aktivitet, är min reflektion att det är ett mycket dåligt resultat.

Kandidatarbetets frågeställning var: *Hur är tre olika förskolegårdar i nybyggda områden inom Liljeholmen utformade jämfört med vad teorier säger om vilka principer som ger förutsättningar för fysisk aktivitet på förskolegården?* Resultatet ger slutsatsen att de tre förskolegårdarna inte är utformade utifrån vad teorierna som lyfts i litteraturstudien säger om vilka principer som ger förutsättningar för fysisk aktivitet. Sammanfattningsvis besöktes tre förskolegårdar och sju olika kriterier för fysisk aktivitet analyserades. Med ett poängsystem som verktyg visar analysen att samtliga förskolegårdar är underkända. Resultatet visar att dessa förskolegårdar inte är hälsofrämjande miljöer. Kriterierna uppfylldes helt endast tre av tjugo gånger (sju stycken kriterier som vardera analyserats på tre olika platser).

Ytterligare en slutsats av resultat är att utformningen av förskolegårdarna i de nyexploaterade områdena inom stadsdelen Liljeholmen inte prioriteras i planeringen av stadsrummet. Detta syns inte minst i detaljplaneskedet. Detaljplanen över kvarteret där Spårets förskolegård ligger har inget markerat område för förskolegård (Stockholms stadsbyggnadskontor 2013). Sturehills förskola var dessutom inte planerad när detaljplanen för kvarteret Sjövikshöjden vann laga kraft (Stockholms stadsbyggnadskontor 2006a). Stockholms stad (2018) belyser att barnens bästa skall vara vägledande vid allt beslutsfattande och vid alla åtaganden som rör barn och unga i stadsutvecklingen, men det märks inte på de tre förskolegårdar som jag analyserat. Slutsatsen är att en hälsofrämjande vardagsmiljö för de allra yngsta beaktas inte i stadsplaneringen när stadsdelen förtätas och invånarantalet växer.

Resultatet i förhållande till litteraturen

OPEC-rankingen utgår ifrån teori som handlar om *area, vegetation, samt terräng* (Boldemann et al 2011) och lyfts av både Boverket (2015) och Folkhälsoinstitutet (2007). Förskolegårdarna i min undersökning uppfyllde inget av kriterierna i OPEC-rankingen. Miljövärderingen OPEC har använts i flera studier, och på de förskolegårdar som då rankats lägst har även den fysiska aktiviteten hos barnen varit allra lägst (Boldemann et al. 2011). Därför gör jag antagandet att barnen på de förskolegårdarna som utvärderas i kandidatarbetet är mindre fysiskt aktiva än barn

som får vistas på förskolegårdar som uppfyller kriterierna i OPEC-rankingen. Detta antagande bör undersökas i vidare studier.

Endast en av de tre förskolegårdarna uppfyllde de tre övriga kriterierna; *mönster på marken* (Stratton 2000), *barriärer* (Mårtensson 2013) och *löst material* (Herrington och Lesmeister 2007). Även dessa tre kriterier har genom forskning visat sig gynna förskolebarnens fysiska aktivitet, och lyfts av Boverket (2015) och Folkhälsoinstitutet (2007). Med forskningen som facit går det därför att dra slutsatsen att förskolegårdarna i min undersökning inte är en hälsofrämjande miljö som gynnar fysisk aktivitet.

6.2 Metoddiskussion och vidare studier

Litteraturstudien tillsammans med platsanalysen var ett bra sätt att utvärdera förskolegårdars förutsättningar för fysisk aktivitet, jämfört med vad teorin säger. Val av litteratur gjordes utifrån de teorier som myndigheterna Folkhälsoinstitutet (2007) och Boverket (2015) lyfter. Om andra utformningsprinciper hade presenterats i teorin hade platsanalysen sett annorlunda ut och möjligtvis hade resultatet givit ett annat utfall.

Att göra en platsanalys med teorin som bakgrund hjälpte mig att se platserna utifrån nya perspektiv som gav en tydlig förståelse av platserna och vad utformningen av förskolegården betyder för hälsan. Platsanalysens tillförlitlighet är god eftersom kriterierna som bedömdes har tagits från teorin och enbart dessa kriterier har analyserats.

Dock har metoden svagheter. Det finns en viss tolkningsmöjlighet i platsanalysens rankingsystem för de olika kriterierna. Till exempel vad som i rankingsystemet presenterades som ”*Finns/ Finns ej*” skulle kunna givit en gård med tio pinnar samt flera tråklossar full poäng, medan en gård som hade två pinnar också hade fått full poäng. Bedömningarna av förskolegårdarnas utformning skulle kunna ha givit ett annat utfall beroende på hur kriterierna som analyserades tolkas. Att poängsystemet kan ge ett varierat resultat är en kritik till resultatet. Men poängen som tilldelades i utförandet är endast ett verktyg med syftet att underlätta analysarbetet att se vad som är bra respektive dåligt på platsen.

Ytterligare en svaghet i utförandet är att endast tre förskolegårdar analyserades. Om fler förskolegårdar hade utvärderats hade resultatet blivit mer tillförlitligt. Att utvärdera fler förskolegårdar i fler nybyggda stadsdelar skulle dessutom ge en mer generell bild av problematiken.

I den aktuella stadsbyggnadsdebatten är förskolegårdarnas storlek kärnan i diskussionen. Därför lyfter uppsatsen endast det höga exploateringsstrycket och konkurrensen om marken som bakgrund till varför förskolegårdarnas utformning inte prioriteras. Dock presenterar litteraturstudien fler kriterier än endast behovet av en tillräckligt stor yta för att gynna fysisk aktivitet. Uppsatsen lyfter inte andra orsaker som sätter stopp för en utformning som gynnar fysisk aktivitet inne på den faktiska gården, oberoende av hur liten den är. En fråga som kan undersökas i vidare studier är; varför finns inte mer löst material, vegetation och varierad terräng i gestaltningen? Varför har inte gårdens förutsättningar för fysisk aktivitet prioriterats mer på den lilla ytan barnen tilldelas? Ett antagande jag gör är att faktorerna slitage, skötsel och snöröjning, samt frågan om tillgänglighet och säkerhet spelar en betydande roll för gårdarnas utformning.

Detta kandidatarbete undersöker vilka förutsättningar för fysisk aktivitet som finns på förskolegårdar. Framtida undersökningar inom denna problematik bör vara att göra observationsstudier på barnen som använder gårdarna. Genom att göra observationsstudier av förskolegårdarna besvaras hur de faktiskt utnyttjas utifrån förskolegårdens förutsättningar för fysisk aktivitet. En annan relevant studie är att mäta barnens fysiska aktivitet på förskolegårdarna nyexploaterade områden och sedan jämföra med barn som tillbringar vardagarna på förskolegårdar som anlades tidigare, när trenden inom stadsplaneringen inte var att exploatera lika tätt.

6.3 Avslutande reflektioner

Kandidatarbetets resultat bekräftar problematiken kring barnens utemiljö i de nya stadsdelarna. De tre förskolegårdarna i Liljeholmens nyexploaterade områden är inte unika, de speglar den generella problematiken av hur det ser ut i Stockholms nya täta stadsdelar (Ritzén 2018a). Dessutom har utvecklingen de senaste åren gått i en riktning mot att inte ens planera för förskolegårdar (Ritzén 2018b). Normen inom dagens stadsplanering är att endast ge barnen trånga, stängslade entréer, så kallade utsläppsgårdar, för vidare transport till offentlig park (ibid).

Konkurrensen om marken och det höga exploateringsstrycket är en anledning till varför det inte finns några ytor till barnen. När stadsdelar skall förtätas bortprioriteras människors hälsa mot kortsiktigt men mer marknadsmässigt lönsamma intressen (Bjarnegård 2019). Bygglagen säger att förskolegårdens yta skall vara tillräcklig (Sveriges Riksdag 2010), vilket kan tolkas hur som helst.

Den pågående stadsbyggnadstrenden resulterar i att ingen mark tillhör barnen. Stockholms stad presenterar en barnkonsekvensanalys utifrån FNs barnkonvention som lyfter att barnens bästa skall vara vägledande vid allt beslutsfattande (Stockholms stad 2018b). Enligt forskningen utgör förskolegårdar med en utomhusyta på minst 40 kvadratmeter per barn en hälsofrämjande miljö (Boverket 2015). Trots det har nya förskolor som Kajen, Spåret och Sturehill tilldelats egna gårdar som är flera gånger mindre än 40 kvadratmeter per barn. Barnen hänvisas till offentliga parker. Men allmänna platser är ingen lösning på problemet. Barn som inte har en egen förskolegård är mindre fysiskt aktiva (Nordström 2014). Dessutom leder användandet av allmänna platser till vidare problematik. Sturehills förskolegård har tvingats kompletteras med mark som enligt detaljplan var ämnad som kvarterspark (Stockholms stadsbyggnadskontor 2008a).

Nya stadsdelar som planeras för människor och våra behov måste utgå från utformningsprinciper som kan motiveras med fakta, anser jag. Även små förskolegårdar har mer potential i sin utformning. Stadsplaneringens misstag undgår inte någon. I slutändan står vi mitt i det fysiska resultatet och betraktar en stad för stillasittande varelser.

Barns hälsa styrs inte enbart av individuella val. Den byggda miljön kan ha en enorm inverkan på hälsan hos människor som lever i städer (Folkhälsoinstitutet 2007). Planeringen och utformningen av förskolegården har en viktig betydelse i de yngsta barnens vardagsliv (Boldemann 2013). Stockholms stads vision (2018) är en planering som är långsiktig och hållbar för människor just nu och i många generationer framöver. Trots det visar kandidatarbetet att planprocessen kan resultera i att förskolegårdens yta slutar på 2 respektive 6 kvadratmeter per person. Kandidatarbetet indikerar att planeringen av staden går i en riktning tvärt emot vad

forskningen säger och vad myndigheterna rekommenderar. Från och med nu måste stadsplaneringen ge förutsättningar för en god hälsa. Utformningen av barnens livsmiljöer påverkar befolkningens framtida psykiska och fysiska välmående.

7. Referenser

- Bjarnegård H. (2019). Barnen måste få plats på riktigt i städerna. *Svenska Dagbladet* 2019-03-20. Tillgänglig: <https://www.svd.se/barnen-maste-fa-plats-pa-riktigt-i-staderna?fbclid=IwAR3nAfNqwBu--EQLAnvs0VPDErBrRKu9l6aTqMQydMFyzn9ullim1CinjVE>
- Boldeman C., Blennow M., Dal H., Mårtensson F., Raustorp A., Yuen K., Wester U., (2006). *Impact of preschool environment upon children`s physical activity and sun exposure*, Preventive medicine 42 (2006) ss. 301-308. DOI: 10.1016/j.ypmed.2005.12.006
- Boldemann C., Dal H., Mårtensson F., Cosco N., Moore R., Bieber B., Blennow M., Pagels P., Raustorp A., Wester U., Söderström M. (2011). *Preschool outdoor play environment may combine promotion of children`s physical activity and sun protection. Further evidence from Southern Sweden and North Carolina*, Science and sports (2011) 26, ss. 27-82. DOI: 10.1016/j.scispo.2011.01.007
- Boldemann C. (2013). Förskolebarns utemiljöer och deras hälsa, Förskolans utemiljö. Hälsospekter, *Socialmedicinsk tidskrift*, vol 90 (4), 2013. ss. 498-501. Tillgänglig: <http://socialmedicinsk.tidskrift.se/index.php/smt/article/view/1038>
- Boverket (2015). Gör plats för barn och unga! En vägledning för planering, utformning och förvaltning av skolans och förskolans utemiljö, Karlskrona. Boverket och Movium 2015, Rapport 2015:8
- Boverket (2018). Grundskolor och friytor; Nationell kartläggning och uppföljning av grundskoleelevers tillgång till friytor 2014-2017, Boverket och Statistiska centralbyrån maj 2018.
- Bryman A., (2008). Att komma igång – litteraturgenomgång. I *Samhällsvetenskapliga metoder*. Upplaga 2:2 (2011). Malmö. Liber AB. Ss97-113
- Eklom-Bak E., Eklom Ö., Andersson G., Wallin P., Söderling J., Hemmingsson E., Eklom B., (2018). *Decline in cardiorespiratory fitness in the Swedish working force between 1995 and 2017*. Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports 2018;1 -8, DOI: 10.1111/sms.13328. Tillgänglig: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/sms.13328>
- Fjørtoft I., Sageie J. (2000). *The natural environment as a playground for children Landscape description and analyses of a natural playscape*. Landscape and urban planning (2000) 48. ss. 83-97
- Fjørtoft I. (2001). *The natural environment as a playground for children: The impact of outdoor play activities in pre-primary school children*, Early Childhood Education Journal, Vol. 29, No 2, Winter 2001
- Folkhälsoinstitutet (2007). Den byggda miljös påverkan på fysisk aktivitet; En kunskapsmanställning för regeringsuppdraget, ”Byggd miljö och fysisk aktivitet”, Stockholm, Statens Folkhälsoinstitut. Rapport 2007:3.
- Folkhälsomyndigheten (2018). Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/18; Grundrapport, Folkhälsomyndigheten 2018. Tillgänglig:

- <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/53d5282892014e0fbfb3144d25b49728/skolbarns-halsovanor-2017-18-18065.pdf>.
- Herrington S., Lesmeister C., (2007). *The design of landscapes at child-care centres: Seven Cs*, Landscape Research, 31:1, ss. 63-82, DOI: 10.1080/01426390500448575
- Lantmäteriet (2019). *Ortofoto* [Kartografiskt material]. Uppsala: Lantmäteriet
Tillgänglig: <https://zeus.slu.se/get/?drop=get>
- Mårtensson F. (2012). Hälsofrämjande äventyr med naturen som distraktion. Natur och hälsa. Socialmedicinsk tidskrift. (2012). Vol 89 (3). Tillgänglig: <http://socialmedicinsktidskrift.se/index.php/smt/article/view/919>
- Mårtensson F. (2013). Vägledande miljödimensioner för barns utomhuslek, Förskolans utemiljö. Hälsoaspekter. Socialmedicinsk tidskrift. Vol 90 (4) (2013). ss. 502-509. Tillgänglig: <http://socialmedicinsktidskrift.se/index.php/smt/article/view/1027>
- Nordström M. (2014). Med eller utan skolgård – gör det någon skillnad? I: red: de Laval S. Skolans och förskolans utemiljöer; Kunskap och inspiration till stöd vid planering av barns utemiljö, ss. 39-42, Skolhusgruppen, Movium, Arkus, 2014, ISBN: 978-637-6243-7
- Ritzén J. (2018a). Landskapsarkitekt: ”Vi tränger in våra barn i små mörka kyffén”. *Dagens Nyheter* 2018-01-09.
- Ritzén J. (2018b). Förskolegårdar krymper i nya stadsdelar. *Dagens Nyheter* 2018-01-09.
- Skolverket (2018), Beskrivande data 2017; Förskola, skola och vuxenutbildning, Skolverket 2018. Rapport: 468, Tillgänglig: <https://www.skolverket.se/getFile?file=3953>
- Stockholms stad (2018a). *Stockholm växer*. Tillgänglig: <https://xn--vxer-loa.stockholm/>. Senast uppdaterad: 2018-03-01
- Stockholms stad (2018b). Barn och unga i stadsplaneringen. *Stockholm växer*. (2018-12-17). Tillgänglig: <https://xn--vxer-loa.stockholm/tema/barn-och-unga-i-stadsplanering/>. Senast uppdaterad 2018-12-17
- Stockholms stad (2019). *Hitta förskola*. Tillgänglig: <https://forskola.stockholm/hitta-forskola/>. Senast uppdaterad: 2019-02-10
- Stockholms stadsbyggnadskontor (2008a). Detaljplan Sjövik 7, detaljplankarta. 2008-07-11. Dp: 2007-01293-54
- Stockholms stadsbyggnadskontor (2008b). Detaljplan Sjövik 7, detaljplanebeskrivning. 2008-03-18. Dp: 2007-01293-54. Stockholms stads kommun
- Stockholms stadsbyggnadskontor (2013a). Detaljplan Golvläggaren 1, Syllen 3, och del av Årsta 1:1. Detaljplanekarta, 2013-01-12. Dp: 2010-06304-54
- Stockholms stadsbyggnadskontor (2013b). Detaljplan Golvläggaren 1, Syllen 3, och del av Årsta 1:1. Detaljplanebeskrivning, 2013-01-12. Dp: 2010-06304-54. Stockholms stads kommun
- Stockholms stadsbyggnadskontor (2006a). Detaljplan Sjövikshöjden. Detaljplanekarta 2006-07-12. Dp: 2004-18378-54. Stockholms stads kommun
- Stockholms stadsbyggnadskontor (2006b). Detaljplan Sjövikshöjden. Detaljplanebeskrivning 2006-04-05. Dp: 2004-18378-54. Stockholms stads kommun.
- Stockholms stadsmuseum (1998). *Liljeholmen*. Stockholms stadsmuseum, Stockholms lokaltrafik, Kulturhuvudstadsrådet, Stockholm 98. Tillgänglig: <https://stockholmskallan.stockholm.se/post/29896> (2019-05-14)
- Stockholms stad (2001). *2000-talet: din stad växer fortfarande*. Stockholmskällan. Tillgänglig: <https://stockholmskallan.stockholm.se/teman/staden-vaxer/2000-talet/> (2019-05-14)

- Stratton, G. (2000), *Promoting children's physical activity in primary school: an intervention study using playground markings*. Ergonomics, 2000. 43(10): ss. 1538-46. DOI: 10.1080/001401300750003961. Tillgänglig: https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/001401300750003961?casa_token=MbNza45SjoMAAAAAA:qSupt08wm3AMpwJgX5HHGnGQFDZ8vm6g1jfbIQyMukf69YQXeEYdSYeKIy8PKiF1xx-HbNecl2K1sQ
- Sveriges riksdag (2010). Plan- och bygglagen, PBL (2010:900), 8 kap § 9, Näringsdepartementet RS N, 2010-07-01, Regeringskansliet, Stockholm, Sveriges Riskdag. Tillgänglig: http://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svenskforfattningssamling/plan--och-bygglag-2010900_sfs-2010-900#K8
- Söderström M., Boldemann C., Sahlin U., Mårtensson F., Raustorp A., Blennow M., (2012). *The quality of the outdoor environment influences childrens health –a cross-sectional study of preschools*. Acta Paediatrica, Naturing the child (2013) vol 102. ss. 83-91. DOI: 10.1111/apa.12047. Tillgänglig: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/apa.12047>
- Weimann H., Bjork J., Rylander L., Bergman P., Eiben G., (2015). *Neighborhood environment and physical activity among young children: a cross-sectional study from Sweden*. Scand J Public Health. 2015;43(3):283-93. DOI: 10.1177/1403494815570515. Tillgänglig: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25712029>