



**GÖTEBORGS UNIVERSITET
INSTITUTIONEN FÖR PEDAGOGIK OCH DIDAKTIK**

Idrott och hälsa - ett ämne för alla?

Pontus Ericsson och Mattias Flodén

Examensarbete:	15 hp
Program och/eller kurs:	LAU 925:2
Nivå:	Grundnivå
Termin/år:	VT 2010
Handledare:	Claes Annerstedt
Examinator:	Thomas Johansson
Rapport nr:	VT10-2611-08 U/V

Abstract

Examensarbete:	15 hp
Program och/eller kurs:	LAU 925:2
Nivå:	Grundnivå
Termin/år:	VT 2010
Handledare:	Claes Annerstedt
Examinator:	Thomas Johansson
Rapport nr:	VT10-2611-08 U/V
Nyckelord:	Idrott och Hälsa, styrdokument, förhållningssätt, motivation, omotiverade elever, fysik inaktivitet och förändring.

Syfte: Det övergripande syftet med vår studie är att undersöka hur lärare i idrott och hälsa i grundskolans senare år, förhåller sig till elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen samt vilka metoder lärarna använder sig av för att få med sig eleverna. Vi har i föreliggande studie särskilt inriktat oss för följande frågeställningar:

Hur förhåller man sig som lärare i idrott och hälsa till elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen och uppfattar man dem som ett problem?

Hur motiverar läraren dem att delta och vilket innehåll och arbetssätt använder man sig av?

Hur har läraren i idrott och hälsa förändrat sin uppfattning kring dessa elever över tid?

Metod: I föreliggande studie har undersökningsmetoderna varit av både en kvantitativ och kvalitativ inriktad ansats där datainsamling och analys syftar till att öka förståelsen för de fenomen som studeras. Både den kvalitativa som kvantitativa tillvägagångssättet lämpar sig för att besvara studiens syfte och frågeställningar. Huvudfokus ligger emellertid på den kvalitativa undersökningen, dvs intervjuerna. Enkäterna ger en bild av hur det ser ut på de utvalda skolorna men det är genom intervjuerna som vi verkligen får fram idrottslärares tankar, uppfattningar och åsikter.

Resultat: Lärarna i studien anser sig ha ett flexibelt förhållningssätt till elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen. Man vill visa förståelse och vara lyhörd för elevens situation och försöker hitta lämpliga lösningar. Lärarna känner ansvar gentemot dessa elever men att ansvaret innefattar fler personer. Hur många elever/klass som inte deltar kontinuerligt i den ordinarie undervisningen varierar. Det visar sig att majoriteten av lärarna har en elev/klass som inte deltar regelbundet och det finns också flera lärare som har 2 elever/klass som inte deltar i önskad utsträckning på idrott och hälsa lektionerna. De flesta lärarna i denna studie anser att det är ett problem. Det föreligger många olika orsaker till varför icke deltagande elever uppfattas som ett problem. Allt ifrån hinder, alltså givna förutsättningar som tid och storlek på elevgrupper, till att läraren upplever press både uppifrån och utifrån att eleven skall bli godkänd. Men det finns också ett antal lärare som anser att det inte är ett problem, eftersom man upplever att det handlar om ytterst få elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen.

En stor del av lärarnas motiveringsarbete utgörs av relationsskapande strategier som samtal och positiv feedback, där ett förtroende sakta men säkert byggs upp mellan lärare och elev. Merparten

av idrottslärarna anser sig vara flexibla i sitt sätt att arbeta för att tillgodose icke deltagande elevers kunskap. Innehållsmässigt handlar det om alternativa aktiviteter som gym, promenad eller delar av en tänkt aktivitet. I vissa fall gör eleven även teoretiska uppgifter ur en lärobok. Individuella lösningar samt vikten av att skapa relationer tycks vara lärarens metoder att rå på problematiken.

Flertalet av de undervisande lärarna i idrott och hälsa beskriver att någon form av förändring har skett. Det kan röra sig om vikten av att eleven skall få positiv upplevelse med hjälp av ett flexibelt tänkande istället för att alla i klassen måste göra samma sak. Förändringen kan även handla om insikt och förståelse kring elevens problematik, vilken tidigare var mer ointressant samt att det gäller att arbeta långsiktigt. Det finns också ett antal lärare i denna studie som förklarar att man inte ändrat uppfattning om dessa elever över tid.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1. Inledning	1
2. Syfte och frågeställningar	3
2.1 Syftet med vår studie.....	3
2.2 Frågeställningar	3
3. Litteraturgenomgång.....	4
3.1 Ämnet idrott och hälsas utveckling och förändring.	4
3.2 Styrdokument	5
3.3 Idrottslärares roll.....	7
3.3.1 Motivera fysiskt inaktiva elever.....	7
3.3.2 Värdegrundens betydelse för inaktiva och omotiverade elever inom idrott och hälsa..	8
3.3.3 Vad styr innehållet i idrott och hälsa undervisningen?.....	9
3.4 Tidigare forskning som är relevant för våra frågeställningar	11
3.4.1 Fysisk inaktivitet.....	11
3.4.2 Nationell utvärdering (NU-03).....	11
3.4.3 Flygande tillsyn i ämnet idrott och hälsa.....	12
3.4.4 Riksidrottsförbundet.....	13
3.4.5 Sätt Sverige i rörelse.....	13
3.4.6 Negativt inställda elever inom idrott och hälsaämnet.....	13
3.4.7 Fysisk inaktivitet och hälsa.....	14
3.4.8 Skolhälsovården.....	16
3.4.9 Motivera elever i ämnet idrott och hälsa.....	17
4. Metod.....	17
4.1 Val av metod.....	17
4.2 Datainsamling	18
4.3 Urval.....	19
4.4 Genomförande.....	19
4.5 Validitet, reliabilitet och generaliserbarhet.....	20
4.6 Etiska aspekter.....	21
5. Resultatbeskrivning.....	21
5.1 Urvalsgruppen.....	21
5.2 Hur förhåller man sig som lärare i idrott och hälsa till elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen?.....	22
5.3 Uppfattar lärarna elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen som ett problem?.....	23
5.4 Hur motiverar läraren eleverna att delta och vilket innehåll och arbetssätt använder man sig av?.....	25
5.5 Hur har läraren i idrott och hälsa förändrat sin uppfattning kring dessa elever över tid?...27	
6. Diskussion.....	29
6.1 Metoddiskussion.....	29
6.2 Resultatdiskussion.....	29

6.2.1 Hur förhåller man sig som lärare i idrott och hälsa till elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen?.....	30
6.2.2 Uppfattar lärarna elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen som ett problem?.....	30
6.2.3 Hur motiverar läraren dem att delta och vilket innehåll och arbetsätt använder man sig av?.....	31
6.2.4 Hur har läraren i idrott och hälsa förändrat sin uppfattning kring dessa elever över tid?.....	32
6.3 Vidare forskning.....	33

7. Referenslista.....34

8. Bilagor

1. Inledning

Vi har i denna studie valt att fokusera på elever som av olika anledningar inte deltar fullt ut i ämnet idrott och hälsa och därvid specifikt undersöka om lärarna i ämnet ser detta som ett problem samt hur de förhåller sig till dessa elever. I en undersökning av Strandell & Bergendahl (2001) framkommer bl a att det är en relativt stor grupp elever som inte deltar i undervisningen. Det är exempelvis fler elever i gymnasiet än i grundskolan som inte deltar och fler flickor än pojkar som väljer att stå utanför. Den nationella utvärderingen (Eriksson m fl, 2003) visade att intresset för ämnet idrott och hälsa är stort hos eleverna, men den visade också att 15 procent av eleverna inte tyckte att ämnet var intressant. Enligt NU 03 så är det en grupp på mellan 5-10 procent av eleverna som uttrycker negativa attityder till och erfarenheter av idrott och hälsa. Studien visar exempelvis att 11 procent av eleverna känner sig klumpiga under lektionerna i ämnet och 7 procent känner sig ibland rädda. En mindre del av eleverna uttrycker också att de fått en mer negativ syn på sin egen kropp och ett minskat självförtroende genom att delta i undervisningen. Främst flickor finns i denna kategori (Eriksson m fl, 2003). I jämförelse med andra skolämnen är emellertid idrott och hälsa ett mycket populärt ämne. En stor majoritet av eleverna trivs med ämnet och en stor grupp elever, både pojkar och flickor, uppger att de lärt sig mycket i ämnet (Skolverket, 2003).

Bakgrunden till att vi valt att intressera oss för den grupp elever som har negativa attityder till ämnet eller helt enkelt inte deltar, är att vi båda är verksamma som idrottslärare och uppfattar att dessa frågor är helt centrala för en lyckad undervisning och för att alla elever skall känna sig trygga, må bra och uppfatta undervisningen som meningsfull och intressant.

Våra erfarenheter är att det finns en grupp elever som inte närvarar alternativt inte deltar aktivt i idrottsundervisningen. Ofta har dessa elever olika former av ursäkter som att de t ex har glömt kläder eller känner sig lite hängiga och därför inte vill delta. Det tycks också som om de elever som deltar mindre ofta i skolans undervisning i idrott och hälsa, dessutom är samma grupp elever som på grund av t ex fetma eller annan problematik är fysiskt inaktiva även på fritiden (Eriksson m fl, 2003). De konsekvenser som kan drabba elever som är fysiskt inaktiva både i skolan och på fritiden är att deras lärande i skolan riskerar att bli sämre, samtidigt som de utvecklar en negativ inställning till allt som har med ämnet att göra (ibid). I Socialstyrelsens folkhälsorapport (2001) rapporteras om att barn i Sverige blir allt mer stillasittande, vilket kan leda till ökad risk för hjärtproblem, högt blodtryck, åldersdiabetes (typ 2-diabetes), benskörhet och övervikt m m.

Samhällsutvecklingen har skett i snabb takt och den fysiska ansträngning som människor behövde göra i tidernas begynnelse, i jakt på föda o s v behövs inte längre (Johansson, 2003). Trots detta krävs att människan är fysiskt aktiv och kontinuerligt utövar fysisk aktivitet och därmed tillser att den fysiska delen av hälsan kan bevaras (Hassmén m fl, 2003).

Samhällsutvecklingen har vidare medfört att barn av idag lever större delen inomhus, framför dator eller TV (Johansson, 2003). Det tycks alltså som om samhällsutvecklingen inneburit att vi människor lever ett allt bekvämare liv med allt mindre fysisk aktivitet, vilket i sin tur ger upphov till livsstilsrelaterade sjukdomar. Om man dessutom inte deltar i skolans undervisning i idrott och hälsa kanske man inte tillägnar sig de kunskaper kring idrott, hälsa, livsstil och betydelsen av att vara fysiskt aktiv som man så väl skulle behöva. Om man som elev inte deltar i undervisningen blir det dessutom svårare för idrottsläraren att bedöma och betygssätta dessa elevers kunskaper i

ämnet idrott och hälsa. Vad gäller skolans underlag för bedömning och betygsättning är det nämligen en förutsättning att eleverna är där och deltar i undervisningen, för att det skall vara möjligt för läraren att betygsätta elevernas kunskapsutveckling i ämnet (www.skolverket.se). Ämnet ska vidare stimulera eleven till ett bestående intresse för regelbunden fysisk aktivitet. Detta genom idrott, lek och allsidiga rörelser utformade så att alla oavsett fysiska eller andra förutsättningar ska kunna delta, erhålla upplevelser och erfarenheter samt utvecklas på sina egna villkor. Grundläggande för ämnet idrott och hälsa är ett hälsoperspektiv som innefattar såväl fysiskt, psykiskt som socialt välbefinnande (Skolverket, 2000). Om man inte deltar, eller deltar i väldigt liten utsträckning, är risken stor att man inte utvecklar den typ av kunskap kring fysisk aktivitet och hälsa, som eftersträvas i kursplanen.

En intressant infallsvinkel på detta är att i Skolverkets utvärdering av ämnet idrott och hälsa hösten 2002 (NU 03) fann man att lärarna inte såg frånvaron i undervisningen som något större problem. Trots det uppgav var tionde elev i skolår nio att de sällan eller aldrig deltog i idrott och hälsa undervisningen (Skolverket, 2003). Reflektion, samtal och diskussion var andra inslag som inte var vanligt förekommande i ämnet. Det var istället den "praktiska" delen i ämnet som stod i fokus (Eriksson m fl, 2003). Vidare har Eriksson m fl. (2003), Redelius (2004) och Sandahl (2005) i sina studier konstaterat att ämnet "lär fiskar simma" dvs ämnet intresserar och aktiverar de som redan är aktiva. Bollspel är t ex den aktivitet som är vanligast förekommande inom ämnet idrott och hälsa. Eftersom bollspel står för en så dominerande del så kan de bollspelslektioner som genomförs på högstadiet ge de elever som är föreningsaktiva under fritiden inom något bollspel en stor fördel gentemot de elever som är mindre aktiva. Ju äldre man blir desto större blir glappet mellan dessa båda grupper när bollspel står på agendan, såväl kunskaps- som inställningsmässigt (Redelius, 2004). Det får till följd att de elever som behöver ämnets två veckopass mest känner sig osäkra, dåliga och uttråkade. Deras negativa inställning till ämnet förstärks då ytterligare (ibid.). Det finns alltså å ena sidan klara direktiv för hur man som idrottslärare ska arbeta för att nå målen för alla elever i sin undervisning, men å andra sidan finns det traditioner inom ämnet som missgynnar elever som inte är fysiskt aktiva varken i skolan eller på fritiden.

Vi anser att det finns ett stort behov av att undersöka hur man som idrottslärare fångar upp och förhåller sig till den grupp elever som inte deltar fullt ut i undervisningen, eller som inte deltar. Vi vill ta reda på vilka metoder och tillvägagångssätt som idrottslärarna använder sig av för att nå denna grupp av elever. Vi vill samtidigt påpeka att vi själva är av uppfattningen att det är av mycket stor betydelse att idrottslärarna kan fånga upp denna grupp av elever, som ofta har en negativ inställning till ämnet och heller inte är särskilt fysiskt aktiva vare sig i skolan eller på fritiden.

2. Syfte och frågeställningar

2.1 Syftet med vår studie

Det övergripande syftet med vår studie är att undersöka hur lärare i idrott och hälsa i grundskolans senare år, förhåller sig till elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen samt vilka metoder lärarna använder sig av för att få med sig eleverna.

2.2 Frågeställningar

Vi har i föreliggande studie särskilt inriktat oss för följande frågeställningar:

- 1 Hur förhåller man sig som lärare i idrott och hälsa till elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen och uppfattar man dem som ett problem?
- 2 Hur motiverar läraren dem att delta och vilket innehåll och arbetssätt använder man sig av?
- 3 Hur har läraren i idrott och hälsa förändrat sin uppfattning kring dessa elever över tid?

3. Litteraturgenomgång

I följande avsnitt har vi för avsikt att redogöra för olika områden som vi anser viktiga för vår studie och som belyser det syfte och de frågeställningar som vi med denna studie söker svar på. Vi redogör för olika faktorer som vi finner relevanta för vårt undersökningsområde och dessa faktorer redovisas under olika rubriker i detta avsnitt. I litteraturgenomgången kommer vi också belysa centrala begrepp som värdegrunden och motivation.

3.1 Ämnet idrott och hälsas utveckling och förändring

Med detta avsnitt vill vi belysa hur ämnet idrott och hälsa har förändrats över tid. Man kan tydligt se hur syftet med ämnet gått från att kroppen skall tränas och pojkar skall disciplineras, till att bli ett ämne med hälsoperspektivet i högsätet och där undervisningen skall anpassas så att alla individer har möjlighet att utveckla kunskap och nå målen. Under vår litteraturgenomgång har vi funnit två källor (Annerstedt 2001 och Larsson & Meckbach 2007) som beskriver ämnets utveckling och förändring, vilka vi stödjer oss på i den redogörelse som följer.

Ämnet idrott och hälsa har under 1900-talet utvecklats och förändring av ämnets innehåll och karaktär har skett i flera olika faser. Allt tog sin start under tidigt 1800-tal då Per-Henrik Ling började studera kroppsövningar, vilket sedermera ledde fram till Linggymnastiken där fokus låg på disciplin, kroppskontroll och god hållning.

Under 1900-talets första hälft ägde brytningsfasen (1912-1950) rum där ämnet präglades av den skilda Linggymnastiken. Efterhand påbörjades emellertid en successiv utfasning av den pedagogiska gymnastiken med särskilt fokus på pojkarnas undervisning. När det gäller flickorna så levde den fristående gymnastiken kvar, men med inriktning på rytm, grace och estetiskt uttryck.

Olympiaden i Stockholm år 1912 kom att bidra till att skolidrottsförbundet bildades. Effekter av detta blev så småningom att ämnet tog en mer idrottslig inriktning. Här uppstod en kamp om hur ämnet skulle se ut, en kamp mellan Lingianer och de som förespråkade att eleverna skulle få prova på olika idrotter. Det hela mynnade ut i att ämnet förändrades från de gymnastiska inslagen till att innehålla mer idrottsliga färdigheter.

Vid mitten av 1900-talet fick fysiologiska kunskaper allt större utrymme i undervisningen. Det handlade i mångt och mycket om fysisk fostran, där gymnastiken blev en viktig del i att forma individen till en modern samhällsmedborgare. Med den fysiologiska fasens (1950-1970) intåg skedde en gradvis förändring från en mer kollektiv och hård styrning till att istället riktas mot leken och idrottens friare former. Kondition blev successivt mer betydelsefullt än god hållning och i strävan efter att nå detta syfte uppfattades den moderna idrotten som ett mer lämpligt verktyg än den oftast stillasittande Linggymnastiken. Utifrån denna beskrivning kan man konstatera att synen på vad en god hälsa är ändrades från fokus på hållning till fokus på kondition.

Från 1970 till 1994 gick ämnet in i en osäkerhetsfas där styrdokumentet innehöll färre centrala anvisningar och direktiv. Ämnet bytte namn från gymnastik till idrott och antalet obligatoriska timmar minskade. Innehållsmässigt angav styrdokumentet att moment som gymnastik, friidrott, ergonomi och hälsa skulle förekomma i undervisningen. Lärarna i idrott fokuserade i första hand

på att eleverna skulle lära sig att utföra många olika typer av idrottsgrenar.

I samband med Lgr 80 introducerades samundervisning för flickor och pojkar med syfte att öka jämställdheten mellan könen. Att pojkar och flickor hade undervisning tillsammans medförde att den kvinnliga gymnastiktraditionen i stort sett raderades ut både i skolämnet och i idrottslärarutbildningen.

1994 inträdde den s k hälsofasen och en ny läroplan (Lpo94) lanserades. Ytterligare ett namnbyte skedde, denna gång från idrott till idrott och hälsa. Tillägget, hälsa, var en tydlig markering att ämnet skulle ta en annan riktning och istället sikta in sig på ett allt tydligare hälsoperspektiv. Ämnet syftade nu till att utveckla elevernas hälsa, en hälsosyn där sociala, fysiska och psykiska aspekter samverkar och tillsammans utgör individens hälsa. En annan sak som kännetecknar hälsofasen är den stora frihet skolorna hade att styra över innehåll, arbetssätt och tidstilldelning. Styrdokumenten öppnade upp för en markant grad av decentralisering där lokal anpassning och lokala beslut medförde att ämnet utformades på högst varierande sätt skolor emellan.

Sammanfattningsvis kan sägas att idrott och hälsa som ämne haft en positiv utveckling under hela 1900-talet. En del i detta är att undervisningen numera skall individualiseras så att den når alla elever, vilket i sin tur borgar för en betydligt bredare plattform att stå på jämfört med tidigare styrdokument. Idag strävar ämnet efter att eleven skall utveckla sin fysiska, psykiska och sociala förmåga samt en positiv självbild, där betoningen ligger på att få med alla i undervisningen.

3.2 Styrdokument

Avsikten med att belysa skolans styrdokument i denna studie är att göra kopplingar till ämnets syfte, förtydliga läroplanens budskap och exemplifiera några av betygskriterierna. Ett uppdrag som den svenska skolan har, är att utveckla barn och ungdomars kompetens vad gäller allsidiga rörelser, fysisk förmåga samt kunskaper om rörelsers betydelse ur ett hälso- och livsstilsperspektiv (Larsson och Meckbach, 2007). Detta s k rörelseuppdrag kommer till uttryck i läroplanernas formuleringar vad gäller regelbunden fysisk aktivitet och i ämnet idrott och hälsa (ibid).

I den nuvarande kursplanen (Lpo94) för idrott och hälsa beskrivs en rad olika områden. Där anges ämnets syfte, vilka mål undervisningen skall sträva mot, ämnets karaktär och uppbyggnad samt vad som skall bedömas liksom en rad uppnåendemål och betygskriterier. Syftet med styrdokumentet är att vara vägledande för läraren i dennes roll att undervisa samt att vara en garant för att lärarkåren i ämnet idrott och hälsa erbjuder en likvärdig undervisning och bedömning av elevernas kunskaper.

När det gäller det övergripande målet med ämnet idrott och hälsa så hänvisar Larsson och Meckbach (2007) till den nationella kursplanen i Lpo94 och följande formulering:

- Ämnet idrott och hälsa syftar till att utveckla elevernas fysiska, psykiska och sociala förmåga samt ge kunskaper om den egna livsstilens betydelse för hälsan (Skolverket, 2000).

Samma kursplan berättar att ämnets kärna skall bestå av idrott, lek och allsidiga rörelser, där verksamheten skall vara utformad så att alla kan delta och utvecklas utifrån sina egna

förutsättningar. Detta sammantaget ger oss en antydning om vad som skall vara meningen med verksamheten. Larsson och Meckbach (2007) vill emellertid poängtera att det finns en fara när formuleringarna, som i detta fallet, är av allmän karaktär och möjlighet till individuella tolkningar av budskapet uppstår. Som lärare tvingas du fundera över vad det innebär att utvecklas fysiskt, psykiskt och socialt. Du behöver skapa dig en bild av vad begrepp som hälsa och livsstil står för, liksom att ta ställning till vilka kunskaper eleverna behöver utveckla för att du som lärare skall kunna bedöma att de kan något om livsstilens betydelse för hälsan (Larsson och Meckbach, 2007).

Ett grundläggande syfte med ämnet idrott och hälsa är följdaktligen att skapa förutsättningar för alla att delta i olika aktiviteter på sina egna villkor (Skolverket, 2000). Att utveckla gemenskap och samarbetsförmåga samt förståelse och respekt för andra är också något som tydligt framhålls (ibid). Hur läraren i idrott och hälsa skall gå tillväga för att uppfylla detta syfte finns emellertid inte angivet i styrdokumentet. Istället gäller det för den enskilde läraren att organisera en undervisning som möjliggör detta samt att berörda elever upplever att de deltar på sina villkor (Larsson och Meckbach, 2007). För att kunna hantera detta på ett yrkesmässigt sätt behöver läraren utveckla sina organisatoriska egenskaper samt förmågan att se och ge alla individer uppmärksamhet (ibid).

När det gäller läroplanens budskap så talar den alltså om vikten av att få med alla elever i undervisningen och att det skall råda ett tydligt hälsoperspektiv i undervisningen (Skolverket, 2000). Granskar man skolans styrdokument för att ta reda på vad undervisningen skall innehålla sägs inte mycket om detta (Larsson och Meckbach, 2007). Visserligen ges allmänna direktiv om att undervisningen skall ta sin utgångspunkt i idrott, lek och allsidiga rörelser, men mer än så avslöjas inte. Stor betydelse är därför att du, i egenskap av undervisande lärare, skapar dig en uppfattning om vad idrott, lek och allsidiga rörelser står för och att du utifrån detta ställningstagande planerar och organiserar din undervisning (ibid).

Att ett utmärkande hälsoperspektiv skall genomsyra undervisningen påminns man återigen av då man tar del av anvisningarna gällande bedömningens inriktning. Här finner man att det centrala kriteriet är att utveckla elevens kunskaper om vilka faktorer som påverkar den egna hälsan (Skolverket, 2000). Två av uppnåendemålen för en elev i nionde skolåret kopplas ihop med ovanstående resonemang. Styrdokumentet säger att en elev skall ”förstå sambandet mellan mat, motion och hälsa och kunna tillämpa kunskaper i ergonomi i vardagliga sammanhang”. Eleven skall också ”kunna forma och genomföra aktiviteter för egen motion” (ibid).

En annat fokus som skall ligga till grund för bedömningen är elevens förmåga att reflektera över och värdera olika aktiviteter betydelse både för livsstil och hälsa. Bevis på detta finner vi i kriterierna för väl godkänt som berättar att ”eleven skall med hjälp av kunskaper om kropp och rörelse reflektera över hur hälsa och välbefinnande kan bibehållas och förbättras” (Skolverket, 2000). Eleven skall även kunna ”föreslå och genomföra fysiska aktiviteter som befrämjar egen motion och hälsa (ibid).

För att uppfylla ett av kriterierna för det högsta betyget, mycket väl godkänt, gäller det att ”eleven använder sina kunskaper om livsstil, livsmiljö och hälsa för att bedöma värdet av olika idrotts- och friluftaktiviteter” (Skolverket, 2000).

Att nuvarande styrdokument innehåller förhållandevis få centrala anvisningar och direktiv med syfte att lärarna i idrott och hälsa skall konkretisera mål och innehåll i lokala kursplaner kan ses på flera sätt. Det möjliggör att undervisningen kan anpassas efter lokala förutsättningar, men det föreligger också en risk att äldre läroplaner biter sig kvar. Larsson och Meckbach (2007) hänvisar till studier rörande lärares arbete där resultaten säger att flertalet lärare har en tendens till att hålla fast vid den läroplan man utbildades för, trots att förändringar skett sedan den dagen man tog examen. Decentraliseringen kan också bidra till att utrymme uppstår för skapandet av egna kulturer vad gäller syfte med undervisningen, ämnets karaktär och bedömningens inriktning (ibid).

3.3 Idrottslärarens roll

3.3.1 Motivera fysiskt inaktiva elever

Att aktivt arbeta med att motivera elever är någonting som behövs i skolans värld och särskilt när det gäller att få inaktiva elever att ändra sin attityd och sitt beteende till idrott och hälsa (Engstrand, 2009). En övergripande faktor för ämnet blir då hur man som idrottslärare kan motivera fysiskt inaktiva elever. Idrott och hälsa i skolan ska sträva efter att eleven utvecklar en god kroppsuppfattning, stimuleras till ett bestående intresse för regelbunden fysisk aktivitet och tar ett ansvar för sin hälsa (Skolverket, 2000). Eleven ska också utveckla en positiv självbild, en tilltro till sin egen förmåga och få känna trygghet (Skolverket, 2000). Självbilden hos elever kan påverkas negativt under idrottspassen då ämnet och dess innehåll har stort fokus på kropp och rörelser, och den negativa självbilden kan vara en orsak till att elever väljer bort idrott och hälsaämnet i skolan (Engstrand, 2009). En positiv självbild är den bästa grunden för ett engagerat deltagande (Engstrand, 2004). Som idrottslärare är det viktigt att man uppmuntrar omotiverade elever och ger dem kunskap om den fysiska aktivitetens positiva effekter (Engstrand, 2009). Det påtalas även av Jenner (2004) att intresse och engagemang från läraren är ett måste för att ändra inställning hos en omotiverad elev (Jenner, 2004).

Lärares förhållningssätt till elever har påverkan på elevernas motivation eftersom motivation inte är en egenskap hos individen, utan en följd av de erfarenheter man gjort och det bemötande man får (Jenner, 2004). Även pedagogens förväntningar har stor inverkan när det gäller att skapa och hålla kvar elevens motivation. Positiva förväntningar leder till bra resultat, negativa förväntningar till dåliga resultat. Kroppsspråk, tonfall, beröring och uttryckssätt kan vara medel som lärare använder för att kommunicera sina förväntningar till elever (Jenner, 2004). Motivation är ett centralt begrepp i pedagogiskt arbete och även i denna studie, speciellt när det handlar om att undervisa elever med olika svårigheter (Jenner, 2004). Motivationsarbete förutsätter att läraren har en positiv syn och framtoning gentemot sina elever, är lyhörd och öppen. Viktigt är vidare hur man ser och kommunicerar med varje individ och att man ser till varje individs förmåga och behov samt möter eleven på dennes nivå (Jenner, 2004). Som motivator är det också viktigt att man som idrottslärare tillåter eleverna att ha roligt under idrottspassen i skolan (Strean, 2009). Har de roligt under idrottslektionerna är sannolikheten stor att de fortsätter att vara fysiskt aktiva som äldre och detta gäller främst de elever som har en negativ grundsyn till att idrotta. Att man som instruktör kan sprida glädje omkring sig är ett av de viktigaste attributen (Strean, 2009).

Motivation kan delas in i tre kategorier, inre motivation, yttre motivation och amotivation

(Hassmén m fl., 2003). Inre motivation handlar om att utföra något för själva nöjet i sig och för tillfredsställelsen som utförandet ger. En inre motiverad elev upplever känslor av glädje, njutning och avslappning när denne deltar i en aktivitet och målet är att nå känslomässiga belöningar (Hassmén m fl., 2003). Man har en inre drivkraft, ett intresse som strävar efter ett mål (t ex förbättra tekniken i höjdhopp) (Jenner, 2004). Yttre motivation handlar om att själva deltagandet grundar sig på fördelar som kan följa av utförandet. När en yttre motiverad elev deltar i en aktivitet riskerar denne att känna sig pressad och kan bli nervös när möjligheterna till kontroll minskar. Eleven drivs mot mål som är av social eller materiell karaktär (Hassmén m fl., 2003). På idrottspassen i skolan strävar den yttre motiverade eleven efter mål som t ex status, beröm eller betyg (Jenner, 2004). Amotivation syftar på bristande motivation, vilket kan bero på upplevd brist på kapacitet och förmåga, att man mår dåligt, brist på upplevd kontroll och känsla av hjälplöshet. En amotiverad elev kan under aktivitet uppleva dåligt självförtroende, känna obehag, att man inte räcker till eller upplever aktiviteten som alltför krävande för att vilja engagera sig i det (Hassmén m fl., 2003). Faktorer som dessa gör att man undviker eller väljer bort ett ämne som idrott och hälsa (Engstrand, 2009).

En annan betydelsefull faktor för motivationen är det motivationsklimat som individen omges av. Hassmén m fl. (2003) beskriver två typer av motivationsklimat. Ett resultatorienterat motivationsklimat utmärks främst av hur individen presterat och lyckats i jämförelse med andra (hur långt man hoppat, hur många mål man gjort etc). Ett sådant klimat kan skapa en rädsla att misslyckas hos individen och därmed bidra till negativa känslor och ett försämrat självförtroende. Det andra är ett process- och inlärningsorienterat motivationsklimat som går ut på att man sätter själva uppgiften och utförandet i centrum, det är vägen (processen) fram till målet som är viktigt. Den processorienterade inriktningen har visat sig leda till lägre prestationsångslan och muskelspänning samt större glädje och tillfredsställelse med deltagande i aktiviteter (ibid). Här spelar idrottsläraren en viktig roll för att skapa ett motivationsklimat som uppmuntrar eleven att delta i en aktivitet med fokus på att utvecklas och bli bättre. En elev som motiveras av uppgiften och inte av själva resultatet kommer sannolikt att fortsätta längre med aktiviteten, anstränga sig mer, hantera motgångar bättre samt se mer positivt på sitt idrottande (ibid).

3.3.2 Värdegrundens betydelse för inaktiva och omotiverade elever inom idrott och hälsa

Deltagande i idrott och hälsa i skolan och på fritiden skiljer sig beroende på individens sociala bakgrund, kön, kultur samt fysiska förutsättningar (Myndigheten för skolutveckling, 2005). Det är av stor vikt att man som lärare i idrott och hälsa arbetar utifrån tanken att alla elever är olika med varierande kunskaper och förutsättningar, och att man därför arbetar så att alla elever får möjligheten att ta del av allt det värdefulla som idrottandet ger (Almvärn och Fäldt, 2001). Ett av uppdragen läraren har är att vägleda eleverna i deras värdegrundsutveckling mot de mål som nämns i läroplanen (Zackari m fl, 2002). I vår personlighet finns vår egen värdegrund förankrad. Den härstammar från ens tidigare uppväxt och erfarenheter och uttrycker moraliska och etiska övertygelser, dvs värderingar som kan vara positiva t ex inom idrott och hälsa ämnet (idrott ger mig glädje på många plan) eller negativa (fördomar i idrotten som t ex att killar är bättre än tjejer) i förhållande till läroplanens värdegrund, som står i förhållande och direkt anslutning till ordet demokrati (Thedin-Jakobsson, 2005). Utifrån sin värdegrund (personlighet) byggs barnens attityder upp, som i sin tur skapar ett synligt beteende – positivt eller negativt – beroende av situation och miljö etc (Thedin-Jakobsson, 2005). Om man i skolan möter elever med fördomar med ömsesidig kommunikation, kunskap och ett språk som inte kränker eller marginaliserar, kan

positivare attityder och värderingar utvecklas (Zackari m fl, 2002). Begreppet värdegrund handlar om hur vi ska vara emot varandra och hur vi ska agera och handla i olika situationer (Orlenius, 2001). Att ha ett fungerande och positivt värdegrundsklimat i undervisningen är viktigt. Detta ger fler elever en möjlighet till att känna lust, glädje och entusiasm inför ett ämne som idrott och hälsa och ett allmänt positivare klimat inbjuder till fler att delta under passen, omotiverad som motiverad och fysiskt aktiv som fysiskt inaktiv (Thedin-Jakobsson, 2005). Om man som idrottslärare inte arbetar så aktivt med värdegrundsfrågor tillsammans med sina elever, kan det påverka eleverna negativt, vilket i sin tur kan generera en känsla av utsatthet och till slut även en utslagning (Thedin-Jakobsson, 2005).

Idrottsläraren kan med hjälp av värdegrunden skapa en motiverande och accepterande miljö där varje individ känner sig trygg, behövd och tar ansvar (Thedin-Jakobsson, 2005). Skolans demokratiska uppdrag och dess värdegrundsarbete handlar om att skolan ska förmedla samt hos eleverna förankra den värdegrund som formuleras i läroplanen, dvs stärka de demokratiska värdena hos eleverna, både som individer och som grupp (Skolverket, 2000). *"Verksamheterna ska präglas av öppenhet, delaktighet och samverkan. Respekten för individen är viktig. För att agera rätt enligt demokratins grunder: respekt för varje människas egenvärde, människolivets okränkbarhet, individens frihet och integritet, jämställdhet mellan kvinnor och män, solidaritet med svaga och utsatta. Alltså empati, solidaritet, engagemang och ansvar som sträcker sig över egenintresset"* (Orlenius, 2001 s 27). Etik och moral är viktiga begrepp som är knutna till värdegrunden. Ordet etik kommer från grekiskans etos och betyder regler och ordet moral härstammar från latinets mores och betyder seder (Orlenius, 2001). Enligt Orlenius (ibid) så är etikens uppgift att hjälpa oss som individer att agera på ett ansvarsfullt sätt. Genom begreppet värdegrunden ska skolan skapa en miljö som accepterar allas lika värde, barns såväl som vuxnas. Alla ska känna sig trygga och ha en positiv och respektfull syn på varandra och sin omgivning (ibid).

Idrottsämnet handlar ju om mer än bara inläring av färdigheter. Som lärare i idrott och hälsa har man i sin undervisning nästan en unik möjlighet att lära sina elever hur de fungerar som fysiska, sociala och emotionella individer (Annerstedt m fl., 2001). Genom att man som idrottslärare arbetar aktivt med värdegrunden i sina klasser hjälper man till att stärka individens sociala kvaliteter som att visa hänsyn och respekt för varandra, förmågan att samarbeta och visa ödmjukhet (Thedin-Jakobsson, 2005). Idrott och hälsa lektionerna ska genomsyras av att alla hjälper varandra, ett socialt samspel där man är tolerant och uppskattar andras färdigheter (Pettersson & Åberg, 2009). Om t ex en elev är duktig och behärskar något moment bra i ämnet, kan denne träna sin sociala förmåga genom att hjälpa de elever som inte är fullt lika bra. Den elev som inte är fullt lika bra i ett moment kan träna sin sociala förmåga genom att acceptera hjälpen från en annan elev, som kan utföra momentet bättre (Andersson & Terne, 2008).

3.3.3 Vad styr innehållet i idrott och hälsa undervisningen?

Idrott och hälsa ska ge alla elever en möjlighet att utveckla ett bestående intresse för fysisk aktivitet (Skolverket, 2000). Som lärare måste man ständigt motivera eleverna till lärande, vilket inte alltid är enkelt. Idrottsläraren måste t ex kunna väcka någonting hos omotiverade elever. För dessa behövs en slags drivkraft som får dem att vilja och känna ett behov av aktivt deltagande under idrottslektionerna (Engstrand, 2009). För att elever ska fortsätta att känna lust, vara intresserade och motiverade behövs en variation av övningar som dessutom är lagom utmanande

(Annerstedt, 2007). *"Man bör skapa en känsla av angelägenhet under lektionen och med det menar jag att eleverna måste uppleva innehållet som så motiverande att de verkligen vill anstränga sig och jobba mot uppställda mål"* (Annerstedt, 2007, s 137).

Som idrottslärare har man i uppgift att ge förutsättningar för ett lärande inom ämnet Idrott och hälsa, där ämnets innehåll är styrt av läroplaner och kursplaner. Om man ser till det ämnesinnehåll som presenteras inom ramen för undervisningen så är det läraren i idrott och hälsa som ansvarar för att alla elever ges möjlighet att utveckla sin förståelse, sina färdigheter och kunskaper (Sandahl, 2005). Idrott och hälsa som ämne ska ge alla elever möjlighet att utveckla kunskaper om sambandet mellan välmående/utveckling/lärande och fysisk aktivitet (Myndigheten för skolutveckling, 2005).

Trots detta finns det studier som visar att idrottsläraren i sin undervisning inte tar hänsyn till alla elever när det kommer till förberedelse och genomförande av lektionspass. Redelius (2004), Andersson & Terne (2008) och även Pettersson & Åberg (2009) skriver att elever fortfarande upplever många moment och övningar inom idrott och hälsa som resultatbaserade (hur långt man hoppar, vem som vinner matchen o s v). Elever med positiva erfarenheter från idrottslivet (medlem i förening etc) har inga problem med detta, medan elever som står utanför föreningslivet och inte rör sig i samma omfattning, intar en mer passiv hållning, vilket i sin tur kan leda till att elever som saknar det "naturliga" intresset för ämnet blir än mer utsatta (Andersson & Terne, 2008).

Både Eriksson m fl. (2002), Redelius (2004) samt Sandahl (2005) har i sina studier konstaterat att bollspel är den aktivitet som är vanligast förekommande inom idrott och hälsa. Även om flertalet elever förefaller få ett gott utbyte av ämnet finns en annan situation för ett inte obetydligt antal elever som på grund av olika problematik är fysiskt inaktiva i skolan och även på fritiden. Forskning har visat att idrottsämnet i skolan alltmer liknar föreningsidrotten och att olika typer av bollspel dominerar (Ericsson, 2005). Eftersom bollspel står för en så dominerande del så kan de bollspelspass som genomförs på högstadiet ge elever som varit aktiva inom något bollspel under lång tid, en väldig fördel gentemot den andel elever som varit mindre aktiva (Redelius, 2004). Ju äldre man blir desto större blir glappet mellan dessa båda grupper när bollspel står på agendan, såväl kunskaps- som inställningsmässigt (ibid). Följden blir att de elever som behöver ämnets två veckopass allra mest känner sig än mer osäkra, dåliga och uttråkade och deras negativa inställning till ämnet riskerar att förstärkas ytterligare (ibid). För elever som inte är aktiva i någon förening kan lagidrotter som utövas på idrottspassen tillsammans med föreningsaktiva elever ses som ett hinder (Engstrand, 2009). I en studie gjord av Lake (2001) visade det sig att elever som inte var intresserade av lagidrotter hade en negativ inställning till ämnet idrott och hälsa. Dessa elever upplevde en känsla av otillräcklighet, kände sig tvungna att delta och de upplevde även att de fick en negativ återkoppling från idrottsläraren (Engstrand, 2009). Sandahl (2005) har i sin avhandling skrivit om läroplanen och kursplanernas betydelse för idrottsundervisningen i skolan under 1900-talets andra hälft. Han jämför idrottsämnets målbeskrivningar och dess innehåll i läroplaner och kursplaner med idrottslärares egen uppfattning kring detta. Om man ser till målbeskrivningarna delade man i stort läroplanens värdegrund medan idrottslärares undervisning främst under denna tid riktades mot bollspel, friidrott, gymnastik och fysisk träning. Detta samtidigt som läroplanen förespråkade en mer varierad undervisning (Sandahl, 2005). Det som påverkat idrottslärares val av aktiviteter under dessa år är tillgång till lokal och material samt inflytande från organisationer som

Riksidrottsförbundet och föreningsidrotten. Många idrottslärare har under denna tid haft en bakgrund inom föreningsidrotten, vilket också påverkat planering och lektionsupplägg av idrottsundervisningen. Elevernas egna idrottande har också påverkat idrottsundervisningens innehåll. Idrotter som varit populära hos barn och ungdomar på fritiden har även fått stor plats under idrottspassen i skolan, vilket ytterligare förklarar varför bollspel har och haft så stor plats inom idrott och hälsa ämnet (Sandahl, 2005). En slutsats av detta är att idrottsundervisningen anpassats efter dem som redan varit aktiva på fritiden i någon idrott. Detta har fått till följd att elever som behövt idrottspassen i skolan mest, de fysiskt inaktiva, har varit de som haft minst att säga till om när det kommer till idrottsundervisningens innehåll (Sandahl, 2005).

3.4 Tidigare forskning som är relevant för våra frågeställningar

3.4.1 Fysisk inaktivitet

Den fysiska inaktiviteten bland barn och ungdomar bara växer, både i skolan och på fritiden och de som är fysiskt inaktiva under skolans idrottspass är också fysiskt inaktiva under fritiden och vice versa (Larsson och Meckbach, 2007). Eftersom vi valt att studera detta problemområde inom ramen för idrott och hälsaämnet, ska vi i den vidare genomgången som vi tar upp, visa på hur man i ämnet idrott och hälsa behandlat och berört begreppet fysisk inaktivitet.

Det blir färre elever som deltar aktivt på idrottspassen ju högre upp i stadierna (grundskolans senare del) eleverna kommer. Spontanidrottandet på fritiden, som förr var vanligt förekommande, har till stor del upphört och dagens ungdomar är i genomsnitt mindre fysiskt aktiva (Larsson och Meckbach, 2007). Allt fler forskningsstudier kommer fram till samma resultat, dvs att barn och ungdomar rör sig allt mindre (Larsson och Meckbach, 2007). För de som inte deltar i den ordinarie idrottsundervisningen, är det vanligast att undervisande idrottslärare erbjuder promenader (Jacobsson, 2005). Enligt en undersökning vid GIH är promenader en av de aktiviteter som elever i år 6 och 9 tycker allra sämst om (Meckbach, 2005).

Enligt WHO är fysisk aktivitet (bland annat att delta under idrottspass) avgörande för en persons hälsa och välbefinnande. Följden av fysisk inaktivitet kan bli att än fler drabbas tidigare av benskörhet, övervikt, fetma och hjärt-, kärlsjukdomar etc. På senare tid har man globalt sett en kraftig ökning av icke överförbara sjukdomar, såsom hjärtsjukdomar, diabetes och cancer. En av de största riskfaktorerna för att utveckla dessa icke-smittsamma sjukdomar är de som inte får tillräckligt med fysisk aktivitet (Folkhälsoinstitutet, 2005).

3.4.2 Nationell utvärdering (NU-03)

Eriksson m fl (2003) utförde på uppdrag av Skolverket en nationell utvärdering (NU-03) av ämnet idrott och hälsa. Utvärderingen bestod bl a annat av lärarenkäter, elevenkäter, lärarintervjuer, specialarbets- och läroplansanalyser. Inom ramen för denna uppföljning har elever vid 20 grundskolor besvarat en enkät, som beskrivit elevernas bakgrund, inställningen till skolämnet, frågor om vad de lärt sig inom ämnet, om bedömning och om påverkan, inflytande, samverkan och deltagandet samt frågor om hälsa och levnadsvanor. Totalt deltog 946 elever varav hälften flickor och hälften pojkar. Från skolår 9 var det 107 flickor och 106 pojkar som deltog i enkäten. Intervjuer med 53 lärare från skolår 7 till gymnasiet genomfördes också

(Eriksson m fl, 2003). Vi har valt att redovisa valda delar som är relevanta för vår uppsats dvs hur problemet med fysisk inaktivitet belystes.

I utvärderingen framkom det att lärarna i idrott och hälsa på grundskolan inte upplevde frånvaron av elever på sina lektioner som något problem, vilket dock gymnasielärarna gjorde. Detta trots att det var en större andel av eleverna i grundskolan, än på gymnasiet som inte uppfyllde målen för ämnet (7,3% mot 5%). Vid analysen av specialarbeten för skolår nio kom man fram till att lärarnas främsta motiv med ämnet idrott och hälsa var att "skapa ett bestående intresse för fysisk aktivitet hos eleverna". Det som idrottslärarna främst vill lära eleverna var att ha roligt genom fysisk aktivitet (Eriksson m fl, 2003).

I skolår 9 var det sju av tio pojkar som alltid ansträngde sig och var med på idrotten. För flickornas del var det bara knappt hälften, tre av tio som alltid var med och ansträngde sig. Man såg i denna omfattande studie att det var samma elever, oavsett om man var pojk eller flicka, som rörde sig på idrottspassen i skolan som också rörde sig på fritiden (Eriksson m fl, 2003). Andra intressanta iakttaganden från denna studie var att av de fysiskt inaktiva eleverna i skolår 9 kände sig en av fyra dåliga och klumpiga på idrott och hälsa lektionerna. En tredjedel av dessa elever sade sig inte vilja byta om med de andra, en siffra som enligt NU-03 ökat sedan den nationella utvärderingen 1992 (NU-92) (Eriksson m fl, 2003).

3.4.3 Flygande tillsyn i ämnet idrott och hälsa

Skolinspektionen gjorde den 22 april 2010 en flygande tillsyn i ämnet idrott och hälsa. 172 grundskolor i 69 kommuner runt om i landet, fick under en dag, besök av inspektörer från Skolinspektionen, för att granska undervisningen i ämnet idrott och hälsa. Besöken gjordes oanmält och totalt granskade Skolinspektionen 304 lektioner vilket omfattade 7623 elever i årskurserna 7-9.

Tillsynen fokuserade på vilka aktiviteter som förekom under lektionerna, närvaron, det aktiva deltagandet och om läraren hade utbildning avsedd för undervisning i ämnet idrott och hälsa.

Utifrån de begränsningar i tid som fanns för inspektörerna valde Skolinspektionen skolor med så stor spridning som möjligt. Detta medför emellertid att det inte är ett statistiskt slumpmässigt urval, varpå inga generella slutsatser kan dras.

Resultatet från de besökta lektionerna visar att aktiviteter som bollspel och bollekar är klart dominerande (65 %). Andelen lektioner innehållandes styrkeövningar, fria rörelseövningar och redskapsgymnastik uppgick till 31 % tätt följt av diverse konditionsövningar (27 %). Rörelseövningar (typ Friskis&Svettis) samt dans, friidrott, simning och livräddning, friluftsliv och orientering förekom på 20 % av lektionerna. Estetiska rörelser uppgick till endast 1 %. Flera olika aktiviteter förekom på samma lektion och i snitt förekom det två aktiviteter per lektion (Skolinspektionen, 2010).

Beträffande närvaron och det aktiva deltagandet under de besökta lektionerna framkom det att det är endast 26 % av lektionerna som alla som kan delta i lektionen, också gör det. 14 % av totala antalet elever som skulle kunnat vara med noterades inte delta eller deltog i ringa omfattning. Drygt hälften av dem var flickor. I snitt var det tre elever per lektion som inte deltog men antalet

varierar kraftigt. Vid en fjärdedel av lektionerna deltog alla elever. När det gäller aktivt deltagande i lektionen visade tillsynen marginella skillnader mellan pojkar och flickor.

Andra resultat från den flygande tillsynen visade att de undervisande lärarna uppgav att 2 % av eleverna var befriade från undervisningen. Dock fanns det stor osäkerhet hos idrottslärarna huruvida det fanns något formellt beslut på befrielse. Avslutningsvis visade resultaten att 87 % av lärarna, på de granskade lektionerna, hade utbildning för att undervisa i ämnet i idrott och hälsa (Skolinspektionen, 2010).

3.4.4 Riksidrottsförbundet

Riksidrottsförbundet genomförde 2007 en studie där 500 skolor över hela landet besvarade en enkät om idrott och hälsa i skolan. Antalet skolor i studien representerade cirka 15 procent av landets grundskolor. Resultat från studien visade att ca 80% av skolorna var av uppfattningen att idrottsämnet är ett ämne för alla elever i skolan. När det gällde elevfrånvaro i ämnet idrott och hälsa svarade en tredjedel att det inte handlade om någon speciell kategori elever. I var femte/sjätte skola bestod elevfrånvaron av ungefär lika delar flickor, överviktiga samt medicinskt befriade. Elevinflytandet på landets skolor ansågs i denna studie som god. I två tredjedelar av skolorna tog man i viss eller hög grad hänsyn till elevernas åsikter och synpunkter. Ingen skola tycktes helt nonchalera elevernas åsikter. Hela 75% av skolorna ansåg att eleverna erbjöds goda möjligheter att prova på olika moment och aktiviteter under idrottspassen i skolan (Riksidrottsförbundet, 2007).

3.4.5 Sätt Sverige i rörelse

Statens folkhälsoinstitut genomförde 2001 en studie om skolan som en del av projektet "Sätt Sverige i rörelse". Syftet med studien var att förstå och tolka hur fysisk aktivitet främjas och integreras i skolan (Strandell m fl., 2001). En enkätstudie genomfördes i 24 grundskolor och 24 gymnasieskolor. Intressanta resultat som man kom fram till i denna studie var bl a att elever rör sig allt mindre och att det är främst flickor från de senare skolåren som uteblir från idrott och hälsa undervisningen (Strandell m fl., 2001). Sett till frånvaron var den alltså högst hos flickor i grundskolan (15%) medan pojkarna i grundskolan hade den lägsta frånvaron (3%) (Strandell m fl. 2001). Ytterligare intressanta iakttaganden för vår studie var att 15% av eleverna i studien, oavsett kön, både i grundskolan och på gymnasienivå närvarade på idrottslektionerna utan att anstränga sig nämnvärt fysiskt. I grundskolan var det lika stor andel psykologiska och sociala som medicinska orsaker till att man inte deltog på idrottspassen, allt ifrån huvudvärk till skada och att de inte orkade eller ville byta om med andra (Strandell m fl., 2001).

3.4.6 Negativt inställda elever inom idrott och hälsaämnet

Redelius (2004) genomförde under 2001-2002 en studie där både fysiskt aktiva och inaktiva elever inom idrott och hälsa fanns representerade. Syftet med studien var bl a att *"Få en fördjupad förståelse av vad i ämnet idrott och hälsa som påverkar ungdomars inställning till ämnet samt diskutera konsekvenserna av detta"* (Redelius, 2004, s 1). Enkäter besvarades av 677 elever ur skolår 8 och 9 och dessutom genomfördes 40 st intervjuer med både fysiskt aktiva och inaktiva elever. Beaktansvärda resultat i denna studie var bl a att negativt inställda elever till ämnet idrott och hälsa upplevde sig ha en dålig självbild och låg tilltro till sin egen förmåga. De

inaktiva eleverna i studien upplevde att de inte hade något särskilt stöd hemifrån, eftersom deras föräldrar inte såg på ämnet idrott och hälsa som särskilt viktigt. Dessa elever är inte heller medlemmar i någon idrottsförening och de rör sig inte särskilt mycket under idrottslektionerna eller på fritiden. De inaktiva eleverna i studien uppfattade inte sig själva som personer som blir andfådda flera gånger i veckan (Redelius, 2004).

Berglund (2005) genomförde en intervjustudie kallad "Varför vill inte du hoppa bock?". I studien intervjuades elever bl a om orsaker till varför man skolkade och hur de påverkades av det bemötande de fick från idrottsläraren i skolan. Enligt de intervjuade i studien var de främsta orsakerna till deras frånvaro på idrottspassen att de kände en rädsla i att göra fel samt att de ville undvika risken att få negativa kommentarer från klasskamrater. Andra orsaker som nämndes av flera var att ämnet var tråkigt, ointressant och stressigt (ibid). Majoriteten av de deltagande i studien ansåg att idrottsläraren spelade en viktig roll i deras upplevelser av idrottspassen, främst när det gällde att motivera dem och försöka att ändra deras uppfattning kring ämnet. Alla elever upplevde att idrottsläraren gjorde väldigt lite för att ta tag i frånvaroproblematiken. Till en början ifrågasattes frånvaron, men efter ett tag upplevde de intervjuade eleverna att idrottsläraren blev likgiltig inför deras situation (Berglund, 2005).

3.4.7 Fysisk aktivitet och hälsa

I ett samarbetsprojekt från 2001 som gick under namnet "Fysisk aktivitet och hälsa" (ett samarbete mellan Gymnastik- och Idrottshögskolan, Lärarhögskolan i Stockholm, och Karolinska Institutet, Stockholm), samlade man in data från 2000 barn som gick i trean, sexan och nian i 48 slumpvis utvalda skolor från hela landet. De undersöktes medicinskt, fysiologiskt, sociologiskt och pedagogiskt (Engström, 2005). Eftersom vi med denna uppsats lagt vårt fokus på högstadiet så redogör vi bara för resultat från studien som innefattar denna kategori.

Man undersökte bl a den sammanlagda fysiska aktiviteten i skolan, under fritid inkluderande gång och cykling. För att få reda på någonting om nivån för alla sammanlagda fysiska aktiviteter räknades även aktiviteter som att gå och cykla till skolan, skolans idrottsundervisning och annat som deltagarna uppgivit. Alla aktiviteter poängsattes. Poängskalan innebar att 3 poäng kännetecknade mycket låg aktivitet. I denna undersökning utgick man från att man varje dag skulle hålla på åtminstone en halv timme med måttlig aktivitet och därtill bli ordentligt ansträngd två gånger i veckan. Att man cyklade till skolan, var med på skolgympan samt tränade två gånger i veckan var tillräckligt. Då var man uppe i 6 poäng, en siffra man borde uppnå för att vara så fysiskt aktiv som är bra för en god hälsa (Engström, 2005).

Sammanlagd fysisk aktivitet i skola, under fritid inkluderande gång och cykling (skolår 9)

Aktivitetsnivå	Andel flickor	Andel pojkar
Mycket låg aktivitet, 0-3 poäng	15%	15%
Låg aktivitet, 4-5 poäng	26%	18%
Medelhög aktivitet, 6-8 poäng	35%	33%
Hög aktivitet, 9-10 poäng	13%	18%
Mycket hög aktivitet, 11-15 poäng	11%	16%

(L-M Engström, 2005)

I sammanställningen ovan kan man utläsa att många flickor (ca 40%) och pojkar (ca 33%) inte når dessa poäng vilket betyder att många barn hamnar utanför det minimala aktivitetskravet (ibid). Det som enligt Engström karaktäriserar fysiskt inaktiva barn är att de väldigt sällan är med i en idrottsförening, betyget i idrott och hälsa är oftast lägre. Men dessa barn uppvisar även lägre betyg i det mer teoretiska ämnesblocket. *"Det finns en föreställning om att de som inte är så duktiga i skolan kompenserar det med att vara duktiga i idrott. Men så är det inte. De har sämre ekonomisk standard, de har oftare, i alla fall gäller det flickorna, invandrarbakgrund och de har färre vänner som ägnar sig åt idrott. De har få idrottsliga färdigheter som att simma, åka skridskor och skidor. De har sämre motorik och fysisk kapacitet och upplever sig ha sämre hälsa"* (Engström, 2005, s 8).

De fysiskt inaktiva barnen går enligt Engström att definiera även socialt. Inom idrott och fysisk aktivitet finns det gott om "tillhörigheter" i form av lag, föreningar och skolidrott m m. Kommer man utanför denna gemenskap riskerar man som individ att försämra sin självkänsla och sitt självförtroende. Man riskerar också att drabbas av negativa reaktioner som nedstämdhet, brist på koncentration etc, när fysisk aktivitet kommer på tal eller när man kommer till en idrottslig arena (Engström, 2002).

Barn och ungdomar som inte idrottar kontinuerligt fortsätter att öka och dessutom har spontanidrotten minskat kraftigt sedan 1980-talet (Larsson och Meckbach, 2007). Marklund och Danielsson (2000) genomförde 1997/98 en enkätundersökning av elevers hälsovanor där man visade på ett ökat antal fysiskt inaktiva elever i år 9. I undersökningen deltog ca 1150 niondeklassare runt om i landet. Sett till enbart flickor som inte tränade regelbundet hade dessa under en fyraårsperiod fördubblats (Marklund & Danielsson, 2000). Enligt denna undersökning så täcker inte heller idrottsundervisningen i skolan de behov av rörelse, koordination och motorik som varje individ behöver (Marklund & Danielsson, 2000). Även Engström (2005) menar att "negativa" förändringar inom barn- och ungdomsidrotten pågått ända sedan slutet av 1960-talet. Exempel på detta är den markanta minskning av fysisk aktivitet utanför föreningslivet för barn och ungdomar. Idag specialiserar sig barn och ungdomar tidigare (fokuserar på en idrott), vilket ställer större krav på prestation och träning inom föreningsverksamheten. Detta kan i sin tur leda till att fler barn riskerar att slås ut redan i unga år. Resultatet blir att färre barn idrottar och man segregeras tidigt, både socialt och ekonomiskt (Engström, 2005).

3.4.8 Skolhälsovården

Skolöverläkare Görel Bråkenhielm (2008) skriver i "Ingen gympa för mig" att det finns många skäl till att ämnet idrott och hälsa har ett nära samarbete med skolhälsovården. Skolhälsovården blir ofta inkopplade när det gäller att stödja och utreda elever med olika problematik. Inom idrott och hälsa kan elever som inte deltar aktivt under idrottspassen eller inte deltar överhuvudtaget bli aktuella för utredning av skolhälsovården. Samarbetet leder bl a till att skolhälsovården blir delaktiga i bedömningen av dessa elever, vilka ofta behöver en mer individualiserad och tillrättalagd undervisning. Skolhälsovården förväntas också retroaktivt kunna bedöma om det finns medicinska orsaker till långvarig frånvaro från idrottspassen (Bråkenhielm, 2008).

För att söka ytterligare svar på kopplingen mellan idrottsämnet och skolhälsan gjorde skolhälsovården i Stockholm 2005/06 en studie, där man undersökte vilka skälen var, för en elev i år 8 och åk 1 på gymnasiet att inte delta på skolidrotten (Bråkenhielm, 2008). Syftet med undersökningen var att se vilka individ- samt skolmiljömässiga faktorer som kunde tänkas vara kopplade till att elever inte deltog i ämnet idrott och hälsa eller att de riskerade att inte få betyg i ämnet. Aktuella elever för undersökningen var därför de elever som inte hade betyg i ämnet eller riskerade att inte uppnå målen. I år 8 identifierades 257 av 4800 elever (5,4%) som inte godkända (IG) elever i ämnet idrott och hälsa. Samtliga av dessa elever erbjöds en skolläkarkontakt för samtal och undersökning kring frågor som bl a rörde trivsel i skolan (fysiskt, psykiskt och socialt) betyg, skolk, magont, huvudvärk samt idrott i skolan och på fritiden. Dessutom ställdes frågor som handlade om eleven kände sig tillfreds med sin vikt, längd och pubertetsutveckling m.m. Body mass index (BMI)-data insamlades från dessa elever för att jämföras med skolhälsojournalens BMI-kurva. För barn är BMI>25 klassat som övervikt och BMI>30 som fetma (Bråkenhielm, 2008).

De skolmiljömässiga faktorer som hade störst betydelse för dessa elever var idrottslokalens och duscharnas utformning. Även utbudet av aktiviteter eller när på dagen idrottspasset var placerat spelade in. Om man ser till individfaktorer framkom det i denna studie att 30% av eleverna i år 8 med risk för IG i ämnet idrott och hälsa rapporterades ha någon form av funktionshinder. 16% hade inlärningsproblem som dyslexi, ADHD, svag begåvning etc. 9% hade det svårt fysiskt p g a nedsatt hörsel, skolios, astma eller hjärtfel. 5% bar på psykiska funktionshinder som psykisk sjukdom eller anorexia. Resultaten från denna studie visar att elever som riskerar att inte få betyg i idrottsämnet ofta visar upp en större sårbarhet samt en mer omfattande problematik kring sin egen person än elever med betyg i ämnet. En annan individfaktor som tycks vara av betydelse för betyget IG i ämnet idrott och hälsa är övervikt och fetma. Bråkenhielms m fl studie visar att ca 32 % av elever i år 8 var överviktiga eller feta vilket är högre än i den grupp som får betyg (ibid). De överviktiga eleverna i denna studie uppfattar ämnet som alltför tävlingsinriktat och de gillar inte den jämförelse som görs av både kroppar och prestationer i ämnet. Det förstärker bara deras negativa syn av ämnet och bidrar till att de inte väljer att delta (Bråkenhielm, 2008). Detta antyder också att skolan och idrottsämnet inte kan möta dessa elevers specifika behov (ibid). I en miljö där kroppar och kroppsliga prestationer jämförs finns det en risk att elever med dålig självbild far illa, vilket ställer stora krav på idrottsläraren som genom läroplan och kursplan utformar ämnet och dess innehåll (Bråkenhielm, 2008).

I Bråkenhielms m fl studie från 2005/06 genomfördes även intervjuer med lärare i idrott och hälsa. Lärarna fick bl a besvara frågan *om vad man gör för att stödja elever med IG-varning i*

idrott och hälsa? De mest frekventa svaren från lärarna i idrott och hälsa i studien handlade i nämnd ordning om vikten av involverande mentorer, upprättande och uppföljning av åtgärdsprogram, förekomsten av samundervisning, elevhälsateam samt specialgymnastik. På frågan *vilka kriterier påverkar betyget?* svarade majoriteten att närvaron och elevens prestation var avgörande (Bråkenhielm, 2008). En av studiens konklusioner var att deltagande i idrottsämnet beror på individuella faktorer. Hur dessa hanteras av idrottslärarna och (övriga skolan) blir avgörande för om man som elev deltar eller inte. Betygsättning, lokalernas läge och utformning samt hur idrottsläraren organisatoriskt kan lösa ett individuellt och flexibelt lärande påverkar också. Att inte delta på idrottslektionerna är en riskfaktor och ofta ett första steg mot en vidare skolkutveckling (Bråkenhielm, 2008).

3.4.9 Motivera elever i ämnet idrott och hälsa

En betydande faktor för en fungerande undervisning i idrott och hälsa (att t ex få igång fysiskt inaktiva elever) är motivation. I studien "Motivation inom idrott och hälsa" av Berglund & Sjödin (2004) angav idrottslärarna i undersökningen att kontakten med eleverna var viktig, kunna ge positiv feedback och lyfta fram de svaga eleverna för att hjälpa till att stärka deras självkänsla. Att erbjuda eleverna ett positivt klimat där mål av realistisk karaktär sattes upp ansågs också som viktigt (Berglund & Sjödin, 2004). Exempel på hur man kunde öka motivationen hos eleverna var att använda sig av musik under passen, gruppera eleverna efter individuell nivå eller efter intresse. Vidare så ansåg också idrottslärarna i studien att det var viktigt att göra eleverna uppmärksamma på vad en dålig kosthållning och inaktiv livsstil kan innebära (Berglund & Sjödin, 2004).

I undersökningen "Hur man engagerar omotiverade elever" av Karlsson m fl. (2008) ansåg idrottslärarna att motivationsarbetet var den största utmaningen i yrket. Viktigast för att få igång omotiverade och inaktiva elever var enligt idrottslärarna i studien att man samtalande med elever och även med deras föräldrar. Vidare så upplevde dessa idrottslärare att om man gav dessa elever möjlighet till ett eget omklädningsrum blev effekten att närvaron ökade på idrottspassen. Man kom även fram till att det var fördelaktigt för deltagandet om man kunde erbjuda dessa elever alternativa uppgifter eller aktivering i mindre grupper. Vanligaste orsaken till att man inte var med under idrottspassen trodde lärarna i undersökningen berodde på lättja eller att man kände sig obekväma (Karlsson m fl. 2008).

4. Metod

4.1 Val av metod

I föreliggande studie valde vi att arbeta med både en kvantitativt och kvalitativt inriktad ansats där datainsamling och analys syftar till att öka förståelsen för de fenomen som studeras. Dessa fenomen kan t ex vara känslor och upplevelser som inte är mätbara. En naturlig metod för att på bästa sätt skildra en människas erfarenheter är alltså att använda sig av intervjuformer som tränger djupare och där intervjupersonerna har möjlighet att utveckla och fördjupa sina svar. (Wallén, 1996). Kvale och Brinkmann (2009) är av samma uppfattning och menar att intervju är en lämplig metod om man vill studera människors upplevelser och uppfattningar då vi genom samtal får kunskap om varandras erfarenheter.

Vid kvalitativ metod byggs oftast kunskapen upp induktivt kring det fenomen som valts att studeras, så även i denna studie, dvs när datainsamlingen är klar utvecklar man som forskare insikter och förståelser ur den insamlade datan. Det innebär i sin tur att det är från den erhållna datan man utgår och drar konklusioner (Patel & Tebelius, 1987). Inom kvalitativa forskningsansatser är det vanligt att man är intresserad av människors uppfattningar, i detta fall lärare i idrott och hälsa och deras uppfattningar om elever som inte deltar regelbundet i den ordinarie undervisningen samt vilka metoder och tillvägagångssätt man använder sig av för att nå dem.

Trost (2007) skriver att en kvantitativ studie är passande när man vill kunna ange frekvenser. Man bygger undersökningen på kvantifierbara data vilket innebär att forskaren utgår från frågor som; Hur ofta...?, Hur många...? och Hur vanligt...? Trost (2005) menar, något förenklat, att vid användandet av siffror så rör det sig om kvantitet. Dock behöver det inte uteslutande handla om siffror utan om forskaren uttrycker sig i termer som längre, fler eller mer och då är man inne på kvantitativt tänkande (ibid). Björkdahl Ordell (2007) beskriver att en kvantitativ metod är en mätbar metod som görs genom att samla in fakta. Detta sker lämpligast med hjälp av enkät eller observation. Materialet analyseras noggrant och redovisas ofta statistiskt.

Undersökningsmetoderna för vår studie har alltså varit såväl kvantitativa som kvalitativa eftersom bägge tillvägagångssätten lämpar sig för att besvara syftet och frågeställningarna. Huvudfokus ligger emellertid på den kvalitativa undersökningen, dvs intervjuerna. Enkäterna ger en bild av hur det ser ut på de utvalda skolorna men det är genom intervjuerna som vi verkligen får fram idrottslärares tankar och uppfattningar.

4.2 Datainsamling

Vårt undersökningsarbete inleddes allra först med en litteraturstudie för att åstadkomma en teoretisk referensram. Litteratursökningen har i huvudsak genomförts vid Göteborgs universitet (Pedagogen och Humanisten). Vi sökte i olika tidsskrifter, diverse böcker och flertalet databaser som Libris, Gunda, Sport discuss och artikelsök. De sökord vi fokuserade på var ”fysisk inaktivitet, omotiverade elever, negativa attityder till idrott och hälsa, idrottslärare och förhållningssätt”. Dessa sökord användes både på svenska och engelska i olika kombinationer och på författare som vi fått reda på hade undersökt, alternativt berört, vårt forskningsområde. Beträffande metoddelen i uppsatsen, sökte vi material genom sökord som validitet, reliabilitet, kvalitativ och kvantitativ metod.

Vidare valde vi två metoder att angripa vårt undersökningsområde. Det första steget var att samla in basfakta i ämnet genom att skicka ut en enkät till idrottslärare verksamma i tre kommuner, på skolor i grundskolans senare del. Enkäten innehöll frågor med såväl bundna svarsalternativ som öppna frågor. Detta gjorde vi för att skapa oss en bild av hur problemområdet kan se ut. Detta tillvägagångssätt stöds av Stukát (2005), som menar att enkäter kan vara en relevant metod om man vill nå fler människor.

Därefter baserade vi vår studie på semistrukturerade intervjuer i samtalsform med lärare i idrott och hälsa och dessa analyserades kvalitativt. En semistrukturerad intervju kännetecknas av att det ställs samma frågor i varje intervju, men att frågorna ställs i den ordning som förefaller naturlig (Patel & Tebelius, 1987). Vi genomförde intervjuer med sex idrottslärare ur samma

undersökningsgrupp som enkäten skickades ut till. Denna typ av intervjuer har oftast en låg grad av standardisering, eftersom det ges utrymme för den intervjuade att svara med egna ord (Patel & Davidsson, 2003). En intervjuguide skapades som vägledning för våra intervjuer bestående av frågor med anknytning till studiens frågeställningar. Detta sätt att intervjua gjorde det möjligt för nya och oförutsedda aspekter att dyka upp under intervjuens gång. Frågor formuleras också efterhand för att klargöra och fördjupa respondentens tidigare svar. Att vi valde att ta hjälp av intervjuer bottnar i att vi ville tränga bakom problemställningen och där en önskan fanns om att få fram en beskrivande och delvis analyserande uppfattning av de valda fenomenen.

4.3 Urval

Vår enkät skickades ut till alla verksamma idrottslärare (totalt 22 stycken) i grundskolans senare del, i tre kommuner i Västra Götaland. Att vi inriktade oss på kommuner i denna del av Sverige beror på att vi själva bor där eller i närheten, vilket rent praktiskt sparade oss en hel del tid.

Beträffande intervjuerna har ett strategiskt urval tillämpats, även kallat kriteriebaserat urval. Det betyder att deltagarna i undersökningsgruppen valts ut med anledning av att de besitter särskilda egenskaper. Utifrån ett antal kriterier valdes helt sonika sex stycken idrottslärare ut av de 22 vi hade skickat enkät till. Våra kriterier baserades på kön, tjänstens omfattning samt verksamma år inom yrket. Vi ville ha med tre män och tre kvinnor i undersökningen för få en jämn könsfördelning. Personerna skulle arbeta minst halvtid samt ha varit verksamma minst 5 år inom yrket. Detta för att det skulle finnas en viss yrkeserfarenhet att luta sig mot inom den valda studiens problemområde.

Trost (2005) skriver att vid kvalitativa studier vill man oftast få en så stor variation av människor som är möjligt. Metoden strategiskt urval har använts under lång tid runt om i världen och enligt Trost (ibid) är den ett utmärkt sätt att knyta till sig tillräcklig variation av människor att intervjua. I princip är metoden en garant för att man får tag på det som eftersöks. Med stöd av det resonemang som förs i denna källa, känns våra val av metoder lämpliga.

4.4 Genomförande

Med anledning av att spara tid samt geografiska aspekter valde vi bort möjligheten att arbeta i par och inriktade oss istället på att genomföra intervjuerna enskilt. Intervjuerna genomfördes i hemmiljö, antingen hos intervjuaren eller den intervjuade, alternativt på dennes arbetsplats. Detta för att skapa en lugn och trygg miljö utan risk för att bli avbrutna. Intervjuerna bandades med hjälp av en diktafon och det inspelade materialet omarbetades till text efter intervjun, för att lättare kunna analyseras. Innehållet i intervjuerna har inte ändrats.

Vår roll vid intervjuerna var att vara lyssnande och uppmuntrande och att inte styra och lägga ord i munnen på intervjupersonerna. Vi hade till hjälp en intervjuguide med olika teman som behandlade de centrala områden vi önskade täcka in i intervjun. Våra olika teman har hållits konstant och betades av i en särskild ordningsföljd, i de flesta fall formulerades följdfrågor efterhand för att uppmuntra, klargöra och fördjupa respondenternas tidigare svar. Intervjuerna var mellan 90 och 120 minuter långa. Våra enkäter skickades ut per post med ett frankerat svarskuvert att återsända enkäten i. I flera fall tvingades vi stöta på med flertalet påminnelser, vilket gjordes via e-mail.

4.5 Reliabilitet, validitet och generaliserbarhet

I Trost (2007) kan man läsa att reliabilitet (tillförlitlighet) innebär att en mätning är stabil utan påverkan av slumpinfluster. Reliabiliteten bestäms av på vilket sätt forskaren utfört mätningens procedur samt hur tillförlitliga och noggranna mätningarna är (Thomas & Nelson, 2001). Det finns fyra komponenter hos begreppet reliabilitet (Trost, 2007). Man brukar dela upp och beskriva dessa på följande vis.

- *Kongruens* handlar om likhet mellan frågor som avses mäta samma sak. Vid en enkätundersökning är kongruensen relevant. Man ställer ett antal frågor om ungefär samma företeelse för att på så sätt kunna få alla tänkbara nyanser (ibid). Både vad gäller vår enkätundersökning samt våra intervjuer så utformade vi likartade frågor med avsikten att mäta valt fenomen ur olika perspektiv.

- *Precision* har att göra med intervjuarens sätt att registrera svar. Det kan även vara hur deltagaren fyller i rutorna i ett enkätformulär. Alla våra intervjuer bandades med hjälp av en diktafon och i o m detta, kan konstateras att alla svar har registrerats på samma sätt. När det gäller enkäter så har forskaren en begränsad möjlighet att i förväg kontrollera tillförlitligheten (Patel & Davidson, 2003). I förebyggande syfte skickade vi med ett följebrev till enkäten för att minimera missuppfattningar samt var noga med frågornas formulering. Vi såg också till att det fanns ordentligt med utrymme för individen att svara på frågorna.

- *Objektivitet* är huruvida olika intervjuare registrerar samma sak eller ej. Om samma sak noteras är objektiviteten hög. Vi har tillsammans lyssnat igenom alla de bandade intervjuerna för att objektiviteten skall bli så hög som möjligt. Beträffande våra enkäter använde vi oss av samma tillvägagångssätt och analyserade den insamlade datan tillsammans.

- *Konstans* berör tidsaspekten samt förutsätter att t.ex. fenomenet eller attityden inte förändras (Trost, 2007). Vår datainsamling inleddes den 10 december 2009 och avslutades 19 mars 2010. Valt fenomen har inte förändrats utan hela tiden varit detsamma.

Med validitet (giltighet) menar man att frågan skall mäta det den är avsedd att mäta (ibid). Beträffande frågan om validitet inom kvalitativ forskning så fokuserar man på relationen mellan datamaterialet och tolkning som process och som resultat. Det är därför av stor vikt att man mäter det som är relevant i sammanhanget (Bjereld m.fl., 1999).

Vi arbetade fram våra enkätfrågor med viss hjälp av vår handledare. Hans synpunkter medförde vissa korrigeringar men till slut fick vi fram en färdig produkt och bestämde oss för att använda enkäten. Samma förlopp utspelade sig i arbetet med att skapa våra intervjufrågor (bilaga 1). Vi valde att fokusera på ett antal temaområden inom ramen för vårt undersökningområde. Inom varje område skapade vi sedan ett antal frågor som undersökte samma sak. När det gäller kvalitativa intervjuer menar Trost (2005) att man bör försöka komma åt hur människan tänker, handlar, resonerar och känner. För att i största möjliga mån kunna uppnå detta avsatte vi mycket tid till att arbeta fram intervjufrågor som håller sig inom ramen för det fenomen vi valt att undersöka. Detta arbete tog sin form i mailkorrespondens sinsemellan samt med vår handledare.

När det gäller begreppet generaliserbarhet i kvalitativa studier, så menar Patel och Davidson

(2003) att det oftast upplevs som problematiskt. En generalisering av framtaget resultat kan visserligen överföras från ett stickprov till en större population men då krävs det att urvalet sker systematiskt, vilket sällan är fallet i en kvalitativ studie (ibid). Vår studie är alldeles för liten i omfattning för att en generalisering skall kunna göras. Vi vill också avslutningsvis poängtera att det inte heller är syftet med studien.

Avslutningsvis skall poängteras att vi har mätt idrottslärares uppfattningar om valt fenomen. I och med att inga observationer har genomförts vet vi emellertid inte vad som faktiskt sker i undervisningssalen. Det är således lärarnas uppfattningar vi uttalar oss om och inte vad som rent faktiskt sker i salen.

4.6 Etiska aspekter

Inledningsvis, innan vi startade vår undersökning, genomförde vi något som kallas informerat samtycke (Kvale och Brinkmann, 2009). Det innebär att vi informerade undersökningspersonerna om syftet med undersökningen. Vidare berättade vi vilka som skulle få tillgång till intervjun och enkäten. Enligt (Stukat, 2005) ska de som berörs av studien informeras om att deltagandet är frivilligt och att de när som helst kan avbryta studien, vilket benämns informationskravet. Enkätundersökningen samt de intervjuer vi genomförde skedde med samtycke ifrån de personer som deltog. Deltagarna var medvetna om att det var frivilligt och att deras svar skulle förbli anonyma. Deltagarna hade också möjlighet att när som helst avbryta undersökningen. Genom både skriftlig och muntlig kommunikation framfördes överenskommelsen om anonymitet, i enlighet med konfidentialkravet (ibid). I vår strävan efter att skydda våra deltagare har inga namn använts och detsamma gäller alla de skolor som varit involverade i undersökningen.

5. Resultatbeskrivning

Inledning

Fortsättningsvis redovisas resultaten från enkäterna och intervjuerna med lärare i olika delar av Västra Götaland. Syftet med dessa har varit att undersöka hur lärarna arbetar med elever som inte deltar aktivt och kontinuerligt i idrott och hälsa undervisningen. Vi har valt att integrera enkäter och intervjuer i en gemensam resultatredovisning för att få en så utförlig bild som möjligt av valt fenomen. Resultaten kommer att redovisas under fem teman. Först ges en beskrivning av urvalsgruppen utifrån kön, ålder, utbildning och verksamhetsår inom yrket. Därefter följer en presentation av den analyserade datan, vilken kopplas ihop med de frågeställningar som preciseras i syftet. Den analyserade datan exemplifieras med hjälp av citat från lärarna och det hela avslutas med en sammanfattande kommentar.

5.1 Urvalsgruppen

Vi har i vår uppsats valt att tillfråga oss av lärare som arbetar på högstadiet. Totalt skickade vi ut 22 st enkäter, där 16 av lärarna svarade på enkäten. Bortfallet kan bero på enkätens utformning med många öppna frågor, vilket kan upplevas som tidskrävande. I studien ingick både kvinnliga och manliga lärare. De manliga lärarna i enkätstudien var mellan åldrarna 31 och 60 år med en medelålder på 44 år. Beträffande kvinnorna i enkätstudien så var den yngsta 34 år och den äldsta

56 år. Medelåldern bland kvinnorna var 43 år.

Vi utförde sex lärarintervjuer där ett strategiskt urval, från de som svarat på enkäten, tillämpades. Intervjusvar från samtliga lärare redovisas i resultatet med relativt jämn fördelning. Alla lärare citeras någon gång, ingen faller bort. Citaten är hämtade både från enkäterna och intervjuerna. När det gäller koppling mellan lärare och citat i resultatredovisningen så förkortas de med M31 (= man, 31 år) alternativt K56 (= kvinna, 56 år).

Här följer en redogörelse över de som deltog i intervjustudien, deras kön, ålder, antalet verksamma år som idrottslärare samt utbildning.

- Man på 35 år som arbetat 11 år som lärare och undervisat i idrott och hälsa. Utbildningen består av 120 p IDH + naturgeografi 40 p. (M35)

- Kvinna som är 34 år med 12 års erfarenhet av läraryrket. Utbildningen innefattar 120 p i idrott och hälsa. (K34)

- Man, 47 år gammal med 8 yrkesverksamma år bakom sig. Han har genomgått en ettämneshögskoleutbildning på GIH innehållandes 120 p i ämnet idrott och hälsa. (M47)

- Kvinna på 35 år med 5 års arbetslivserfarenhet som lärare i idrott och hälsa. Utbildningen består av idrott och hälsa 120 p samt matematik 40 p. (K41)

- Man på 51 år som arbetat 21 år som idrottslärare med en GIH-utbildning. Han har ämnesbehörighet för såväl idrott och hälsa som engelska. (M51)

- Kvinna på 41 år som arbetat 10 år som idrottslärare med en idrottslärarutbildning på 120p + 80p samhällskunskap, 40p historia samt 20p extra pedagogik. (K35)

5.2 Hur förhåller man sig som lärare i idrott och hälsa till elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen?

Enkäten innehöll vissa öppna frågor och lärarna har därför i denna fråga svarat ganska olika. Det som vi anser värdefullt att redovisa från enkätsvaren är att 6 stycken av lärarna anser att man i sitt förhållningssätt bör vara förstående och lyhörd gentemot dessa elever.

Av intervjusvaren att döma så anser idrottslärarna även här att det är viktigt att man i sitt förhållningssätt är mjuk och förstående, snarare än hård och principfast. Vad gäller själva undervisningen så har lärarna ett flexibelt arbetssätt. Man utgår från att alla elever kan genomföra delar av ett tänkt upplägg och på så sätt försöker man hitta lämpliga lösningar.

Lärarna anser sig vara ansvariga att få eleverna motiverade, men att det också innefattar fler personer än bara just läraren. Personal på skolan, vårdnadshavare osv, alla har en viktig funktion att fylla. Undervisande lärare framhåller också att elevens inre motivationen är en viktig del. Vissa av lärarna går inte in på djupet på hur man skall förhålla sig till denna kategori elever, utan konstaterar att man alltid har olika sorters elever och detta faktum får man hantera efter bästa förmåga.

Lärare M51 ger här sin syn på hur han förhåller sig till dessa elever:

De får försöka hanka sig igenom på bästa sätt. Det är inte så att jag släpper dem...jag har hela tiden koll på dem.

Lärare K41 har ett annat sätt att angripa fenomenet:

Jag utgår alltid från tanken att alla elever kan hjälpa till eller delta på ett eller annat sätt.

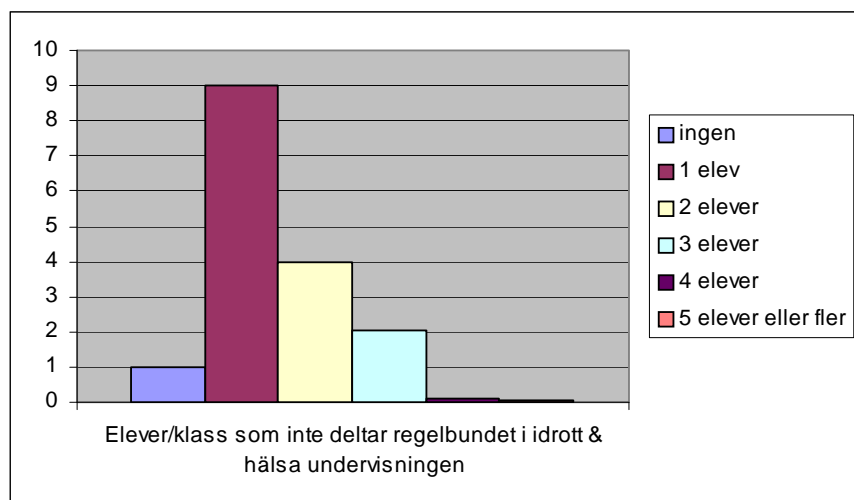
En tredje lärare, M47, hänvisar till att olika aspekter eller omständigheter kan påverka hur man förhåller sig till icke deltagande elever:

Ibland väljer jag att periodvis, släppa ansvaret...när man känner att insatsen inte ger effekt. Men ibland kan det även hänga ihop med att tidsramen inte gör det möjligt.

Ett första konstaterande är att lärarna anser sig ha ett flexibelt förhållningssätt till elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen. Man vill visa förståelse och vara lyhörd för elevens situation och försöker hitta lämpliga lösningar. Lärarna känner ansvar gentemot dessa elever men att ansvaret innefattar fler personer. Låt oss nu gå över till att studera hur lärarna uppfattar dessa elever.

5.3 Uppfattar lärarna elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen som ett problem?

Vi vill först redovisa hur många elever/klass som inte deltar kontinuerligt i den ordinarie undervisningen. Det visade sig att majoriteten av lärarna har en elev/klass som inte deltar regelbundet. Det fanns också flera lärare som hade 2 elever/klass som inte deltog i önskad utsträckning på idrott och hälsa lektionerna. Uppfattar då lärarna detta som ett problem?



Utifrån enkätsvaren kan man dela upp denna fråga i tre huvudkategorier. De flesta lärarna i denna studie anser att det är ett problem. Några tycker att det är lärarens problem att arbeta med dessa elever, att identifiera problemet. Några anser att det är eleven själv som är ägare av problemet och vissa av lärarna ser inte dessa elever som något problem överhuvudtaget.

Utifrån intervju svaren kan man se att orsaken till den uppfattade problematiken beror på och kan kopplas till flera olika saker.

Drygt hälften av lärarna är självkritiska och poängterar att det ligger på lärarens ansvar att arbeta med dessa elever för att identifiera problemet. Någon enstaka lärare lägger över problemet på eleven själv och talar i termer om ett framtida hälsoproblem. Ett par av idrottslärarna menar att man inte får se eleverna i sig som ett problem utan anser att det är en utmaning att nå ut till alla. Upplevda hinder att uppnå detta kan emellertid vara tiden och antalet elever, alltså de givna förutsättningarna.

En lärare tar upp en problematik som kan uppstå för övriga i gruppen. Läraren menar att när icke deltagande elever sitter på läktaren i form av åskådare, kan detta uppfattas som olustigt och känsligt för de elever som deltar. Läraren beskriver också ett problem där icke deltagande elever genom negativ påverkan kan få med sig andra elever att skolka från idrottsundervisningen.

En annan problematik för läraren är att man kan uppleva en press från rektorn eller vårdnadshavare, vilka strider för att eleven skall bli godkänd trots att det inte finns tillräckligt med underlag. Det finns också en del lärare (3 stycken) i studien som anser att det rör sig om så pass få icke deltagande elever och att det därför inte uppfattas som ett problem.

K56 är tydlig i sin ståndpunkt att problemet ägs av läraren och exemplifierar vad det kan innebära för henne:

Eftersom det är min uppgift att hjälpa dem, så kräver det en högre och annan insats av mig, än för de elever, som så att säga, klarar av själva deltagandet på egen hand.

Givna förutsättningar som antal elever och tiden, kan vara ett hinder för läraren att lyckas med sitt uppdrag att anpassa undervisningen för alla elever. Denna typ av problematik beskrivs av läraren K35:

Det kan vara ett problem beroende på att man har så många elever och inte har tid med alla. De som deltar vill också ha hjälp! Det är viktigt att veta varför just den specifika eleven inte vill delta. Detta kan ta tid, vilket blir ett problem...pga tidsbristen.

M31 tillhör kategorin lärare som lägger över ansvaret på eleven. Läraren ger en mer komplex bild av fenomenet, nämligen att övriga elever i gruppen löper risk att påverkas negativt av icke deltagande elever:

Självklart är det ett problem, mest för deras egen skull, att de inte får den utbildning och fostran som vi i skolan erbjuder dem under de tre år de går hos

oss på skolan. För gruppen som de tillhör så kan det också bli problem, då de kan få med sig andra elever till det sämre beteendet att inte delta i undervisningen. Det är enligt mitt tycke de eleverna som inte deltar i idrottsundervisningen som i regel behöver det mest, inte bara det fysiska arbetet som ingår, utan hela konceptet med att kunna jobba i grupp, visa hänsyn, se till sina kamrater osv.

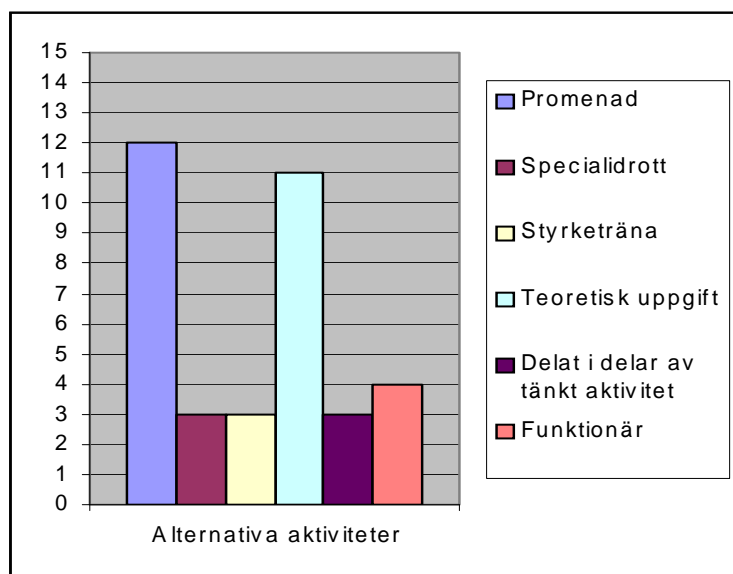
Sammanfattningsvis kan sägas att det föreligger många olika orsaker till varför icke deltagande elever uppfattas som ett problem. Allt ifrån hinder, alltså givna förutsättningar som tid och storlek på elevgrupper, till att läraren upplever press både uppifrån och utifrån att eleven skall bli godkänd. 2 av lärarna anser emellertid att det inte är ett problem, eftersom man upplever att det handlar om ytterst få elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen.

5.4 Hur motiverar läraren eleverna att delta och vilket innehåll och arbetssätt använder man sig av?

Genomgående svarar lärarna att det gäller att skapa en relation till eleven och försöka utgå från elevens perspektiv. En viktig del i detta är att föra många samtal, återkoppla och följa upp med positiv feedback. De flesta lärarna anser sig vara mycket flexibla vad gäller att hitta individuella lösningar och ändra i sin planering. Man pratar om att ta små steg och sätta upp små nåbara mål för eleven.

En annan sak som framkommer är att deltagande kan hänga ihop med vilken typ av aktivitet som erbjuds och hur den genomförs. Ett par av lärarna påtalar vikten av att tänka till hur lektionen skall genomföras. Några av lärarna talar om målet att skapa en accepterande miljö att vistas i, där eleverna inser att vi är olika och har olika behov.

Det undervisningsinnehåll som lärarna erbjuder dessa elever är såväl av praktisk som teoretisk karaktär. Enligt enkätsvaren så består det innehållsmässiga av följande (lärarna i studien har angivit fler än ett alternativ):



Rent innehållsmässigt kan man av enkäterna utläsa att det handlar om promenad och teoretiska uppgifter kopplat till någon lärobok i första hand. Även gym, funktionär, specialidrott eller att eleven gör vissa delar i en aktivitet förekommer också. Dessa var även de mest frekventa svaren om man ser till intervjuerna, men där togs även fram andra betydelsefulla aspekter som att det finns möjlighet till enskild dusch och ombyte. Här blir oftast lösningen lärarnas omklädningsrum.

Någon lärare påpekar också vikten av att vi måste hålla oss till vår kursplan. Ett par lärare ansåg att de lokala pedagogiska planeringarna bidrar till att vi når eleverna på ett helt annat sätt. Vilket innebär att de bästa eleverna förstår ännu mer och då är de också med och hjälper andra.

Lärare K34 förklarar här hur hon går tillväga i arbetet med att få icke deltagande elever att återgå till den ordinarie undervisningen:

Genom att skapa en relation, individualisera och jobba...följa upp med samtal. Jag försöker alltid ha ett flexibelt tänk och hitta lösningar för alla. Det kan vara promenader, gym eller att bryta ut uppgifter i ett tänkt upplägg.

M35 tillämpar anpassade uppgifter till icke deltagande elever och använder sig av samtal där beröm ges och motivation skapas:

Genom mycket samtal, försöker skapa en dialog, visa att man tror på personen i fråga, att allt är möjligt. Det gäller att ta små steg och visa uppskattning genom muntligt beröm. I starten kan det handla om någon form av alternativ aktivitet som kan tillämpas för att eleven inte skall bli helt stillasittande.

Vad gäller innehållet i undervisningen framhäver K41 vikten av variation. Dels ur ett ämnesperspektiv men även för att stimulera hela elevgruppen:

Det viktigt att visa på mångfald inom ämnet idrott och hälsa så att alla elevers intressen tillgodoses. Att bara köra bollsporter är inte så lyckat alla gånger.

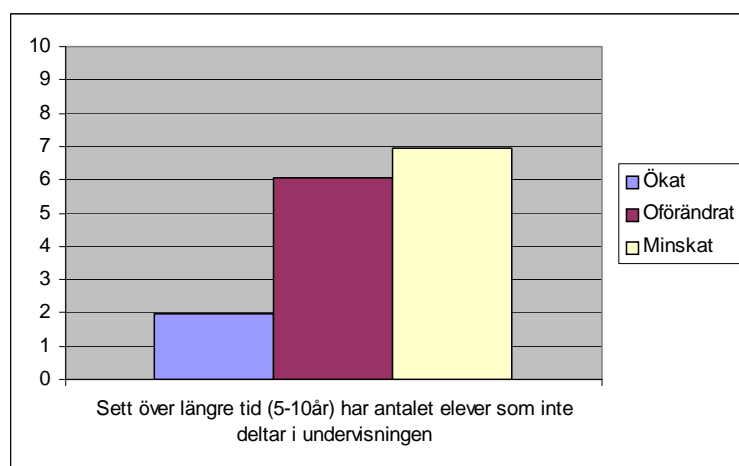
Lärare M42 lyfter fram vilka bakomliggande faktorer som kan påverka en elev till att inte delta i undervisningen samt föreslår olika tillvägagångssätt för att bryta ett negativt mönster:

De elever som inte har någon giltig orsak till att inte delta gäller det att hitta en personlig kontakt med. Att få dem att känna sig trygga med att vara med. Att inte pressa/ tvinga dem. Det finns oftast en osäkerhet och olustkänsla bakom deras vägran. Duschningen, ombytet, att misslyckas, riva, falla, att alla skall skratta etc. Här gäller det att hitta de moment där eleven känner att den kan, vill och vågar vara med till en början och sedan successivt bygga upp deras självförtroende och vilja. Nuförtiden står vi ju inte på ett långt led och tittar när de övriga hoppar över bocken. Man kan ju sysselsätta sig med olika moment samtidigt. Det gäller att utnyttja lokaler och årstider. Det är inte alltid man kan få en "vägrande" elev till att klara målen för betyg, men man kan få igång dem till att bli aktiva för att sedan klara målen längre fram. (M42)

En summering av framkommen data är att en stor del av lärarnas motiveringsarbete utgörs av relationsskapande strategier som samtal och positiv feedback, där ett förtroende sakta men säkert byggs upp mellan lärare och elev. De allra flesta av idrottslärarna anser sig vara flexibla i sitt sätt att arbeta för att tillgodose icke deltagande elevers kunskap. Innehållsmässigt handlar det om alternativa aktiviteter som gym, promenad eller delar av en tänkt aktivitet. I vissa fall gör eleven även teoretiska uppgifter ur en lärobok. Individuella lösningar samt vikten av att skapa relationer tycks vara lärarens metoder att rå på problematiken.

5.5 Hur har läraren i idrott och hälsa förändrat sin uppfattning kring dessa elever över tid?

När det gäller elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen så anser lärarna att den förändring som skett över tid (5-10 år) är oförändrad (6 stycken) eller så har den minskat (7 stycken). 2 lärare anser att den ökat.



Vad det gäller uppfattningen kring dessa elever över tid så kan man utifrån enkäterna konstatera att det förekommer två frekventa svar. Lärare som inte anser att de förändrat sin uppfattning eller tillvägagångssätt att hantera dessa elever över tid samt de som anser sig ha förändrat sin uppfattning.

Majoriteten (11 st) av lärarna i studien anser att någon form av förändring över tid har skett. Utifrån intervju svaren kan man se att lärarna i studien beskriver olika typer av förändringar som inträffat. Exempel som idrottslärarna lyfter fram är tydligare kommunikation mellan lärare samt elev och vårdnadshavare, där man blivit mer uppmärksam och följer upp på ett annat sätt jämfört med tidigare. Lärarna har även utvecklat sin förmåga att hitta individuella lösningar för varje individ.

Flera av idrottslärarna beskriver att det numera förekommer mindre lärarstyrning och istället mer utrymme åt individen att nå målen. Någon av de undervisande lärarna i idrott och hälsa menar att förståelsen för olika problem som barn kan uppleva, har ökat.

En annan idrottslärare berättar att det gäller att arbeta på lång sikt med eleven. Det gäller att ha tålamod och att det kan ta tid innan en förändring sker. 5 stycken av idrottslärarna anser emellertid att man inte förändrat sin uppfattning över tid utan att

det är likadant som tidigare.

Lärare M47 förklarar hur hans uppfattning kring dessa elever förändrats både vad gäller det egna tålamodet och att man måste tänka långsiktigt:

Upplever att man får mer tålamod ju äldre man blir. Förr kunde jag gå igång, ville snabbt ha en förändring...det blev ofta en stor apparat. Nu försöker jag arbeta på lite längre sikt.

Kommunikation, individanpassning och syftet med undervisningen för dessa elever är tre viktiga förändringar som lärare M35 lyfter fram:

Jag har blivit rakare och tydligare i samtalet med eleven. Det gäller även att hitta olika former för varje individ! Numera är jag mer ute efter att eleven skall få en positiv upplevelse, ett fortsatt intresse för fysisk aktivitet.

Lärare K41 påtalar vikten av att hitta kärnan till problemet och beskriver att hon fått en annan insikt kring olika typer av elever:

Att gå till botten med problemet är idag en självklarhet för mig, så var det inte förr. Då såg jag många av eleverna som "lata". Idag vet jag att det finns vissa elever som inte gillar idrott, men det är min skyldighet som lärare att locka fram det "lilla" eventuella som finns att bygga en relation till idrotten på.

Flertalet av de undervisande lärarna i idrott och hälsa beskriver att någon form av förändring har skett. Det kan röra sig om vikten av att eleven skall få positiv upplevelse med hjälp av ett flexibelt tänkande istället för att alla i klassen måste göra samma sak. Förändringen kan även handla om insikt och förståelse kring elevens problematik, vilken tidigare var mer ointressant samt att det gäller att arbeta långsiktigt. Det finns också ett antal lärare i denna studie som förklarar att man inte ändrat uppfattning om dessa elever över tid.

6. Diskussion

I detta kapitel kommer vi att diskutera de resultat som vi erhållit genom vår undersökning. Resultaten kommer att vara kopplade till den tidigare forskning vi presenterat i vår litteraturgenomgång. Vi har valt att dela in detta kapitel i samma rubriker som vi använt oss av i resultatdelen och detta med syftet att få en enkel och tydlig struktur.

6.1 Metoddiskussion

Undersökningsmetoderna för vår studie har alltså varit såväl kvantitativa som kvalitativa, eftersom bägge tillvägagångssätten lämpar sig för att besvara syftet och frågeställningarna. Huvudfokus har emellertid varit på den kvalitativa undersökningen, dvs intervjuerna. Enkäterna hjälper oss att ge en bild av hur det ser ut på de utvalda skolorna men det är genom intervjuerna som vi verkligen får fram idrottslärares tankar och uppfattningar.

Kombinationen av att använda sig av såväl enkäter som intervjuer har givit vårt arbete både bredd och djup. Genom enkäterna har vi fått in fler svar, som enligt Stúkat (2005) ger resultatet mer kraft, samtidigt som möjligheterna ökar att hitta tydliga kopplingar. Bortfallet bland enkäterna kan bero på enkätens utformning med många öppna frågor, som kan upplevas som tidskrävande. För att minimera bortfallet hade en lösning varit ett personligt möte med lärarna där de informerades om undersökningen innan vi skickade ut enkäterna. Då hade de fått en mer personlig koppling, vilket kunde ha motiverat lärarna till att delta i större utsträckning.

Vissa av frågorna i enkäten har tagits bort då vi konstaterat att de inte fyller någon funktion och inte är relevanta för syftet och till de frågeställningar vi valt att undersöka.

Under intervjuförloppet höll vi oss som intervjuare neutrala. Trots detta kan det finnas en vilja hos de berörda lärarna att göra oss till lags i våra frågeställningar och anpassa sina svar. Vi har dessutom utformat enkäten samt gjort intervjufrågorna, vilket kan medföra en risk att vi redan från start haft en inverkan på undersökningens resultat. Ett alternativ hade därför varit att använda sig av observationer. Genom enkät och intervjuundersökning får vi reda på lärarnas uppfattningar kring valt fenomen. Observationer hade emellertid hjälpt oss att ta reda på om deras uppfattningar stämde överens med verkligheten.

6.2 Resultatdiskussion

Syftet med studien har varit att studera hur lärarna arbetar med elever som inte deltar aktivt och kontinuerligt i idrott och hälsa undervisningen. I detta kapitel kommer vi att diskutera de resultat som vi erhållit genom vår undersökning, koppla det några teoretiska begrepp samt till den tidigare forskning som presenterats i vår litteraturgenomgång. Vi har valt att dela in detta kapitel med samma rubriker som vi använt oss av i den tidigare resultatdelen och detta med syftet att få en enkel och tydlig struktur.

6.2.1 Hur förhåller man sig som lärare i idrott och hälsa till elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen?

Ett grundläggande syfte med ämnet idrott och hälsa är att skapa förutsättningar för alla att delta i olika aktiviteter på sina egna villkor (Skolverket, 2000). Detta framkommer också i resultaten i vår studie eftersom lärarna anser sig ha ett flexibelt förhållningssätt till elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen. Majoriteten visar förståelse och är lyhörda för elevens situation och försöker hitta lämpliga lösningar. Lärarna i studien är medvetna om att deras förhållningssätt gentemot eleverna påverkar hur motiverade de blir. De flesta lärarna anser att man måste vara flexibel och utgå från tanken att alla elever är olika och kräver därför individanpassade insatser. Ett resonemang som stöds av Jenner (2004) som menar att läraren i sitt förhållningssätt bör vara lyhörd, öppen och möta varje elev på dennes nivå. Även Bråkenhielm (2008) påpekar vikten av att idrottsläraren bemöter eleverna med ett individuellt och flexibelt lärande.

Det finns studier som visar att idrottsläraren i sin undervisning inte tar hänsyn till alla elever när det kommer till förberedelse och genomförande av lektionspass (Redelius 2004; Andersson & Terne 2008; Pettersson & Åberg, 2009). Ett förhållningssätt som delvis framkommer i vår studie då ett par av lärarna anser att eleverna får försöka klara sig själva efter bästa förmåga. Man släpper sitt ansvar för eleven när man upplever att insatsen inte ger någon effekt.

Vi konstaterar även att majoriteten av lärarna känner ansvar gentemot dessa elever, men att ansvaret innefattar fler personer. Detta understryks också av Bråkenhielm (2008) och Karlsson m fl. (2008) vars studier tar upp att det är viktigt att man som idrottslärare får stöd från andra vuxna som t ex mentor, elevhälsoteam och vårdnadshavare.

6.2.2 Uppfattar lärarna elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen som ett problem?

Det visade sig att samtliga lärare i föreliggande studie hade minst en elev som inte deltog regelbundet i den ordinarie undervisningen. Vidare kan sägas att det föreligger många olika orsaker till varför icke deltagande elever uppfattas som ett problem. Allt ifrån hinder, alltså givna förutsättningar som tid och storlek på elevgrupper, till att läraren upplever press både uppifrån och utifrån att eleven skall bli godkänd. Enligt majoriteten av lärarna i studien vilar ansvaret för detta på dem själva. Detta understryks av Annerstedt (2007) som menar att det behövs en variation av övningar med lagom utmaning för att bibehålla motivationen. Även Sandahl (2005) menar att läraren ansvarar för att alla elever ges möjlighet att utveckla sin förmåga, sina färdigheter och kunskaper. Majoriteten av lärarna i studien är väl medvetna om att det ligger på deras ansvar att hjälpa omotiverade elever. De givna förutsättningarna för att bedriva en fungerande verksamhet kan emellertid påverkas av lokalernas utformning, antalet elever och den tid som finns till förfogande. Detta styrks även av Sandahl (2005) och Bråkenhielm (2008) som påpekar att det finns faktorer som spelar in vid utformningen av undervisningen, t ex tillgång till lokal, material eller lokalens utformning.

Som lärare har man ansvar för varje individ och det innebär att man ska förmedla de budskap som värdegrunden står för (Skolverket, 2000). Verksamheten ska präglas av bl a öppenhet och delaktighet där respekten för individen är viktig (ibid). Vi har tidigare i litteraturgenomgången redogjort att begreppet värdegrund handlar om hur vi ska vara emot varandra och hur vi ska agera

och handla i olika situationer (Orlenius, 2001). Trots detta anser 5 av lärarna att det är eleven själv som är ägare av problemet. 3 av lärarna anser emellertid att det inte är ett problem eftersom man upplever att det handlar om ytterst få elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen. Om man som idrottslärare inte arbetar så aktivt med värdegrundsfrågor tillsammans med sina elever, kan det påverka eleverna negativt, vilket i sin tur kan generera en känsla av utsatthet och till slut även en utslagning (Thedin-Jakobsson, 2005). De lärare i vår studie som inte ifrågasätter eller ställer sig likgiltig inför frånvarande elever, upplever vi, åsidosätter det centrala begreppet värdegrunden. Detta anser vi vara alarmerande då tidigare forskning samt styrdokument påtalar att det är viktigt att ha ett fungerande och positivt värdegrundsklimat i undervisningen (Thedin-Jakobsson, 2005). Värdegrunden kan hjälpa idrottsläraren att skapa en motiverande och accepterande miljö där varje individ känner sig trygg, behövd och tar ansvar (Thedin-Jakobsson, 2005). Skolans demokratiska uppdrag och dess värdegrundsarbete handlar om att skolan ska förmedla samt hos eleverna förankra den värdegrund som formuleras i läroplanen, dvs stärka de demokratiska värdena hos eleverna, både som individer och som grupp (Skolverket, 2000). Om man som lärare inte bryr sig eller ser alla elever i en klass kan man inte heller anse sig uppfylla skolans demokratiska uppdrag.

För de som inte deltar i den ordinarie idrottsundervisningen, är det vanligast att undervisande idrottslärare erbjuder promenader (Jacobsson, 2005). Detta överensstämmer med vår studie där promenader är en vanligt förekommande alternativ aktivitet för de elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen. Kanske är detta en anledning till varför 3 av lärarna i studien inte upplever frånvaron som något problem.

Värt att notera är en undersökning vid GIH som visar att promenader är en av de aktiviteter som elever i år 6 och 9 tycker allra sämst om (Meckbach, 2005). Idrott och hälsa ska ge alla elever en möjlighet att utveckla ett bestående intresse för fysisk aktivitet (Skolverket, 2000). Kan promenader bidra till detta?

En annan problematik som kan uppstå för övriga elever är när icke deltagande elever sitter på läktaren i form av åskådare vilket kan uppfattas som olustigt och känsligt för de som deltar. Läraren beskriver också ett problem där icke deltagande elever genom negativ påverkan kan få med sig andra elever att hoppa över idrottsundervisningen. Detta fenomen beskriver Berglund (2005) där de intervjuade i studien uppgav att de känner rädsla för att göra fel samt att de ville undvika risken att få negativa kommentarer från sina klasskamrater.

6.2.3 Hur motiverar läraren dem att delta och vilket innehåll och arbetssätt använder man sig av?

Att aktivt arbeta med att motivera elever är någonting som behövs i skolans värld och särskilt när det gäller att få inaktiva elever att ändra sin attityd och sitt beteende till idrott och hälsa (Engstrand, 2009). En summering av framkommen data är att en stor del av lärarna i studien menar att motiveringsarbetet utgörs av relationsskapande strategier som samtal och positiv feedback, där ett förtroende sakta men säkert byggs upp mellan lärare och elev. Detta arbetssätt beskrivs av Berglund & Sjödin (2004), Karlsson m fl. (2008) och Jenner (2004) som menar att idrottslärarnas kontakt med eleverna är viktigt för att kunna ge positiv feedback och lyfta fram de svaga eleverna för att hjälpa till att stärka deras självkänsla.

Som vi tidigare beskrivit är motivation ett centralt begrepp i pedagogiskt arbete, speciellt när det handlar om att undervisa elever med olika svårigheter (Jenner, 2004). Vi upplever att majoriteten av lärarna i vår studie arbetar med motiverande strategier för att nå fram till elever som inte deltar regelbundet i den ordinarie undervisningen. De strategier som flertalet av lärarna i studien använder sig av kan kopplas till Hassmén m fl. (2003) beskrivning av det process- och inlärningsorienterat motivationsklimatet. Det går ut på att man sätter själva uppgiften och utförandet i centrum, det är vägen (processen) fram till målet som är viktigt. Den processorienterade inriktningen har visat sig leda till lägre prestationsångslan och muskelspänning samt större glädje och tillfredsställelse med deltagande i aktiviteter (ibid).

Både Eriksson m fl. (2002), Redelius (2004) samt Sandahl (2005) har i sina studier konstaterat att bollspel är den aktivitet som är vanligast förekommande inom idrott och hälsa för elever som deltar regelbundet i idrottsundervisningen. Detta överensstämmer också med de resultat som framkom i den flygande tillsyn, Skolinspektionen utförde den 22 april 2010. Som idrottslärare har man i uppgift att ge alla förutsättningar för ett lärande inom ämnet idrott och hälsa, där ämnets innehåll är styrt av läroplaner och kursplaner (Sandahl, 2005). Detta har merparten av idrottslärarna i föreliggande studie tagit fasta på, då majoriteten anser sig vara flexibla i sitt sätt att arbeta för att tillgodose icke deltagande elevers kunskap.

Samtliga lärare i vår studie erbjuder flera alternativa aktiviteter för dessa elever. Innehållsmässigt handlar det om gym, promenad, teori eller delar av en tänkt aktivitet. Att erbjuda genomförbara uppgifter av realistisk karaktär genererar ett positivt klimat vilket stärker elever. Detta framhåller även Berglund och Sjödin (2004) i sin studie "Motivation inom idrott".

6.2.4 Hur har läraren i idrott och hälsa förändrat sin uppfattning kring dessa elever över tid?

Flertalet av de undervisande lärarna i idrott och hälsa beskriver att någon form av förändring har skett. Det kan röra sig om vikten av att eleven skall få positiv upplevelse med hjälp av ett flexibelt tänkande, istället för att alla i klassen måste göra samma sak. Förändringen kan även handla om insikt och förståelse kring elevens problematik vilken tidigare var mer ointressant, samt att det gäller att arbeta långsiktigt. Det finns också ett antal lärare i denna studie som förklarar att man inte ändrat uppfattning om dessa elever över tid.

En teori kring varför lärarna i föreliggande studie anser att det inte skett någon större förändring rent deltagarmässigt kan bero på flera faktorer. Detta kan eventuellt kopplas till hälsofasen där den stora frihet skolorna gavs att styra över innehåll, arbetssätt och tidstilldelning. Styrdokumenten öppnade upp för en markant grad av decentralisering där lokal anpassning och lokala beslut medförde att ämnet utformades på högst varierande sätt skolor emellan. Detta kan ha medfört att lärarna i studien fått en större frihet att anpassa undervisningen för icke deltagande elever och därmed aktiverat större andel av dessa än tidigare.

Sett över tid (5-10 år) så har elever som inte deltar i den ordinarie undervisningen enligt majoriteten av lärarna i föreliggande studie minskat eller är oförändrad. Detta är anmärkningsvärt då tidigare forskning inom området visar på att antalet elever som inte deltar ökar. Generellt kan enligt Engström (2005) sägas att "negativa" förändringar inom barn- och ungdomsidrotten pågått ända sedan slutet av 1960-talet. Exempel på detta är den markanta minskningen av fysisk

aktivitet utanför föreningslivet för barn och ungdomar. Enligt Larsson och Meckbach (2007) så blir det färre elever som deltar aktivt på idrottspassen ju högre upp i stadierna (grundskolans senare del) man kommer. Även Marklund och Danielsson (2000) genomförde 1997/98 en enkätundersökning av elevers hälsovanor där man visade på ett ökat antal fysiskt inaktiva elever i år 9. Skolinspektionen utförde den 22 april 2010 en flygande tillsyn av ämnet idrott och hälsa. Resultaten visade att 14 % av totala antalet elever som skulle kunnat vara med noterades inte delta eller delta i ringa omfattning. Drygt hälften av dem var flickor. I snitt var det tre elever per lektion som inte deltog men antalet varierar kraftigt. Att dessa resultat skiljer sig jämfört med vår undersökning kan bero på att vår studie inte är särskilt omfattande. Därav har vi inte för avsikt att göra några generella anspråk med de resultat som framkommit i vår studie.

6.3 Vidare forskning

Nästa steg i syfte att forska vidare kring valt fenomen kan vara att även inkludera observationer. Detta för att se huruvida idrottslärares uppfattningar stämmer överens med verkligheten och vad som faktiskt sker i idrottssalen. Finns det likheter eller skillnader mellan lärarens uppfattningar och hur man agerar?

7. Referenslista

Litteratur

- Almvärn, P-E. & Fäldt, C. (2001). *Idrott och hälsa*. Studentlitteratur AB.
- Andersson, C. & Terne, C. (2008). *Nöje eller kunskapsundervisning? Förhållandet mellan lärares uppfattningar och elevers inställningar till idrott och hälsa*. Malmö högskola.
- Annerstedt, C. (2007). *Att (lära sig) vara lärare i idrott och hälsa*. Göteborg: Multicare.
- Annerstedt, C., Peitersen, B. & Ronholt, H. (2001). *Idrottsundervisning. Ämnet idrott och hälsas didaktik*. Göteborg: Multicare.
- Berglund, A-S. (2005). *Vill du inte hoppa bock? -Orsaker till varför flickor skolkar ifrån idrotten*. Luleå Tekniska Universitet, Institutionen för Arbetsvetenskap.
- Berglund, E. & Sjödin, F. (2005). *Motivation inom ämnet Idrott och hälsa – En intervjustudie av lärares uppfattningar om motivationens betydelse för ämnet Idrott och hälsa*. Umeå universitet, Pedagogiska institutionen.
- Bjereld, U., Demker, M. & Hinnfors, J. (1999). *Varför vetenskap?* Lund: Studentlitteratur
- Björkdahl Ordell, S. (2007). Kvantitativ metod – ett annat sätt att tänka? I Dimenäs, J (red) *Lära till lärare. Att utveckla läraryrket- vetenskapligt förhållningssätt och vetenskaplig metodik*. (s. 84-96, 192-197). Stockholm: Liber AB.
- Danielson, M. & Marklund, U. (2000). *Skolbarns hälsovanor 1997/98*. Stockholm: Folkhälsoinstitutet.
- Engstrand, S. (2009). *Hur motiverar lärare i Idrott och hälsa elever till fysisk aktivitet? -En kvalitativ studie av lärares erfarenheter*. Högskolan i Halmstad, Sektionen för lärarutbildning.
- Engström, L-M. (2002). *Pedagogiska perspektiv på idrott*. Stockholm: HLS Förlag.
- Eriksson, C., Gustavsson, K., Johansson, T., Mustell, J., Quennerstedt, M., Rudsberg, K., Sundberg, M. & Svensson, L. (2003). *Skolämnet Idrott och hälsa i Sveriges skolor: en nationell utvärdering av läget hösten 2002 (NU-03)*. Skolverket: 2003-02-19.
- Hassmén, P., Hassmén, N. & Plate, J. (2003). *Idrottspsykologi*. Stockholm: Natur & Kultur.

- Jenner, H. (2004). *Motivation och motivationsarbete i skola och behandling*. Växjö universitet, Fakulteten för humaniora och samhällsvetenskap, Institutionen för pedagogik. Myndigheten för skolutveckling.
- Johansson, H. (2003). *Skolidrott för alla? – orsaker till varför elever inte vill vara med på skolidrotten*. Examensarbete. Idrottshögskolan i Stockholm.
- Karlsson, P., Gustavsson, T. & Poddany, J. (2008). *Hur engageras omotiverade elever? Hur arbetar idrottslärarna för att få med omotiverade elever i Idrott- och hälsaundervisningen?* Examensarbete. Högskolan i Halmstad.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Larsson, H. & Meckbach, J. (2007). *Idrottsdidaktiska utmaningar - en introduktion*. Gymnastik- och idrottshögskolan, Institutionen för idrotts- och hälsovetenskap.
- Meckbach, J. (2005). *Lärande miljöer. En studie av idrottslärare från olika miljöer*.
- Orlenius, K. (2001). *Värdegrunden – finns den?* Vällingby: Runa förlag.
- Patel, R. & Davidsson, B. (2003). *Forskningsmetodikens grunder. Att planera, genomföra och rapportera en undersökning* (3:e uppl). Lund: Studentlitteratur.
- Patel, R. & Tebelius, U. (1987). *Grundbok i forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur.
- Pettersson, T. & Åberg, M. (2009). *Idrottslärares motivationsarbete-Att skapa livslång förståelse för fysisk aktivitet*. Humanvetenskapliga institutionen, Högskolan i Kalmar.
- Redelius, K. (2004). *Vilka är vinnare och förlorare i ämnet idrott och hälsa?* Svensk idrottsforskning, nr: 4, 2004.
- Sandahl, B. (2005). *Ett ämne för alla? - Normer och praktik i grundskolans idrottsundervisning 1962-2002*. Stockholm: Carlsson förlag.
- Strandell, A., Bergendahl, L. & Kallings L. (2001). *Sätt Sverige i rörelse, 2001*. Statens Folkhälsoinstitutet.
- Strean, W-B, (2009). Remembering instructors: play, pain and pedagogy. *Qualitative Research in Sport and Exercise vol.1*. No 3 page 210-220.
- Stukát, S. (2005). *Att skriva examensarbete inom utbildningsvetenskap*. Lund: Studentlitteratur.

Statens folkhälsoinstitut, (2001). Folkhälsopolitisk rapport 2001.

Statens folkhälsoinstitut, (2005). Folkhälsopolitisk rapport 2005.

Theдин Jakobsson, B. (2005). *Hälsa – vad är det i ämnet idrott och hälsa?* En studie av lärares tal om ämnet idrott och hälsa. Januari 2005, Idrottshögskolan i Stockholm: Rapport nr 4 i serien *Skola-Idrott-Hälsa*.

Thomas, J-R. & Nelson, J-K. (2001). *Research methods in physical activity*. Fjärde upplagan. Champaign, IL: Human Kinetics.

Trost, J. (2007). *Enkätboken. (3:e uppl.)* Lund: Studentlitteratur.

Trost, J. (2005). *Kvalitativa intervjuer*. Lund: Studentlitteratur.

Utbildningsdepartementet. (1994). *Läroplaner för det obligatoriska skolväsendet och de frivilliga skolformerna. Lpo 94 och Lpf 94*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.

Wallén, G. (1996). *Vetenskapsteori och forskningsmetodik (2:a uppl.)*. Lund: Studentlitteratur.

Zackari, G. & Modigh, F. (2002). *Värdegrundsboken- om samtal för demokrati i skolan*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.

Nätsida

Bråkenhielm, G. (2008). Ingen gympa för mig! -en undersökning av skälen till att elever inte deltar i ämnet idrott och hälsa. Svensk idrottsforskning, nr: 2, 2008.

Engström, L-M. (2005). *Barnidrott och vuxenmotion som kulturella uttryck*. Idrottshögskolan & Lärarhögskolan, Stockholm.
<http://www.idrottsforum.org/articles/engstrom/engstrom050831.html>

Ericsson, I. (2005). *Motorik och FaR i skolan*.
http://www.idrottsforum.org/features/fariskolan/eriing_far.html

Jacobsson, E. (2005). *Elever får för lite fysisk aktivitet*. <http://www.lararnastidning.net>

Myndigheten för skolutveckling (2005). Slutrapport 2005-09-01. sid 7-21. Skolverket.
<http://www.skolverket.se/content/1/c6/01/26/74/SKOLUTV360.pdf>

- Skolinspektionen, (2010). *Flygande tillsyn i ämnet idrott och hälsa*.
<http://www.skolinspektionen.se/sv/Tillsyn/Flygande-tillsyn/Idrott-och-halsa/>
- Skolverket, (2000). *Kursplan och betygskriterier för idrott och hälsa, grundskolan*.
<http://www.skolverket.se>
- Skolverket, (2003). *En studie om värdegrunden: Om möten, relationer och samtal som förutsättningar för arbetet med de grundläggande värdena*.
<http://www.skolverket.se/publikationer?id=767>
- Riksidrottsförbundet, (2007). *Idrott och rörelse i skolan- en studie av idrotten i skolan 2007*.
http://www.rf.se/ImageVault/Images/id_366/scope_128/ImageVaultHandler.aspx

8. Bilagor

Enkät

1. Kön:.....Ålder:.....

2. Hur många år har du arbetat som idrottslärare?

3. Vilken typ av utbildning har du?

4. Vilka åldrar undervisar du?

5. Vad vill du att din undervisning och lektionsinnehåll (syfte och mål) ska ge eleverna?

.....
.....
.....
.....
.....

6. Gör en skattning av hur många av dina elever/klass som inte deltar regelbundet i den

ordinarie undervisningen. **Ingen En Två Tre Fyra Fem eller fler**

7. Uppfattar du elever som inte deltar som ett problem? Motivera ditt svar!.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....

8. Hur hanterar du dem? Vad gör du för att de verkligen skall delta?

.....

.....

.....

.....

.....

9. Vilka tillvägagångssätt/metoder använder du dig av när det gäller elever som inte deltar regelbundet i undervisningen? Får de alternativa uppgifter? I så fall vad?

.....

.....

.....

.....

.....

10. Utifrån ditt tillvägagångssätt att hantera dessa elever, ser du någon förändring över tid, hur du idag går tillväga jämfört med i början av ditt yrkesverksamma liv? Om ja, försök förklara skillnaden?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

11. Har ditt förhållningssätt gentemot elever som inte deltar regelbundet i undervisningen förändrats under dina verksamma år?

Om ja, förklara hur!.....

.....

.....

.....

.....

.....

12. Tycker du att dina kollegor i idrott och hälsa har samma förhållningssätt som du? Om nej, på vilket sätt skiljer ni er åt?.....

.....

.....

.....

.....

.....

13. Sett över lite längre tid (5-10 år), har antalet elever som inte deltar regelbundet i undervisningen, **ökat/oförändrat/minskat**?

14. Uppskatta antalet av dina elever/klass som inte får betyg i ämnet:

Tack för att du tog dig tid att svara på våra frågor!

Med vänliga hälsningar

Pontus Ericsson och Mattias Flodén

Intervjuguide

1. Kön? Ålder? Utbildning? Verksamma år i yrket?

2. Varför undervisar du i idrott?

Undervisningsmetodik:

3. Har din undervisningsmetodik förändrats över tid? Ser du några tydliga skillnader? Hur och varför?

4. Informerar du om varför ni har idrott i skolan? Vad informerar du i såna fall om?

- Hur gör du i såna fall det?

- Vad berättar du?

5. Vad utgår du ifrån när du planerar dina lektioner? Varför?

6. Finns det något du skulle vilja ändra, i undervisningssyfte, med idrotten i skolan?

Förhållningssätt och tillvägagångssätt:

7. Hur motiverar du din elev som väljer att inte vara med, till att delta i idrottsundervisningen?

8. Upplever du omotiverade elever som ett stort problem i din yrkesvardag? Upplever du några hinder för att kunna motivera de elever som väljer att inte delta?

9. Vilka konkreta lösningar brukar ni, du och eleven som inte deltar, tillsammans komma fram till? Ser du eller sker det då någon förändring?

10. Vad brukar skälet vara till att eleverna inte deltar i idrottsundervisningen?

11. Tar du kontakt/söker upp den elev som inte kommer till dina lektioner?

12. Tycker du att det ligger på ditt ansvar att eleven som väljer att inte delta, känner sig motiverade att delta i idrottsundervisningen?

13. Hur mycket är du beredd att ändra i din undervisning/planering för att få eleven som väljer att inte delta motiverad? Och hur ofta händer det att du måste ändra i din undervisning?

14. Vad säger läroplanen och betygskriterier om närvaron under lektionerna i idrottsundervisningen?

15. Samsyn inom idrottslärarkollegiet, skillnader?

16. Känner du att du får stöd ifrån andra lärare/rektorer och elevens föräldrar för att motivera de elever som väljer att inte delta i undervisningen? Och på vilket sätt?

17. Vad tycker du skulle kunna göras mer för de elever som väljer att inte delta i idrottsundervisningen?

18. Vilket ämnesinnehåll uppmuntrar till fortsatt fysisk aktivitet?