

## Útdráttur

Verkefni þetta er unnið sem lokaverkefni til B.Ed.-prófs við kennaradeild Háskólans á Akureyri vorið 2007. Fyrsti kafli er inngangur. Í öðrum kafla er fjallað um upphaf skipulagðrar hreyfingar hér á landi og helstu frumkvöðla hennar. Í þriðja kafla er fjallað um líffræðilegan þroska mannsins. Fjórði kafli er um ábyrgðina, en það er á höndum margra að sjá til þess að börn landsins þroskist eðlilega og fái markvissa hreyfingu. Má þar bæði nefna leikskólakennara og íþróttakennara fyrir utan foreldrana. Fimmti kafli snýr að úrvinnslu á rannsókn sem gerð var í fimm leikskólum á Akureyri um hreyfingu barna. Í sjötta kafla eru niðurstöður rannsóknarinnar kynntar. Framtíðarsýn höfundar er í sjöunda kafla og lokaorðin eru í áttunda kafla.

Forn-Grikkir voru fyrstir til að uppgötva það að líkami og sál verða að vinna saman og þeir lögðu mikla áherslu á þetta samspil. Á árunum 1906-1912 var mikil gróska í íþróttum á Íslandi en árið 1912 var Íþróttasamband Íslands stofnað. Það að við getum skriðið, klifrað, gengið og hoppað eru hreyfiviðbrögð sem gegna því hlutverki að færa okkur úr stað. Þegar forfeður okkar skriðu á land og fóru að ganga uppréttir þurftu þeir að yfirvinna þyngdarkraftinn og eiga sum viðbrögð rætur á því þróunarstigi. Það ætti að leyfa börnum að hamast og nota líkamann sem stóra og samhæfða heild. Þau þurfa á margþættri reynslu að halda á sviði grófhreyfinga. Börn þurfa líkamlega áreynslu til að vaxa og þroskast eðlilega og regluleg hreyfing minnkar líkur á geðrænum vandamálum og bætir sjálfstraustið.

Helstu niðurstöður rannsóknarinnar voru að 56% leikskólabarna stunda íþróttir á vegum íþróttafélags og 66%, sem stunda skipulagðar íþróttir, velja fimleika sem íþróttagrein.

## Abstract

This essay is the final project towards a B.Ed.-degree from the Department of Early Childhood Education at the University of Akureyri, in the spring of 2007. The first chapter is an introduction. The second chapter covers the beginning of kinesiology in Iceland and its founding fathers. The third chapter deals with humans' biological maturity. The subject of the fourth chapter is responsibility, which, when it comes to the physical activities of children, is shared by many, especially pre-primary school teachers, coaches and parents. The fifth chapter contains a description of a research that was carried out in five kindergartens in Akureyri where the subject was movement of children. In the sixth chapter the research results are presented. The author's future vision is discussed in the seventh chapter and the conclusion is presented in the eighth chapter.

The Hellenes were the first ones to discover the fact that body and soul must work together and they emphasized this interplay. In 1906 to 1912 there was an upsurge in sports in Iceland and in 1912 the Icelandic National Olympic and Sports Association was founded. Children need physical exertion to grow up and evolve normally and systematic movement decreases the probability of mental difficulties and reinforces self-reliance.

The research main result is that 56% of children practice sports with sport clubs and 66% of the children practice acrobatics.