

Útdráttur

Tilgangur þessarar könnunar var að athuga viðhorf leikskólastjóra til hreyfingar og næringar leikskólabarna. Þetta varð fyrir valinu vegna þess að höfundur fannst spennandi að skoða hvaða viðhorf þeir bæru til hreyfingar og næringar. Ásamt því að skoða hvort viðhorf þeirra hafði áhrif á starf leikskólans. Aðferðin sem notuð var er eitt viðtal við tvo leikskólastjóra.

Niðurstaða athugunarinnar er sú að viðhorf leikskólastjóra til hreyfingar og næringar leikskólabarna er að hreyfing sé barninu mikilvæg. Ásamt því að barn þarfnast hollrar og næringarríkrar máltíðar til að vaxa og þroskast á sem eðlilegastan hátt. Niðurstöður sýndu að leikskólastjórnir sem tóku þátt eru að reka leikskólanna mismunandi hvað varðar hreyfingu og næringu barna. Leikskólastjórnir voru ósammála um hvort gagnlegt væri að fá næringarfræðing til ráðgjafar fyrir leikskólana. Spyrja má í ljósi niðurstaðna hvort bæjaryfirvöld þurfi að marka sér skýrari stefnu í til dæmis hreyfingu og næringu barna. Leikskólastjórnir ráða miklu um stefnu leikskólanna sem þeir stjórna.

Summary

The aim of this survey was to investigate the attitudes of preschool masters towards movement and nutrient among preschool-children. This subject was chosen because the author found it interesting to look into their view of movement and nutrient, as well as viewing the influence of the preschool masters. The method which was used is an interview with two preschool masters.

The result of the survey on the view of the attitudes of preschool masters towards movement and nutrient for preschool children shows that movement is very important. It also shows that children need healthy and nutrient meals to grow and develop in a normal way. The survey also showed that the preschool masters who participated in the survey were running the preschool differently when it came to movement and nutrient of the children. The preschool masters did disagree if it was helpful to get a recommendation from a dietician for the preschool children. It was also very interesting to see how different policies the two preschools had concerning movement and nutrient for children. The preschool masters have much to say about the policy of the preschool and how they should be operated.