



GÖTEBORGS UNIVERSITET
Utbildnings- och forskningsnämnden för lärarutbildning

Elevers inställning till skolidrotten

Sara Danestedt
Nina Olofsson
Pernilla Olofsson

Examensarbete LAU350

Handledare: Stefan Schedin

Examinator: Tomas Berglund

Rapportnummer: 2480-18

Abstract

Examinationsnivå:	C-uppsats, 10 poäng
Titel:	Elevers inställning till skolidrotten
Författare:	Danestedt, Sara, Olofsson, Nina & Olofsson, Pernilla
Termin och år:	HT-06/07
Institution:	Institutionen för pedagogik och didaktik
Handledare:	Stefan Schedin
Rapportnummer:	2480-18
Nyckelord:	Idrott, hälsa, inställning

Syfte: Huvudsyftet är att undersöka elevers inställning till skolidrotten i år 9. Vi vill dels ge en översikt över skolidrottens historia, dels ta reda på elevers hälsa och om eleverna upplever att skolidrotten påverkar deras egen hälsa.

Huvudfrågor:

- Vilken inställning har eleverna till ämnet Idrott och hälsa?
- Hur upplever eleverna idrottsämnet i förhållande till andra skolämnena?
- Anser elever att skolidrotten har betydelse för deras egen hälsa?
- Upplever eleverna att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat?

Metod och material: Vi har valt att göra en enkätundersökning och därmed kvantifiera våra erhållna data. De främsta orsakerna till detta är möjligheten att få svar från många respondenter på kort tid, att få så stort antal svarande som möjligt för att kunna ha en säkrare grund för våra slutsatser. Vi använder oss av deskriptiv statistik, det vill säga beskriver vårt insamlade material i siffror och tabeller, varifrån vi drar våra slutsatser och belyser det som rör vår undersökning.

Resultat: En mycket stor del av eleverna har en positiv inställning till skolidrotten. Sammantaget visar vår undersökning att elever med en positiv inställning till skolidrotten tenderar att värdera skolidrotten relativt högt i relation till andra skolämnena. Fysisk aktivitet utanför skoltid, deltagande på skolidrotten och hur viktigt eleverna anser att ämnet är, framstår som tre viktiga förklaringsvariabler till elevers inställning till skolidrotten. Vi fann även ett starkt samband mellan elevers fysiska aktivitet utanför skoltid och deras hälsa. Vidare visar resultatet att det även finns ett samband mellan deltagande på skolidrotten och hälsa.

Betydelse för läraryrket: Som blivande idrottslärare vill vi naturligtvis veta hur motiverade skolelever är till ämnet Idrott och hälsa. Eftersom grundskolan är obligatorisk så erbjuder den en unik möjlighet när det gäller att informera och forma individens val av framtida livsstil. En viktig förutsättning för att så många som möjligt skall fortsätta att vara fysiska aktiva även efter skolan är att de är positivt inställda till idrottsämnet. Idrottslärarna har en viktig roll då det gäller att få elever positivt inställda till Idrott och hälsa.

Förord

Vi har haft ett väl fungerande samarbete där alla tre har lagt ner lika mycket engagemang och tid på arbetet. Vissa delar av förarbetet har vi gjort på skilda håll där Pernilla Olofsson har haft huvudansvaret för ämnets historiska utveckling, Sara Danestedt för elevers inställning till skolidrotten och Nina Olofsson för hälsa och inläring. Resterande delar har vi arbetat tillsammans med och arbetsbördan har delats lika. Vi har tagit tillvara att vi är tre olika individer med skilda livserfarenheter och utnyttjat detta på bästa sätt under arbetets utförning.

Vårt arbete med denna uppsats har varit roligt, lärorikt och inspirerande vilket gör att vi vill använda denna uppsats som en språngbräda mot våra nya yrkesroller som idrottslärare.

Vi vill även passa på att tacka vår handledare Stefan Schedin som har varit en stor tillgång med sin kunskap och sitt engagemang.

Innehåll

1 Inledning	1
1.1 Bakgrund till ämnesval	1
1.2 Syfte och frågeställning.....	2
2 Bakgrund och forskningsöversikt	3
2.1 Ämnets historiska utveckling	3
2.2 Skolämnet Idrott och hälsa idag	6
2.3 Skolidrottens timfördelning	8
2.4 Elevers inställning till skolidrotten	10
2.5 Hälsa	11
2.6 Inläring.....	12
2.7 Motivation till skolidrotten.....	13
3 Material och metod	15
3.1 Val av metod	15
3.2 Population och urval	16
3.3 Utformning av enkät	16
3.4 Definitioner	17
3.5 Generaliserbarhet, reliabilitet och validitet.....	17
4 Resultat	19
4.1 Enkätresultat	19
5 Diskussion	30
5.1 Vilken inställning har eleverna till ämnet Idrott och hälsa?	30
5.2 Hur upplever eleverna idrottsämnet i förhållande till andra skolämnena?	32
5.3 Anser elever att skolidrotten har betydelse för deras egen hälsa?	33
5.4 Upplever eleverna att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat?	34
5.5 Slutsats.....	35
6 Referenser	36
Bilaga 1	
Bilaga 2	

1 Inledning

1.1 Bakgrund till ämnesval

Det finns övertygande dokumentation som understryker de positiva effekterna av fysisk aktivitet. Antalet studier inom detta område är mycket stort och kan inte här återges, men till exempel i den amerikanska rapporten, *Physical Activity and Health* från 1996, visar man på tydliga vetenskapliga bevis för sambandet mellan fysisk aktivitet och hälsa. Fysisk aktivitet ger många positiva effekter för hälsan och all form av fysisk aktivitet ger hälsovinster. Störst effekt fås genom att en vana av att vara fysisk aktiv läggs i en tidig ålder.¹

Som blivande idrottslärare vill vi naturligtvis veta hur motiverade skolelever är till ämnet Idrott och hälsa. Då skolan är en av de få verksamheter som är obligatorisk, erbjuder skolan en unik möjlighet när det gäller att informera och forma individens val av framtida livsstil. Dagens samhälle har blivit mer och mer stillasittande där användning av datorer, tv-spel och tv har fått en alltmer betydande roll bland dagens barn och ungdomar. Forskning visar på att allt fler barn och ungdomar blir överviktiga. Björn Sandahl, doktorand vid idrottshögskolan i Stockholm, framhåller ändrade levnadsvanor och livsmönster som de stora faktorerna till folkhälsoproblemet.²

Stillasittande personer löper dubbelt så stor risk att avlida av hjärt- och kärlsjukdomar, än sina fysiska mer aktiva jämnåriga.³ För att inte insjukna i några av alla dessa välfärdssjukdomar som följer denna utveckling krävs att vi blir alltmer fysiskt aktiva på fritiden. Lars-Magnus Engström utförde 1999 en undersökning om andelen fysiskt aktiva vid 41 års ålder i relation till deras gymnastikbetyg i år 8. Han fann att ett mycket starkt samband mellan gymnastikbetyg och deras fysiska aktivitetsnivå senare i livet.⁴ Det är rimligt att anta att grunden för denna livslånga aktivitet ligger i skolidrotten. En viktig förutsättning för att så många som möjligt skall fortsätta att vara fysiskt aktiva även efter skolan är att de är positivt inställda till idrottsämnet. Idrottslärarna har en viktig roll då det gäller att få elever positivt inställda till Idrott och hälsa. Vi får mer och mer kunskap om fysisk aktivitet och hälsa. Trots det minskar skolidrotten.⁵ Barns och ungdomars rörelsebehov är som vi vet stort. Där anser vi att skolan har en betydelsefull roll för att skapa ett bestående intresse för fysisk aktivitet bland elever, vilket även framgår i Lpo 94.⁶

¹ http://www.oru.se/templates/oruExtNormal___21921.aspx (2006-12-05)

² Sandahl, B (2004) s 17-27

³ <http://www.svenskidrottsmedicin.se/fyss/5allm.pdf> (2006-11-16) s 65

⁴ Engström, L-M (1999)

⁵ Larsson, H & Redelius, K (2004) s 6

⁶ Läroplan för det obligatoriska skolväsendet förskoleklassen och fritidshemmet

1.2 Syfte och frågeställning

Vårt syfte är uppdelat i tre delar. Vi vill dels ge en översikt över skolidrottens historia men också undersöka sambandet mellan elevers hälsa och skolidrotten. Vi avser även att undersöka elevers inställning till skolidrotten. Är elever positivt eller negativt inställda till ämnet och kan det tänkas finnas ett intresse hos eleverna av att utöka ämnet tidsmässigt? Förhoppningen med vår undersökning är även att få användning av resultatet i vår kommande yrkesroll som idrottslärare.

För att söka svar på syftet har vi valt att analysera och bearbeta fyra huvudfrågor. Dessa frågor är:

- Vilken inställning har eleverna till ämnet Idrott och hälsa?
- Hur upplever eleverna idrottsämnet i förhållande till andra skolämnen?
- Anser elever att skolidrotten har betydelse för deras egen hälsa?
- Upplever eleverna att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat?

2 Bakgrund och forskningsöversikt

2.1 Ämnets historiska utveckling

Gymnastik i Sverige tog sin början redan på 1700-talet. Ett relativt stort antal avhandlingar hade lagts fram vid de svenska universiteten, vilka på olika sätt klarlagt betydelsen av kroppsövningar. Dessa har troligtvis haft stor betydelse för införandet av obligatorisk gymnastikundervisning i skolan. Förutom akademiska avhandlingar hölls även föredrag och litteratur gavs ut om motionens betydelse för hälsan. Många har kallat Per Henrik Ling (1776-1839) den svenska gymnastikens fader med sin linggymnastik, men det är dock fler som bidrog till införandet av obligatorisk fysisk fostran i skolorna. Till exempel Jakob Axelsson Lindblom (1746-1819) som var biskop i Linköpings stift. Det var efter ett besök hos Frans Nachtegall i Köpenhamn 1805 som han inspirerades av dennes gymnastik och gymnastikinstitut. Axelsson blev så betagen av vad han såg att han vid hemkomsten träffade Gustav IV Adolf och framförde ett önskemål om att få starta gymnastik i Sverige. Kungen godkände detta och en gymnastikinrättning uppfördes på borggården utanför landshövdingensämbetet i Linköping. Det var troligtvis första gången gymnastikundervisning bedrevs i Sverige och detta bidrog sannolikt till att gymnastik kom på schemat.⁷ Betydelsen av fysiska fostran har ändrats genom tiderna och avspeglar vad som uppfattas som riktig träning av kroppen. Det är samhället och statsmakten under de olika tidsepokerna som påverkade hur man skulle tolka benämningen och därmed innehållet i undervisningen.⁸ En annan trolig orsak till att gymnastik blev obligatorisk var militära, hälso- och hygieniska motiv. Gymnastik skulle stärka barnen och göra dem mera motståndskraftiga mot sjukdomar. Den skulle också lägga grunden till de kvalifikationer som var önskvärda inom militärväsendet då allmän värnplikt infördes i Sverige 1812.⁹

I 1820 års skolordning står det att gymnastik skall vara ett obligatoriskt ämne med tre veckotimmar, men på grund av lärarnas dåliga utbildning och brist på lokaler förekom gymnastikundervisning blygsamt. 1842 blev gymnastik obligatorisk även för folkskolan och nu skulle alla barn få ta del av skolgymnastiken. Detta fungerade dåligt då det inte fanns tillräckligt med lokaler och utbildad personal.¹⁰ Den skolgymnastik som förekom var militär influerad med ordningsrörelse, exercis, kommando och hård disciplin. Läroböcker och anvisningar var sällsynta och perioden präglades i stort sett helt av en enda mans tankar och idéer – Per Henrik Lings. Det var främst pojkar som skulle erhålla förberedande militär träning. Flickorna uteslöts ofta, om inte alltid, från dessa vapenövningar. Det var inte förrän i början på 1900-talet som flickorna skolgymnastik kom igång så sakteliga.¹¹

Under de första decennierna av 1900-talet började skolgymnastiken förändras från de så kallade dagövningarna¹² till mer lek och viss idrott. Det var framför allt de olympiska spelen i Stockholm som bidrog till idrottens genombrott i skolorna. Gymnastikundervisningen dominerades dock fortfarande av redskaps- och hållningsgymnastik.

⁷ Annerstedt, C (2001) s 76-77

⁸ Engström, L-M (1999) s 34

⁹ Annerstedt, C (2001) s 78-79

¹⁰ Annerstedt, C (1993) s 14-15

¹¹ Annerstedt, C (1993) s 41-42

¹² Med dagövningar menas ett lektionsprogram.

De kvinnliga gymnastikpedagogerna Elli Björkstén (1870-1947), Elin Falk (1872-1942) och Maja Carlquist (1884-1968) introducerade ett mer rytmiskt rörelsesätt och anpassade gymnastiken till barnen på ett annat sätt än vad som tidigare gjorts. De införde lekar, musik och rörelsesagor i skolgymnastiken men mötte motstånd från de manliga gymnastikdirektörerna. Trots detta började man frångå det stela rörelsemönstret till ett mer naturligt och rytmiskt rörelsesätt i den svenska skolgymnastiken.¹³

I 1928 års läroverksstadgar ändras ämnets namn från att heta gymnastik till gymnastik med lek och idrott. Antal skolgymnastiktimmor var satta till 4 x 45 minuter/vecka och 15-20 obligatoriska idrottsdagar per läsår infördes. Namnbytet till gymnastik med lek och idrott skedde redan 1919 i folkskolan och innebar att ämnet blev mer lek och idrottsinriktat. Detta gillades inte av lingianerna som dominerade den svenska skolgymnastiken ända in på 1950-talet. Målsättningen med linggymnastiken var en människa i harmoni med naturen, men det skulle ske med en mycket rationell struktur, där man kommenderade eleverna under auktoritära former med rörelser så noggrant bestämda och hårt disciplinerade att det hela gav ett närmast mekaniska intryck.¹⁴ Varje rörelses form skulle iakttas och repeteras till dess att eleven kunde utföra den med exakthet och precision. Ett av syftena med linggymnastiken var att lära känna förtrogenhet och tillit till sin egen kropp. Ett harmoniskt förhållande mellan kroppens alla delar var detsamma som hälsa och gymnastikens yttersta mening. Den pedagogiska gymnastiken i lingianisk form menades vara överlägsen all annan fysisk fostran. Den ansågs vara kroppsutvecklande, personlighetsutvecklande och dessutom den enda kroppsövningsform som var vetenskapligt förankrad. Att gymnastiklärarens professionalism var baserat på att lära ut Per Henrik Lings principer gjorde det svårt för dem att frångå detta undervisningsätt. Hela deras yrkeskunnande vilade på dessa principer och gymnastiklärarna var i stort sätt amatörer på att lära ut något annat än detta. Därför slog de vakt om gymnastiken och var tveksamma till nya kroppsövningsformer, lek och idrott. På 1940-talet började dock linggymnastikens vetenskapliga grund ifrågasättas.¹⁵

De lingska principerna fick efterhand ge vika för vetenskapligt framtagna rön om träningens effekter i första hand på de syretransporterande organen. Idrottsrörelsen med Riksidrottsförbundet, RF, i spetsen, vann allt större inslag i skolans värld. Undervisning i idrottsgrenar med färdighetsinlärning blev mer framträdande och den fristående gymnastiken och redskapsgymnastiken fick en svagare ställning.¹⁶ Det nya ledordet blev att man skulle ha minst 30 minuters fysisk aktivitet tre gånger per vecka, för att upprätthålla en god kondition. Hälsa, kondition och styrka sattes i centrum och gymnastiklärarnas uppgift var att få eleverna att svettas. Man gick nu ifrån linggymnastikens hållningsfixerade och tämligen stela ställningsgymnastik till mer funktions- och energiinriktad idrottslig verksamhet där idrottsliga aktiviteter gavs större utrymme.¹⁷

Grundskolan i Sverige infördes 1962 vilket innebar att det blev en obligatorisk 9-årig skola.¹⁸ I och med Lgr 62¹⁹ minskades antalet gymnastiklektioner för årskurs 9 ner till två per vecka. Jämfört med gamla realskolans timantal några decennier tidigare halverades nu i stort sett tiden för gymnastikämnet.

¹³ Annerstedt, C (1993) s 45-46

¹⁴ Annerstedt, C (2001) s 85, 117

¹⁵ Annerstedt, C (2001) s 117-118

¹⁶ Engström, L-M (1999) s 35

¹⁷ Annerstedt, C (1993) s 47

¹⁸ <http://sv.wikipedia.org/wiki/Grundskola> (2006-11-13)

¹⁹ Lgr = Läroplanen för grundskolan

En annan förändring var att ämnets målsättning blev bredare än tidigare. Ämnet skulle medverka till barnens allsidiga och harmoniska utveckling, höja deras allmänna prestationsförmåga samt förbereda dem för arbetslivet och främja god arbetsteknik. Målsättningen var att undervisningen skulle väcka ett bestående intresse för fysisk aktivitet och vara ett medel till rekreation och god hälsa. Det betonades starkt att ämnet skulle vara socialt fostrande. Lärarna fick detaljerade anvisningar för hur undervisningen skulle planeras och bedrivas. Konkreta anvisningar gavs även för ämnets olika moment och undervisningen skedde könsuppdelat.²⁰

Ämnets innehåll har påverkats av materiella förutsättningar men även av maktkamper mellan olika grupper såsom idrottsrörelsen, statsmakten och samhället. Dessa grupper har inte varit konstanta utan ändrats över tid då idrottsämnet har förändrats. Idrottsrörelsen och därmed RF påverkade undervisningen på så sätt att de var den största idrottsrörelsen och därmed hade många unga utövare som genom sina fritidsintressen delvis styrde över innehållet i undervisningen. Det var även vanligt att idrottsläraren själv varit aktiv inom idrottsrörelsen och genom detta medvetet eller omedvetet påverkade innehållet i undervisningen. Konsekvenserna av påverkan från idrottsrörelsen, elevers inflytande och idrottslärarens egna intressen har gjort att läroplanen haft en liten betydelse för ämnets innehåll. Ramfaktorerna som statsmakten styrde över hade desto större påverkan, framförallt tidsutdelningen²¹

Från och med Lgr 69 ökades timantalet till tre per vecka. Lektionerna fick inte slås ihop utan skulle spridas ut under en vecka. Ordet fostran försvann och elevers fysiska, sociala och estetiska utveckling betonades. Individualiseringen ökade genom att eleverna skulle få medverka i planeringen och större hänsyn togs till elevers egenart. Utöver en obligatorisk grundkurs fick de även möjlighet att välja en överkurs som skulle anpassas efter intresse och förutsättningar. För första gången framhölls sambandet mellan skola och fritid samt att elever med psykiska och fysiska handikapp skulle få särskild omvårdnad.²²

Ämnet Gymnastik blev Idrott med Lgr 80. Skolan fick i uppgift att utjämna könsrollerna och verka för jämställdhet mellan kvinnor och män. I samband med detta infördes samundervisning som en huvudprincip. För första gången i ämnets drygt 175 åriga historia angavs det att pojkar och flickor skulle undervisas tillsammans även i de högre årskurserna.²³ Genom införandet av samundervisningen förändrades även innehållet i skolidrotten, då elevgrupperna på grund av fysiska skillnader mellan könen inte skulle medföra problem. Idrottsgrenar där kroppskontakt inte förekom blev vanligt. En tanke bakom idén med samundervisningen var att lyfta fram de båda könen likheter och olikheter i en positiv miljö.²⁴ Lärarna fick större frihet att planera sin egen undervisning då bindande föreskrifter minskades. Ämnets målsättning breddades återigen. Idrotten skulle bidra till elevernas fysiska, psykiska och sociala utveckling. Ämnet syftade till att skapa ett bestående intresse för regelbunden kroppsrörelse och till att tillfredställa elevernas rörelsebehov. Vidare skulle ämnet ge glädje, rekreation och gemenskap samt bidra till att eleverna utvecklade självtillit och skapandeförmåga. Eleverna skulle dessutom få kunskaper om den ekologiska balansen, naturen, idrotts- och friluftsrörelsen samt olika kulturers värderingar och traditioner ifråga om fysisk aktivitet. Tio huvudmoment angavs och även lämplig progression för varje stadium.²⁵

²⁰ Annerstedt, C (2001) s 88-89

²¹ Larsson, H & Redelius, K (2004) s 64-65

²² Annerstedt, C (2001) s 89

²³ Annerstedt, C (2001) s 89-90

²⁴ Larsson, H & Redelius, K (2004) s 21, 64-65

²⁵ Annerstedt, C (2001) s 89-90

Ett namnbyte skedde återigen med Lpo 94, Idrott blev Idrott och hälsa. Namnbytet kan betraktas som en markering att skolämnet nu är någonting annat än föreningsidrotten. Man kan tolka markeringen som att hälsa kommer genom idrott eller tvärtom idrott kommer genom hälsa.²⁶ Begreppet hälsa har funnits med i läro- och kursplanen under hela 1900-talet med det är först nu begreppet fått nytt fokus och lyfts fram starkare.

Betoningen på idrottsliga färdigheter har även minskat något.²⁷ Idrottsämnet hade i Lgr 80, 537 timmar till sitt förfogande. I Lpo 94 disponerar ämnet över 500 timmar. Det lokala jämningsutrymmet gör att skolorna har möjlighet till ändring av ämnets timplan med 20 procent åt båda hållen.²⁸

Fasta nationellt gällande direktiv har nästan försvunnit och istället gäller lokal anpassning och lokala beslut för hur undervisningen skall se ut. I läroplanen anges mål att sträva mot och mål att uppnå, men hur detta skall gå till väga beslutas på lokal nivå. Läroplanen kan sägas ha förflyttats från centralisering till decentralisering.²⁹ Perspektivet på hälsa är mer holistiskt än innan. Samband mellan livsstil, livsmiljö, hälsa och livskvalitet lyfts fram. Dock ges inga detaljer om vad hälsoperspektivet innebär i praktiken. Elevernas medvetenhet om den egna livsstilens betydelse för hälsan skall stimuleras. Utöver att eleverna skall kunna simma och orientera nämns inte några idrotter som obligatoriska. Det anges dock att ett brett ämnesinnehåll skall presenteras.³⁰ Ovanstående kan tolkas som att ämnets mål har breddats men att den obligatoriska tidstilldelningen har minskat.

I augusti 2003 beslutades av regeringen att läroplanen skulle ändras. Detta var första gången i Sveriges historia som ett tillägg gjorts i en rådande läroplan. Tillägget går ut på att skolornas ansvar skall stärkas vad det gäller att erbjuda elever daglig och regelbunden fysisk aktivitet.³¹

Historiskt sett har skolidrotten gått från att vara gymnastikövningar till att den fysiska prestationsförmågan har tonats ner. Istället lyfts vikten av att lära i samspel med andra. Det är viktigt att känna till historien och utvecklingen av ämnet då den till stor del avspeglar det attityder i samhällsklimatet som råder just då förändringar sker. Läroplanerna är politiska dokument som beslutas efter påtryckningar från opinionen och det upplevda behoven i samhället. Just dessa behov och den debatt som föranleder förändringar grundar sig på attityder ifrån de som deltar i den aktuella verksamheten, kombinerat med medicinska fakta och den politiska sammansättningen i beslutsorganen.

2.2 Skolämnet Idrott och hälsa idag

Utifrån det svenska styrdokumentet, Lpo 94, är ämnets syfte och roll att utveckla barns kunskaper om hur kroppen fungerar och hur vanor, regelbunden fysisk aktivitet och friluftsliv förhåller sig till fysiskt och psykiskt välbefinnande. I ämnet Idrott och hälsa är det meningen att eleverna skall utveckla sin fysiska, psykiska och sociala förmåga. Det ska även ges kunskaper om livsstilens betydelse för hälsan. Eleven skall även utveckla en god kroppsuppfattning och stimuleras till ett intresse för regelbunden fysisk aktivitet som kan bli bestående.

²⁶ Larsson, H & Redelius, K (2004) s 22

²⁷ Annerstedt, C (2001) s 90

²⁸ [http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0405&infotyp=35&skolform=11&id=26&extraId\(2006-11-13\)](http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0405&infotyp=35&skolform=11&id=26&extraId(2006-11-13)

²⁹ Annerstedt, C (2001) s 90

³⁰ Annerstedt, C (2001) s 107- 108

³¹ <http://www.skolverket.se> (2006-12-12) Nationella utvärderingen av grundskolan 2003, s 71

Skolan har även som mål att sträva efter att elever skall utveckla och fördjupa sin rörelseförmåga, utveckla förmågan att leka, försöka att få eleverna till att motionera och idrotta på egen hand. Eleven skall lära sig att leda aktiviteter, få inblick i idrottens och friluftslivets historiska utveckling, samt utveckla sina kunskaper hur man handlar i nöd- och katastrofsituationer. Ämnet Idrott och hälsa har ett brett innehåll, kärnan i det hela är idrott, lek och allsidiga rörelser utformade på så sätt att alla skall kunna delta oavsett fysiska eller andra förutsättningar. Eleverna skall även kunna erhålla upplevelser och erfarenheter och kunna utvecklas på deras egna villkor. I grund och botten är det ett hälsoperspektiv som innefattar både fysiskt och psykiskt välbefinnande. I slutet av nionde skolåret skall eleven ha uppnått mål som att förstå sambandet mellan mat, motion och hälsa, kunna delta i lek, dans, idrott och andra aktiviteter och kunna utföra lämpliga rörelseuppgifter. Eleven skall även kunna forma och genomföra aktiviteter för egen motion, kunna orientera sig i okända terränger, äga kunskap om livräddning och första hjälpen och avslutningsvis äga kunskaper om vanliga rörelseaktiviteter och hur de kan bedrivas på ett vanligt sätt. För att nå hit skall ämnet skapa förutsättningar för en variation i undervisningen där alla skall ha möjligheten att delta på sina egna villkor. Genom Idrott och hälsa är det viktigt att skolan skapar en positiv syn på fysisk aktivitet då detta har betydelse för eleverna dels under skoltiden och dels senare i livet.³²

I 1994 års läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet har man skurit ner på antalet idrottstimmar i grundskolan jämfört med tidigare läroplan. Folkhälsoinstitutet ansåg i slutet av 1990-talet att undervisningen i skolidrotten inte tillfredställde skolelevens behov av fysisk aktivitet längre. Myndigheten för skolutveckling fick i uppdrag att undersöka om påståendet stämde. Regeringen beslutade efter undersökningens resultat att göra ett tillägg i läroplanen. I februari 2003 kom läroplanstillägget under rubriken *Skolans uppdrag*:³³

Skolan skall sträva efter att erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen...Även hälso- och livsstilsfrågor skall uppmärksammas.³⁴

Tillägget talar sitt tydliga språk menar Ingegerd Ericsson, forskare i relationer mellan motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer vid högskolan i Malmö, som anser att myndigheten nu har betonat vikten av fysisk aktivitet.³⁵

Ett av grundskolans mål är att eleverna skall utöva fysisk aktivitet. Enligt kursplanen för Idrott och hälsa har fysisk aktivitet en stor betydelse för hälsan. I och med att idrottsämnet bytte namn till Idrott och hälsa i Lpo94 har ämnet fått en vidare inriktning. Nu är det inte enbart den fysiska aktiviteten som står i fokus utan ämnet skall även ses ur ett hälsoperspektiv.³⁶

Slutrapporten Myndigheten för skolutvecklingen utfört, har rubriken *Fysisk aktivitet för bättre kunskapsutveckling* i myndighetens pressmeddelande,³⁷ där det framgår att elever som rör på sig mer klarar av skolan bättre.

³²<http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0607&infotyp=23&skolform=11&id=3872&extraId=2087> (2006-11-12)

³³ Karlsson, Y (2006) s 6

³⁴ Utbildningsdepartementet, (2002) s 5-6

³⁵ <http://www.focus-idraet.dk/documents/Fysakt%20iskolan.pdf> (2006-12-15)

³⁶ Lorentzson, P (2006) s 34

³⁷ <http://www.skolutveckling.se/pressrum/pressmeddelanden/p/?contentId=8210> (2006-12-15)

Andra effekter som myndigheten lyfter fram i sin slutrapport är att de blir gladare och får lättare att koncentrera sig, vilket leder till att klassrummen får en lugnare arbetsmiljö som i sin tur leder till eleverna tillägnar sig kunskapen bättre.³⁸

I dagsläget har varje enskild skola möjligheten att disponera antalet lektionstimmar i Idrott och hälsa fritt i och med avregleringen av den nationella timplanen. Antalet timmar varierar avsevärt mellan skolor. De skolor med endast 40 minuter skolidrott per vecka har fått mycket kritik då en del anser att mer skolidrott behövs för att förhindra ökningen av fetma och övervikt bland barn. Men att använda skolidrotten för att minska barns stillasittande är inte syftet med ämnet. Skulle syftet med ämnet vara fysisk träning och motion för stunden skulle de elever som är fysiskt aktiva utanför skoltid inte behöva delta. Skolidrotten är inte enbart till för att eleverna skall få möjlighet till att utöva fysisk aktivitet utan det är även ett kunskapsämne där man kopplar teori med praktik.³⁹

Enligt intervjustudier som gjorts vid Idrottshögskolan i Stockholm anser idrottslärarna att det är viktigt med en variation i undervisningen där de viktigaste målen för idrottsundervisningen är att eleverna rör på sig och samtidigt tycker det är roligt. Det är viktigare att eleverna tycker det är roligt att röra på sig än att de uppnår färdigheter menar de. Det är inom den medicinska vetenskapen ett välkänt faktum att fysisk aktivitet förbättrar förmågan att hantera stress, vår hälsa och vårt humör, vilket i sin tur skapar förutsättningar för lärande.⁴⁰

År 2002 gjordes en nationell utvärdering av skolidrotten i Sverige där 225 lärare från grund- och gymnasieskolan deltog. Undersökningen visade att lärarna ansåg att det viktigaste med ämnet var att få eleverna att tycka det är roligt med fysisk aktivitet.⁴¹ Denna utvärdering pekar således på samma resultat som ovanstående undersökning. Som blivande idrottslärare instämmer vi i detta.

2.3 Skolidrottens timfördelning

RF har genomfört en riksomfattande enkätstudie bland grundskolor och gymnasieskolor. Studien visar att på drygt hälften av grundskolorna har det lokala jämningsutrymmet inte lett till någon förändring i antalet timmar inom skolidrotten. Med det lokala jämningsutrymmet menas att varje enskild skola får bestämma över 20 procent av det totala timantalet för varje ämne. Detta innebär i praktiken att de 500 timmarna som Idrott och hälsa ämnet har kan variera från 400 till 600 timmar. Närmare hälften av skolorna har valt att utnyttja jämningsutrymmet⁴² så att det rör skolidrotten.⁴³ Kursplanens utformning i Lpo 94 gör att det fortfarande finns öppningar för skolidrotten.

Beroende på resurser och inställning hos respektive skola och kommun finns i varje fall teoretiska möjligheter att ämnet 'Idrott och hälsa' skulle kunna erbjudas acceptabla förutsättningar.⁴⁴

³⁸ <http://www.skolutveckling.se/publikationer/publ/main?uri=scam%3A%2F%2Fpubl%2F540&cmd=download> s 17 (2006-12-04)

³⁹ Lorentzson, P (2006) s 34

⁴⁰ Lorentzson, P (2006) s 35-36

⁴¹ Larsson, H & Redelius, K (2004) s 25

⁴² På 20 procent av skolorna har utnyttjandet av det lokala jämningsutrymmet lett till en minskning i antalet timmar för skolidrotten. På 23 procent av skolorna har det istället lett till en ökning i antalet timmar för skolidrotten.

⁴³ Eriksson, S (1996) s 15

⁴⁴ Eriksson, S (1996) s 4

Den bild skolorna ger av ämnet Idrott och hälsa, i jämförelse med situationen före den senaste förändringen i Lpo 94 är att den genomsnittliga tiden för varje elev har minskat. Tre av fyra skolor ger ett svar som tyder på minskad tid för den enskilda eleven.⁴⁵

Skolidrotten kan ses som den enda plats där alla ungdomar kommer i kontakt med idrott. Denna argumentation användes inför läroplansreformen 1994, av idrottslärare och representanter för föreningsidrotten. Man hävdade här att en reduktion av ämnet på sikt skulle öka folkhälsoproblemet. Björn Sandahl, framhåller istället ändrade levnadsvanor och livsmönster som de stora faktorerna till folkhälsoproblemet. Genom det lokala inflytandet över skolidrotten menar Sandahl att det bildats två grupper där den ena kan komma att förfoga över endast en timma skolidrott i veckan och den andra kan få desto mer. Utifrån detta kan man se vissa samband mellan den ökade ohälsan bland ungdomar och det minskade antalet timmar inom skolidrotten, skriver Sandahl. Vidare menar Sandahl att fler timmar för ämnet inte ger mer skolidrott för den enskilde eleven. Detta motiverar han genom att hänvisa till forskare som räknat ut att en elev är aktiv i mindre än 10 minuter per lektion.⁴⁶ Han anser att en ökning av antalet timmar i ämnet endast kan motiveras då den fysiska aktiviteten på lektionstid ökar för den enskilda eleven. Aktiviteten hos eleverna under lektionstid behöver effektiviseras, menar Sandahl.⁴⁷

Det är här ytterst angeläget att ta reda på i vilken utsträckning som idrottsundervisningen bidrar till en ökning av den totala fysiska aktiviteten. Först då kan en ökning av tidsfördelningen motiveras och först då kan man argumentera för att hälsoläget hos befolkningen kan förbättras genom skolidrott.⁴⁸

Tidsfördelningen är för liten, ämnet är alltför inriktat på de redan aktiva eleverna och de lokaler som finns är inte tillräckliga, hävdar Sandahl. Han hävdar att 30 minuters fysisk aktivitet varje dag vore optimalt. Vidare skriver Sandahl att ämnet även borde ha teoretiska lektioner för ett livslångt perspektiv särskilt för att få in begreppet hälsa i undervisningen.⁴⁹ En annan aspekt som kan påverka är om kursplanen i Idrott och hälsa efterlevs av skolan, där det till exempel står att hälso- och livsstilsfrågor skall uppmärksammas.⁵⁰

1997 utfördes en undersökning av European Union of Physical Education där man sammanställde och jämförde olika europeiska länders tid för skolidrotten. Frankrike och Schweiz låg högst på listan med mer än två och halv veckotimmar. Sverige hade inte ens hälften av denna tid i veckan och hamnade därmed näst sist på listan av de 25 länder som ingick i undersökningen.⁵¹ 1998 utökades idrottsämnet med 40 klocktimmar för grundskolans nio år. I realiteten innebar denna ökning mellan två och åtta minuter i veckan.⁵²

⁴⁵ Eriksson, S (1996) s 17-18

⁴⁶ På en sådan nivå som RF angett, d.v.s. pulshöjande aktivitet i minst 30 minuters sammanhängande fysisk aktivitet.

⁴⁷ Sandahl, B (2004) s 17-27

⁴⁸ Sandahl, B (2004) s 20

⁴⁹ Sandahl, B (2004) s 17-27

⁵⁰ <http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0405&infotyp=23&skolform=11&id=3872&extraId=2087> (2006-11-17)

⁵¹ Boström, A (2000) s 19

⁵² Riksidrottsförbundet (2001) s 4

2.4 Elevers inställning till skolidrotten

Yngve Carlsten gjorde år 1989 en utvärdering av skolidrotten i årskurs 8. I studien deltog 499 elever från Stockholm. Två tredjedelar av eleverna redovisade en klart positiv inställning till ämnet. Eleverna uppskattade sig själva må både fysiskt och psykiskt bra av att utöva skolidrott. Studien visar även på att en fjärdedel har en mer reserverad inställning och att 1 av 20 har en klart avvisande inställning till ämnet. Sammantaget instämmer 92 procent av eleverna att de *delvis* eller *helt* mår bättre av skolidrotten.⁵³

Folkhälsoinstitutet och Skolverket har under våren 2001 genomfört en enkätundersökning som vänder sig till elever, lärare, skolledare, förskolechefer samt lärare i förskoleklasser bland 24 grundskolor och 24 gymnasieskolor. Syftet med undersökningen var att försöka få en bild av förutsättningarna för fysisk aktivitet i skolan och på fritiden. Undersökningen visar att 63 procent av eleverna uppger att de är fysiskt aktiva tre till fem gånger i veckan medan 15 procent uppger att de är helt fysiskt inaktiva. Undersökningen visar också att det finns ett samband mellan de fysiskt inaktiva eleverna och deras aktivitetsmönster på fritiden.

Rapporten visar dessutom att en majoritet av eleverna är positivt inställda till ämnet Idrott och hälsa samt att 90 procent av eleverna anser att Idrott och hälsa är ett viktigt ämne. 96 procent av killarna i grundskolan svarade i undersökningen att de oftast är med på idrottslektionerna. Detta kan jämföras med 70 procent av tjejerna som svarade likadant. Frånvaron bland tjejerna i grundskolan är betydligt högre jämfört med killarnas. Hela 15 procent av de tillfrågade tjejerna svarade att de sällan eller aldrig deltar på skolidrotten, jämfört med endast 3 procent av de tillfrågade killarna som svarade att de aldrig eller sällan deltar på idrottslektionen. Folkhälsoinstitutet och Skolverket menar på att en tänkbar förklaring till denna stora skillnad mellan killar och tjejer skulle kunna vara att om samundervisning bedrivs i dessa skolor så gynnas inte tjejerna då killars och tjejers fysiska skillnader är mycket stora. En annan förklaring till att inte eleverna deltar på idrottslektionerna skulle kunna vara sociala och psykiska problemen som eleverna upplever jobbiga under idrottslektionerna. Förslag till ett mer aktivt deltagande från dessa elever kan vara att införa särskilda grupper, där eleverna själva får välja aktiviteter som passar dem. Syftet med gruppen är att eleverna så småningom skall kunna komma tillbaka till sin gamla klass och att delta där. Undersökningen visar att de elever som inte tycker om skolidrotten är heller inte fysiskt aktiva i någon förening, vilket Folkhälsoinstitutet och Skolverket tror kan hänga ihop med att eleverna inte tycker om eller inte orkar med organiserade former av idrott.⁵⁴

Charli Eriksson, professor i folkhälsovetenskap vid Örebro universitet, fick i uppdrag av skolverket att utforma en utvärdering av ämnet Idrott och hälsa 2002 i grundskolan årskurs 9. Utvärderingen visar att majoriteten av eleverna var positivt inställda till skolämnet Idrott och hälsa. De uppgav även att de tycker ämnet är roligt. Drygt hälften av eleverna, fler pojkar än flickor, ansåg att ämnet är lika viktigt som andra ämnen i skolan och att de vill ha mer Idrott och hälsa på schemat, då de ansåg att det var för lite tid för ämnet. Endast ett fåtal elever vill minska tiden för ämnet. En majoritet uppgav att de lärde sig en mängd olika praktiska och teoretiska moment i ämnet Idrott och hälsa, bland annat att man mår bra av att röra på sig.⁵⁵

⁵³ Carlsten, Y (1989) s 67, 70-71

⁵⁴ Begendahl, L, Kallings L & Strandell, A (2001) s 16-17 19, 29-31, 35-36

⁵⁵ Eriksson, C (2003) s 24-28

2.5 Hälsa

Vi människor är skapade för att vara fysiskt aktiva. Det har utförts ett stort antal undersökningar huruvida fysisk aktivitet leder till att man förebygger sjukdomar. Det flesta forskare är eniga om att det är så. Den samlade vetenskapen menar att en av de viktigaste faktorerna som påverkar vår livsstil är fysisk aktivitet.⁵⁶

Forskning visar att fysisk aktivitet ger många positiva effekter och bidrar till bättre fysisk och psykisk hälsa.⁵⁷ European Heart Network⁵⁸ rekommenderar sammanlagt en timmes rörelse per dag för unga människor (5–18 år) för optimal tillväxt, utveckling och ett bestående intresse för ett fortsatt aktivt liv.⁵⁹

Risken om man inte förändrar situationen i skolan för de fysiskt inaktiva eleverna är att de istället för att stimuleras får en ökande motvilja mot fysisk aktivitet, vilket kan leda till ohälsa i vuxenlivet.⁶⁰

Fysisk aktivitet under våra uppväxtår gör att vi bygger upp vårt skelett, muskler och utvecklar vår motorik.⁶¹

Ortopeden Martin Sundberg visar i sin doktorsavhandling att skolidrotten har en tydligt stärkande effekt på benmassan hos elever upp till 13 års ålder. Studien gjordes på 280 elever mellan 12- 16 år vilka fick 40 minuter extra skolidrott utöver den ordinarie skolidrotten. Drar man in på skolidrotten skulle en effekt troligen ge en ökning av benskörhet vilket i sin tur leder till benbrott. Genom positiva upplevelser av fysisk aktivitet tidigt i livet, påverkar man inte bara elevens hälsotillstånd i nuläget utan även deras framtida hälsa. Skolan har med sin miljö, unika möjligheter för att främja bra levnadsvanor hos eleverna. Genom att eleverna får kunskap om hur kroppen fungerar samt om sambandet mellan regelbunden fysisk aktivitet och goda kostvanor kan de förbättra sitt fysiska och psykiska välbefinnande.⁶²

Skolidrotten ger en bredd av fysiska aktiviteter där eleverna får erfara hur deras egen kropp fungerar samt bidrar till att eleverna får en god kroppsuppfattning. Detta är förutsättningar för en optimal kunskapsutveckling.⁶³

Genom fysisk aktivitet förbränner man inte bara kalorier utan vår kropp berörs även på många andra sätt. Vi påverkas alltifrån cellernas insulinkänslighet till sömnen och vår sinnesstämning. Fysisk aktivitet är nödvändigt för kroppens organ och dess funktioner. Genom rörelse får vi en lägre hjärtfrekvens och en stigande slagvolym dels i vila men även under arbete. En annan effekt är att blodvolymen ökar. Dessutom får människor med ett högt blodtryck oftast ett mer normalvärde genom fysisk aktivitet. Efter en tids regelbunden träning blir belastningen på hjärtat lägre både i vila och vid fysisk aktivitet eftersom att både hjärtfrekvensen och adrenalinhalten sänks.⁶⁴

⁵⁶ <http://www.rf.se/t3.asp?p=13724> (2006-12-04)

⁵⁷ Faskunger, J & Hemmingsson, E (2005) s 16-17

⁵⁸ Nätverk för hjärt-lung organisationen i Europa

⁵⁹ Annerstedt, C (2001) s 335

⁶⁰ Begendahl, L, Kallings L & Strandell, A (2001) s 36

⁶¹ Lorentzson, P (2006) s 13

⁶² Riksidrottsförbundet, (2001) s 4-9

⁶³ Annerstedt, C (1992) s 20

⁶⁴ Lorentzson, P (2006) s 13

I rapporten *Livsviktig* framkommer det att det är en hälsorisk att vara stillasittande oavsett om man är smal eller inte. Det är i själva verket bättre att vara lite överviktig och regelbundet fysiskt aktiv än smal och stillasittande. Detta beror på att fysisk aktivitet påverkar blodfetterna. Genom aktivitet sänks de skadliga blodfetterna samtidigt som det ökar mängden goda blodfetter och musklernas insulinkänslighet förhöjs. Stillasittande bidrar till en större andel skadliga blodfetter och högt blodsocker vilket ökar risken för diabetes och hjärt-kärlsjukdomar. Andra effekter av regelbunden fysisk aktivitet är:⁶⁵

- Ökar cirkulationssystemets kapacitet
- Ökar balansförmågan
- Koordinationen förbättras
- Ökad allmän rörlighet samt smidighet
- Bättre immunförsvar

Fysisk aktivitet minskar risken för tidig död i hjärt- kärlsjukdom, för utvecklingen av diabetes, högt blodtryck, benskörhet och cancer i tjocktarmen. Samtidigt är det belagt att fysisk aktivitet kan minska risken för depression, öka självkänslan...⁶⁶

2.6 Inläring

Under vårterminen 1996 gjordes en undersökning på fem gymnasieskolor i Kristianstads kommun, där 301 elever deltog. Studien visade bland annat att det fanns ett samband mellan fysisk kapacitet och elevernas medelbetyg. De elever som tränade regelbundet, minst en till två gånger per vecka, hade högre medelbetyg än de som inte tränade. Träningen tog en hel del tid som annars hade kunnat användas till att läsa läxor. Trots detta presterade alltså de elever som tränade regelbundet bättre i skolan än de som inte tränade.⁶⁷

Att fysisk aktivitet befrämjar framgång i studierna är ett välkänt faktum, liksom att det finns ett dokumenterat samband mellan höga betyg i idrott och fortsatt idrottande i vuxen ålder. Forskning visar vidare att en allsidigt och pedagogiskt riktigt bedriven fysisk träning har stor betydelse för hur barnen upplever sig själva och sin kropp, vilket ger positiva effekter på barnens självförtroende och självkänsla. Faktorer som i sin tur ökar förutsättningarna för att barnen skall må bra och kunna tillgodogöra sig skolundervisning.⁶⁸

På Ängslättskolan i Bunkeflostrand utanför Malmö startade man 1999 *Bunkefloprojektet* där skolan införde daglig fysisk aktivitet. Detta projekt startades på grund av alarmerande rapporter gällande en ökning av astma och allergier men också ökad benskörhet, diabetes och fetma allt lägre ner i åldrarna. 1999 införde Ängslättskolan daglig fysisk aktivitet för de barn som började årskurs 1 och 2 och studien skall fortgå i nio år. Elever som vid skolstarten observeras ha motoriska brister erbjuds dessutom extra motorisk träning i en mindre grupp. Med hjälp av den lokala idrottsföreningen har man kunnat erbjuda eleverna daglig fysisk aktivitet. Barnen följs upp av forskare vid Lärarhögskolan i Malmö och Ortopediska kliniken gällande deras fysik, motorik och kunskapsutveckling. Ingegerd Ericsson forskar i relationerna mellan motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer vid högskolan i Malmö.

⁶⁵ Lorentzson, P (2006) s 13-14

⁶⁶ Lorentzson, P (2006) s 14

⁶⁷ Sollerhed A-C (1997) s 29-30

⁶⁸ Annerstedt, C (1992) s 20-22

Hon har under tre år utvärderat 251 elevers motoriska utveckling med hjälp av MUGI som står för motorisk utveckling som grund för inläring och är ett observationsschema. Elevernas utveckling jämförs med en grupp elever med normal⁶⁹ skolgång.⁷⁰

Resultatet av hennes forskning visar att de elever som fått mer fysisk aktivitet per dag på sitt schema är bättre överlag gällande motoriken. De som vinner mest på mer skolidrott är de elever som hade motoriska brister vid studiens start då de behöver mer stimulans utöver de tidigare två lektionstillfällena eleverna hade innan projektet drog igång. Resultatet visar även att övriga resultat i skolan har påverkats positivt av den ökade fysiska aktiviteten jämfört med jämförelsegruppen. Eleverna har fått bättre resultat på de nationella proven för svenska och matematik.⁷¹

Barns motoriska utveckling går att påverka i skolan. Det har betydelse hur mycket och vilken idrottsundervisning barnen får i skolan. Barn som får röra sig mer klarar också skolarbetet bättre.⁷²

Eleverna får springa och prata av sig vilket gör klassrumsmiljön mycket lugnare. Genom dessa effekter kan eleverna ta till sig kunskapen bättre.⁷³ De elever med motoriska brister har förbättrat sin koncentrationsförmåga mest av de elever som deltog i studien.⁷⁴

Ingegerd Ericsson lyfter i *Fysisk aktivitet och kunskapsutveckling i den svenska skolan* fram att de skolor vilka har satsat extra på skolidrotten, har fått effekterna av att eleverna blir gladare och lugnare. Detta medför i sin tur att de har lättare att koncentrera sig i klassrummet. Elever, lärare, rektorer och föräldrar lyfter även fram att det sociala klimatet har blivit bättre. Följden av dessa effekter ger eleverna en förbättrad kunskapsutveckling.⁷⁵

Skolprestationerna påverkas av elevernas fysiska aktivitet. Inför man mer skolidrott skulle skolan kunna förbättra elevernas kunskapsutveckling.⁷⁶ Ytterligare en undersökning som gjorts i Kanada, Trois Rivers, visar att de elever som hade mer skolidrott och mindre tid i de teoretiska ämnena presterade lika bra eller bättre i de teoretiska ämnena.⁷⁷ Resultaten pekar på att ökad fysisk aktivitet kan påverka skolprestationerna i en positiv riktning, framförallt skriv- och läsförmågan.⁷⁸

2.7 Motivation till skolidrotten

För att kunna förbättra inställningen till skolidrotten är det flera bitar man måste arbeta med. En av de viktigaste sakerna att arbeta med för att förbättra inställningen är att kunna motivera för eleverna att det är viktigt att tänka på sin hälsa.

⁶⁹ Med normal menar vi att jämförelsegruppen följer den obligatoriska timplanen.

⁷⁰ www.bunkeflomodellen.com (2006-12-04)

⁷¹ <http://www2.mah.se/upload/GF/pme/20030917.pdf> (2006-12-04)

⁷² http://www.mah.se/templates/Page_6641.aspx (2006-12-04)

⁷³ <http://www.skolutveckling.se/publikationer/publ/main?uri=scam%3A%2F%2Fpubl%2F540&cmd=download> (2006-12-04) s 20

⁷⁴ <http://www.idrottsforum.org/articles/ericsson/ericsson031125.pdf> (2006-12-04) s 6

⁷⁵ <http://www.skolutveckling.se/publikationer/publ/main?uri=scam%3A%2F%2Fpubl%2F540&cmd=download> (2006-12-04) s 17

⁷⁶ <http://www2.mah.se/upload/GF/pme/20030917.pdf> (2006-12-04)

⁷⁷ Riksidrottsförbundet, (2001) s 12

⁷⁸ Riksidrottsförbundet, (2001) s 12

Gunn Imsen skriver att motivation handlar om det som driver oss framåt och får oss att uträtta saker. Det handlar om hur tankar, känslor och förnuft flätas samman som tillsammans skapar en mening åt våra handlingar.⁷⁹

Birgitta Qvarsell anser att i det pedagogiska sammanhanget kan vi se att motivationen behandlas på två olika sätt, yttre och inre motivation. Den yttre motivationen påverkas av miljöstyrning och den inre motivationen påverkas av den inre drivkraften. Den inre motivationen är något som finns naturligt hos eleven och denna kommer till sin rätt då påverkan utifrån är så liten som möjligt. Individens inre motivation påverkas positivt av rätt aktivitet och om eleven får välja fritt.⁸⁰

Jens Brinch menar att yttre motivation är att man belönar eller straffar individen beroende på hur de presterar. Faran med detta förhållningssätt är att elevens idrottsutövande bara koncentreras på den belöning den kan erhålla. Att bygga motivationen på detta kan leda till att elevens inre motivation till skolidrotten glöms bort och hela idrottsutövandet beror på den yttre belöningen. Senare i livet kan detta medföra att motivationen till fysisk aktivitet minskar då den yttre motivationen från tränare och föräldrar upphör.⁸¹

Ann-Katrin Jakobsson skriver att i den inre motivationen ligger drivkraften hos individen själv och inte i yttre belöningar. Den inre motivationen innebär att man lär sig för att stilla sin nyfikenhet. Det handlar inte enbart om att lära för nöjet utan även om att överträffa sig själv, söka utmaningar och upplevelser. Hon skriver vidare att yttre motivation syftar på att det man gör är medel för att uppnå något utanför själva aktiviteten. Det kan man göra för att undvika kritik eller få beröm och uppskattning.⁸²

⁷⁹ Imsen, G (2000) s 271-273

⁸⁰ Qvarsell, B (1978) s 14, 23-24

⁸¹ Brinch, J (1991) s 29-30

⁸² Jakobsson, A-K (2000) s 49

3 Material och metod

3.1 Val av metod

För att undersöka elevers inställning till ämnet Idrott och hälsa har vi valt att göra en enkätundersökning på två grundskolor. En första kontakt togs med skolornas rektorer som därefter valde ut klasser som de ansåg ha den tid som krävdes för vår enkätundersökning. Därefter tog vi kontakt med klassföreståndarna i respektive klass. Vi valde att närvara när undersökningen ägde rum, för att vara tillgänglig vid eventuella frågor. De data som vi samlade in kvantifierade och bearbetade vi med statistisk analys för att på så sätt kunna urskilja mönster och tendens i materialet. Vi använde oss av programmet SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 12.0.1 för Windows. Där har vi tagit hjälp av sambandsmått *Gamma* och *Somers' d* vilka båda är korrelationsmått för rangordnade variabler på ordinalskalenivå. Det betyder att de kan användas när man skall pröva om det finns ett samband mellan två variabler som befinner sig på ordinalskalenivå, det vill säga att man kan rangordna värdena på variablerna, till exempel, alltid är mer än ofta som i sin tur är mer än ibland och så vidare. *Gamma* och *Somers' d* bygger på att man jämför alla analysenheter och ser hur många som går i hypotesens riktning, hur många som är neutrala i förhållande till hypotesen och hur många som går emot hypotesen.⁸³

Vi kunde, genom att använda en enkät, få svar från en större grupp elever än vad vi hade kunnat få genom intervjuer, och på så sätt ge tyngd åt resultatet.⁸⁴ Det leder även till att resultatet är lätt att stämma av, bearbeta och presentera i form av till exempel tabeller och diagram. Dessutom vet vi säkert att samma frågor ställs till alla försökspersoner på samma sätt och därmed minskar risken för inverkan från forskaren eller forskningsgruppen. På så sätt kan man anta att en enkät blir mer renodlat informativ och objektiv i sitt utfall än en intervju där inte bara forskarens närvaro och personlighet kan tänkas påverka resultatet, utan där försökspersonens utsagor även skall tolkas av forskaren innan de kan presenteras.

En annan fördel med enkäten är att den garanterar vår urvalsgrupp total anonymitet.⁸⁵ Då en viktig del av vårt syfte är att försöka komma åt elevers inställning till idrottsämnet och deras ärliga åsikter om deras syn på inverkan på övriga ämnen, utanför sammanhang och gruppträck, (i den mån det nu går att uppbringa sådana förhållanden för en undersökning), ansåg vi det av stor vikt att våra försökspersoner fick känna sig trygga i att deras åsikter aldrig skulle kunna kopplas till dem, vare sig till namn eller ansikte. Följaktligen ansåg vi en enskilt och avskilt ifyllt enkät vara det bästa verktyget för att uppnå så ärliga svar som möjligt.

En nackdel med denna typ av kvantitativa metod kan dock vara att man för att uppnå raka och konkreta svar tvingas ställa raka och konkreta frågor som sedan inte ger något större perspektiv eller djup åt resonemanget. Ytterligare en nackdel kan vara att eleverna inte förstod frågorna och inte vågade fråga oss. En annan baksida med enkätundersökningar är att det kan bli stort bortfall, eftersom man inte vet i förväg hur många som kommer att genomföra enkäten.⁸⁶ Dessutom kan vi inte säkert veta om eleverna svarade ärligt.

⁸³ Esaiasson, P, Gilljam, M, Oscarsson, H, & Wängnerud (2003) s 369-416

⁸⁴ Stukat, S (2005) s 42

⁸⁵ Stukat, S (2005) s 43

⁸⁶ Stukat, S (2005) s 43

3.2 Population och urval

När vi valde åldersgrupp ville vi koncentrera oss på en ålder då elever har börjat få en utökad medvetenhet kring sig själva och sin omgivning. Ett, mer eller mindre, självständigt val förutsätter att personen i fråga har kommit upp en aning i ålder och börjat tänka och resonera själv kring sina valmöjligheter. Vi ville också att tankar kring sin egen hälsa skulle ha börjat väckas. Eftersom vi hade för avsikt att undersöka elevers inställning till skolidrotten ansåg vi det som avgörande att de hunnit med att ha skolidrott så mycket som möjligt. I år 7 möter eleverna en ny värld än den de vistats i under större delen av sin skoltid. Många byter skola för första gången, möter helt nya miljöer, och många träder in i puberteten. Under det första året på högstadiet är allting förhållandevis nytt.

Under tredje året däremot, har två hela läsår av idrottsundervisning passerat, och eleverna har fått prova på det mesta av det som den nya skolan och den nya ålderskategorin har att erbjuda. Vi anser att den ideala åldersgruppen för vår undersökning skulle befinna sig just där.

För att få ytterligare en dimension till vårt arbete har vi valt att utgå ifrån två olika geografiskt hemmahörande urvalsgrupper. Detta för att utröna om geografiska skillnader ger en skillnad i inställningen till skolidrotten och deras syn på hur denna inverkar på andra ämnen. Den ena gruppen går i skola i staden och den andra på landsbygden. Vi ville ha en överskådlig kategorisering som var enkel att urskilja och som inte skulle uppta onödigt utrymme i enkät. Vi valde därför en skola på landsbygden och en skola i de centrala stadsdelarna och fördelade sedan enkäter jämt på dessa två områden.

Resultatet av urvalet blev således till slut 47 enkäter från skolan belägen på landsbygden utanför Göteborg samt 48 enkäter från Göteborgs centralt belägna skola. De tillfrågade utgörs av 50 tjejer och 45 killar. Samtliga tillfrågade besvarade enkäten och antalet blev därmed totalt 95 stycken. De två skolor är kommunala, utan någon särskild inriktning eller bakomliggande filosofi. Båda skolorna har två timmar schemalagd skolidrott per vecka, varav den centralt belägna skolan har en timma samundervisning och en timma könsuppdelad idrottsundervisning. Skolorna omfattar både förskoleklass och grundskola år 1-9 (f-9). Elevrekryteringen till den centralt belägna skolan sker i regel från den egna stadsdelen, vilket är ett område med relativt hög social status. I stadsdelen bor det cirka 24 000 invånare och där finns tre högstadieskolor. Den på landsbygden lokaliserade skolan är belägen i en kommun med cirka 23 000 invånare med tre högstadieskolor. Rekryteringen sker från närområdet som i huvudsak består av medelinkomsttagare. Av anonymitetsskäl har vi valt att inte namnge varken stadsdelsnamn eller namn på skolor.

3.3 Utformning av enkät

Vår enkät består av elva frågor, de flesta med ett varierande antal underliggande svarsalternativ. Vi utgick ifrån frågeställningarna i vårt syfte och utformade sedan ett antal frågor som vi trodde skulle ge oss svar på dessa frågeställningar. Frågorna har till det mesta delen så kallade fasta svarsalternativ. Dock fanns det också frågor med så kallade öppna svarsalternativ där eleverna kunde ge sina egna svar om de av någon anledning inte innefattades av de givna svarsalternativen. För exakt utformning av enkäten se bilaga 1 där den återges i sin helhet.

Då man använder sig av enkätundersökning är det viktigt att frågorna är korta och precisa, anpassade efter de som ska svara och att svarsalternativen är klara och entydiga. Frågorna får

heller inte vara för många. För att uppfylla dessa kriterier valde vi att utforma en provenkät som vi testade på fem stycken elever i år nio. Svaren de gav i enkäten var fullt användbara och vi tolkade det som om frågorna var lätta att förstå. Vi satte oss därefter med eleverna och frågade om frågornas relevans, mängd och om de tyckte att något behövdes ändras. Här ansåg samtliga att inga justeringar behövdes. Vi bestämde oss därefter att använda denna enkät utan några finjusteringar. Nyberg menar att det är en viktig del i processen att genomföra pilotundersökningar och han påpekar att man bör samtala med piloterna efteråt och be dem att öppet berätta vad de inte förstått eller vad de kan tro missförstås.⁸⁷

3.4 Definitioner

Vi har använt oss av begreppet fysisk aktivitet och menar då en sammanhängande, pulshöjande aktivitet i minst 30 minuter. Begreppet skolidrott åsyftar all lektionstid åt ämnet Idrott och hälsa samt de friluftsdagar som är under läsåret. Att friluftsdagarna inkluderas här är att man mestadels kan koppla friluftsdagarnas innehåll till skolidrotten och att det är något som historiskt har ändrats. Från början var de en del av skolans timplan och utöver skolidrottens timplan. Idag är friluftsdagarna valfria för den enskilda skolan.

Begreppet hälsa har vi fastställt efter Världshälsoorganisationens, WHO, definition av hälsa som lyder:

Ett tillstånd av fullständig fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande och inte blott frånvaro av sjukdom och handikapp⁸⁸

I nationalencyklopedin kan vi läsa att inställning är den uppfattning eller värdering som styr någons uppträdande. Med andra ord kan det ligga många olika orsaker bakom att man har en viss inställning till Idrott och hälsa.⁸⁹

3.5 Generaliserbarhet, reliabilitet och validitet

Generellt kan sägas att vi författare till detta arbete har försökt att förhålla oss så objektiva och neutrala som möjligt för att inte påverka uppsatsens utfall. Men det finns alltid en risk att förförståelse och förväntningar omedvetet färgat tolkningen av det insamlade materialet vilket kan påverka resultaten.

Vi är medvetna om att vår studie är lokal och därför inte generellt gällande. Vi har heller inte haft någon ambition att göra grova generaliseringar utifrån resultatet. Det kan skilja mycket mellan skolor beroende på vart de är belägna, vilka resurser som finns tillgängliga och så vidare. Hur elever i nionde klass uppfattar skolidrotten kan skilja sig från exempelvis Göteborg till Kiruna, men skiljer sig förmodligen också mellan Göteborgs centrum och förorter till Göteborg. Sannolikt är även att det råder stor skillnad i synen på vad som är normalt och inte mellan skolor med olika inriktning och/eller filosofi. Det finns alltid en möjlighet att representativiteten i undersökningen kan påverkas av idrottslärares kompetenser och förhållandena på skolan. Om undersökningen hade gjorts på en annan skola, där eleverna haft en annan bakgrund, kunde vårt resultat ha blivit annorlunda. Därför kan studien inte ses som representativ.

⁸⁷ Nyberg, R. (2000)

⁸⁸ <http://en.wikipedia.org/wiki/Health> (2006-11-09)

⁸⁹ http://www.ne.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=O195645&i_word=inst%e4llning (2006-11-14)

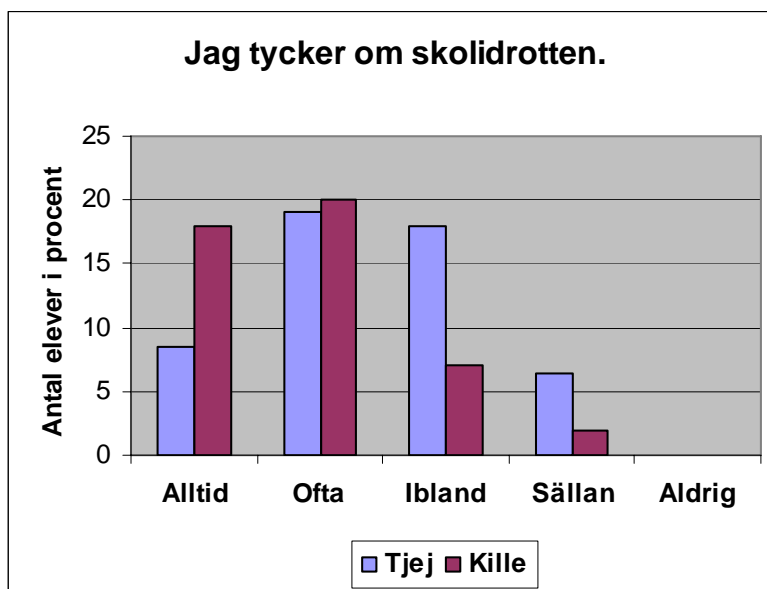
Det kan också vara så att utformningen av enkäten kan ha påverkat hur eleverna svarat. Enkäten är utformad så, att eleven först läser en fråga vilken denne sedan svarar på genom att kryssa i ett av svarsalternativen: alltid, ofta, ibland, sällan, aldrig. Det faktum att alternativet alltid kommer först kan eventuellt ha påverkat de tillfrågades svar. I efterhand upptäcktes att svarsalternativet *aldrig* inte fanns med i frågorna 7 och 8. Detta kan ha gjort att vissa elever inte har kunnat svara exakt på dessa frågor. Andra misstag som upptäcktes i efterhand är fråga 9 som skulle ha formulerats annorlunda på grund av att vi vet inte om svaret de ger påverkar resultaten positivt eller negativt.

Om enkätundersökningen skulle göras om igen på till exempel vårterminen är det inte säkert, kanske inte ens troligt, att samma resultat skulle uppnås. Vissa av elever har kanske förändrat sin syn på skolidrotten, andra kanske har fått andra intressen och därför slutat idrotta. Vi är också medvetna om att det är svårt att kontrollera hur seriöst eleverna svarat på enkätfrågorna. Även om det verkade som att de allra flesta tog uppgiften på stort allvar, går det inte att utesluta att vissa inte tagit uppgiften lika seriöst som andra, vilket naturligtvis påverkar resultatet.

4 Resultat

4.1 Enkätresultat

Figur 1. Elevers inställning till skolidrotten



Källa: Enkätundersökning

Anmärkning (Anm.): 1 bortfall

Majoriteten av eleverna i vår undersökning är positivt inställda till skolidrotten, närmare bestämt 65 procent. Av figur 1 kan vi också utläsa att ingen elev anser att de aldrig tycker om skolidrotten.

Av figur 1 kan vi även utläsa att killarna i vår enkätundersökning är mer positivt inställda till skolidrotten än tjejerna. Det är 18 procent utav killarna, medan endast 8,5 procent av tjejerna, som alltid tycker om skolidrotten. Vi kan även se en stor skillnad mellan könen i antalet elever som svarat att de sällan tycker om skolidrotten. Det är 6,4 procent av tjejerna men endast 2 procent av killarna som angett detta svarsalternativ.

Anmärkningsvärt är att ingen i vår undersökning svarat att de aldrig tycker om skolidrotten. Detta skulle kunna tyda på att lektionsinnehållet är varierat och därmed utformat så att det passar den enskilde individen vid något eller några lektionstillfällen. En annan aspekt kan vara att eleverna uppfattar skolidrotten som ett avbrott från de stillasittande teoretiska ämnena och att de inte uppfattar skolidrotten som ett kunskapsämne utan ett ämne där de springer av sig.

Tabell 1. Vad tycker eleverna om skolidrott uppdelat för respektive kön och i vilken miljö skolan är lokaliserad.

	<i>Tycker om skolidrott</i>	<i>Landsbygd</i>	<i>Stad</i>
Tjej	Alltid	19 % (4 st)	14,3 % (4 st)
	Ofta	33,3 % (7 st)	39,3 % (11 st)
	Ibland	33,3 % (7 st)	35,7 % (10 st)
	Sällan	14,4 % (3 st)	10,7 % (3 st)
	Aldrig	0 % (0 st)	0 % (0 st)
Totalt		100 % (21 st)	100 % (28 st)
Kille	Alltid	46,2 % (12 st)	26,3 % (5 st)
	Ofta	30,8 % (8 st)	57,9 % (11 st)
	Ibland	19,2 % (5 st)	10,5 % (2 st)
	Sällan	3,8 % (1 st)	5,3 % (1 st)
	Aldrig	0 % (0 st)	0 % (0 st)
Totalt		100 % (26 st)	100 % (19 st)

Källa: Enkätundersökning

Om vi ser till urvalsgruppen som helhet finns det ingen signifikant skillnad till inställningen om skolidrotten, då vi slår ihop svarsalternativen alltid och ofta mellan landsbygd och stad.⁹⁰ Det är ingen stor skillnad på tjejers inställning i staden jämfört med på landsbygden, trots att man i staden har en del av gymnastikundervisningen könsuppdelad. Däremot finns det en markant skillnad mellan killars inställning till skolidrotten på landsbygd och i stad. Av tabell 1 kan utläsas att killar på landsbygden är i större utsträckning alltid positivt inställda till skolidrotten i förhållande till killarna i staden. Ser vi däremot närmare på tabellen finns det ingen generell skillnad mellan landsbygd och stad om man slår ihop svarsalternativen alltid och ofta. Resultatet visar då att 77 procent av killarna på landsbygden svarar att de alltid eller ofta tycker om skolidrotten, medan 84,2 procent av killarna i staden svarar att de alltid eller ofta tycker om skolidrotten.

Tabell 2. Hur viktigt tycker eleverna att skolidrotten är i förhållande till övriga skolämnen uppdelat för respektive kön och i vilken miljö skolan är lokaliserad.

	<i>Viktigare än andra skolämnen</i>	<i>Lika viktigt som andra skolämnen</i>	<i>Inte lika viktigt som andra skolämnen</i>	<i>Totalt</i>
Tjej	8 % (4 st)	58 % (29 st)	34 % (17 st)	100 % (50 st)
Kille	14 % (6 st)	72 % (31 st)	14 % (6 st)	100 % (43 st)
Landsbygd	11 % (5 st)	67 % (31 st)	22 % (10 st)	100 % (46 st)
Stad	10,7 % (5 st)	61,7 % (29 st)	27,6 % (13 st)	100 % (47 st)

Källa: Enkätundersökning

⁹⁰ Vi har sammanräknat svarsalternativen alltid och ofta för att få ett tydligare värde då vi tolkar båda alternativen som att eleven är positivt inställd till skolidrotten.

Majoriteten av eleverna tycker att skolidrotten är lika viktigt som andra skolämnen. Vi kan av tabell 2 utläsa att det är fler elever som anser att ämnet inte är lika viktigt som andra skolämnen än de elever som tycker att det är viktigare. Tabellen visar vidare att eleverna på landsbygden gör samma värdering av idrottsämnet som eleverna i staden. Vi kan utläsa att det finns en stor skillnad mellan tjejer och killar som inte tycker att idrottsämnet är lika viktigt som andra ämnen. 73,9 procent av dessa är tjejer, varav endast 26,1 procent är killar.

Tabell 3. Vill eleverna ha mer skolidrott uppdelat för respektive kön och i vilken miljö skolan är lokaliserad.

	<i>Ja</i>	<i>Nej</i> ⁹¹	<i>Det är bra som det är nu</i>	<i>Totalt</i>
Tjej	40,4 % (19 st)	25,5 % (12 st)	34,1 % (16 st)	100 % (47 st)
Kille	65,1 % (28 st)	7 % (3 st)	27,9 % (12 st)	100 % (43 st)
Landsbygd	56,5 % (26 st)	19,6 % (9 st)	23,9 % (11 st)	100 % (46 st)
Stad	47,7 % (21 st)	13,6 % (6 st)	38,7 % (17 st)	100 % (44 st)

Källa: Enkätundersökning

I de allra vanligaste fallen svarade eleverna att de ville utöka tiden för skolidrotten. Endast 16,7 procent säger att de vill minska tiden för ämnet. Av dessa 16,7 procent är det 80 procent tjejer och enbart 20 procent av killarna som tycker detta. Vi kan även se en stor könsskillnad bland de elever som vill utöka antalet timmar. Här är killarna mer positiva. Eleverna är något mer positiva till att utöka tiden för skolidrotten på landsbygden än i staden. Det finns också en skillnad mellan landsbygd och stad då det gäller de elever som varken vill öka eller minska tiden för skolidrotten.

Finns det uppenbara starka korrelationer mellan dessa tre variabler? Är det så att de elever som har en positiv inställning till skolidrotten också tenderar att värdera skolidrotten relativt högt i relation till andra skolämnen, och vill de ha oförändrad eller mer tid för skolidrott på schemat?

⁹¹ Vi tolkar svarsalternativet nej som om att eleven vill minska tiden för skolidrotten. Detta grundar vi på att eleverna har haft möjligheten att svara att det anser att tiden för skolidrotten är bra som den är nu.

Tabell 4. Vad eleverna tycker om skolidrotten och hur viktigt anser de att ämnet är i förhållande till de andra skolämnena?

	<i>Viktigare än andra skolämnena</i>	<i>Lika viktigt som andra skolämnena</i>	<i>Inte lika viktigt som andra skolämnena</i>
Tycker alltid/ofta om skolidrotten	90 % (9 st)	72,9 % (43 st)	43,5 % (10 st)
Tycker ibland om skolidrotten	10 % (1 st)	27,1 % (16 st)	26,1 % (6 st)
Tycker sällan/aldrig om skolidrott	0 % (0 st)	0 % (0 st)	30,4 % (7 st)
Totalt	100 % (10 st)	100 % (59 st)	100 % (23 st)

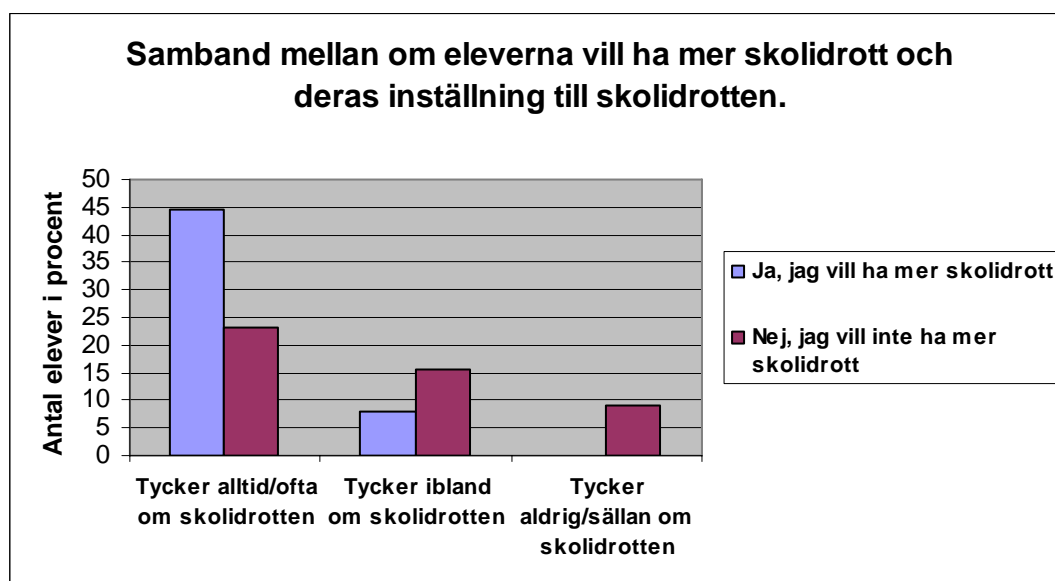
Källa: Enkätundersökning

Det föreligger ett synnerligen starkt samband mellan elevers inställning och hur viktigt de anser att ämnet är.

Majoriteten av eleverna anser att skolidrotten är lika viktigt som andra skolämnena. Den största gruppen som anser detta är de elever som är positivt inställda till skolidrotten. Vi kan även utläsa att en stor andel av de elever som tycker om skolidrotten ibland, anser att ämnet är lika viktigt som andra skolämnena. Tabell 4 visar också att samtliga elever med en negativ inställning till skolidrotten anser att ämnet inte är lika viktigt som andra skolämnena. En anledning till att de elever som har en negativ inställning till skolidrotten och inte tycker ämnet är lika viktigt som andra skolämnena, skulle kunna vara att de inte är fysiskt aktiva utanför skoltid. En annan möjlig orsak kan vara att idrottslärarna har misslyckats med sin uppgift att ge eleverna en positiv bild av fysisk aktivitet och troligen även misslyckats att på sikt skapa ett bestående intresse för idrott/fysisk aktivitet.

Av de elever som svarat att de anser att skolidrotten är viktigare än andra ämnen är det 90 procent av eleverna som alltid eller ofta tycker om skolidrotten. Det är rimligt att anta att om man tycker att skolidrotten är viktigare än andra skolämnena tycker man också om skolidrotten. Om man däremot inte tycker att skolidrotten är lika viktigt som andra ämnen är inställningen till idrottsämnet varierat. Anmärkningsvärt är att 43,5 procent av dessa tycker alltid eller ofta om skolidrotten. Detta skulle kunna tyda på att dessa elever inte anser att skolidrotten är ett kunskapsämne som ger dem någon ny kunskap, utan istället bidrar ämnet endast till att ha roligt och leka.

Figur 2. Vad eleverna tycker om skolidrotten och om de vill ha mer timmar i ämnet?



Källa: Enkätundersökning
Anm. 5 bortfall

En knapp majoriteten av eleverna i vår undersökning vill utöka timmarna för ämnet och därmed ha mer skolidrott. Figur 2 visar att de finns ett tydligt samband mellan elevers inställning och om de vill ha mer skolidrott. Av de elever som tycker om skolidrotten är det 67 procent som vill ha mer tid för ämnet. Samtidigt visar det att samtliga elever som inte tycker om skolidrotten inte vill ha mer skolidrott.

Som väntat fann vi en stark korrelation mellan dessa tre variabler. (Se tabell 3, 4 och figur 2.) Elever med en positiv inställning till skolidrotten tenderar alltså att värdera skolidrotten relativt högt i relation till andra skolämnen. Av dessa elever med en positiv inställning vill en klar majoritet ha mer skolidrott på schemat och en övervägande del anser även att ämnet är lika viktigt eller viktigare än andra skolämnen.

Detta tyder på att inställningen har en betydande roll för hur eleverna värderar skolidrotten gentemot andra skolämnen samt påverkar om de vill ha mer idrott på schemat. Nästa fråga blir då varför inställningen varierar hos eleverna. För att hitta en förklarande variabel har vi en hypotes om att deltagandet på idrottslektionen och om eleverna är fysiskt aktiva utanför skoltid kan vara orsaken.

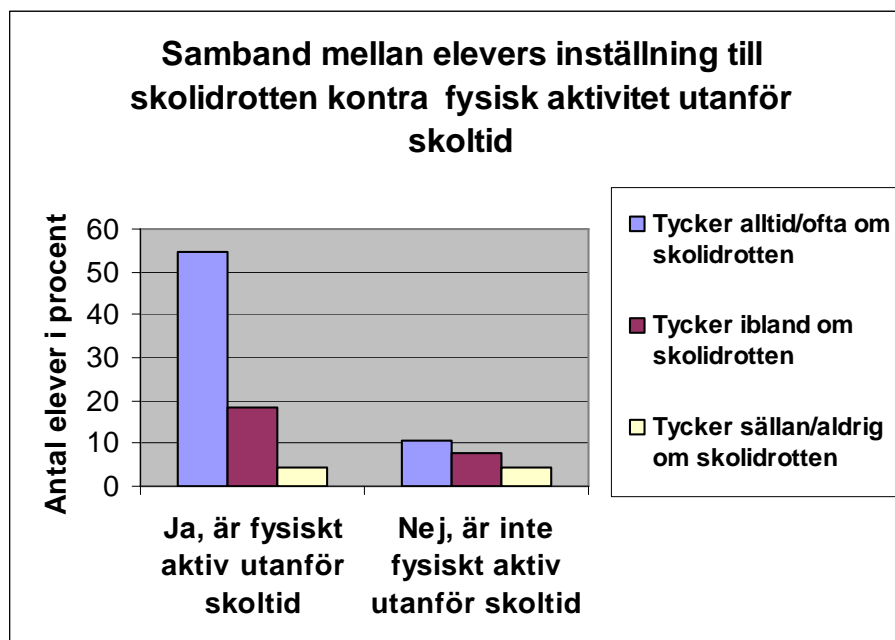
Tabell 5. Hur ofta deltar eleverna på skolidrotten och vad tycker de om ämnet?

<i>Deltar...på skolidrotten</i>	<i>Tycker alltid/ofta om skolidrotten</i>	<i>Tycker ibland om skolidrotten</i>	<i>Tycker sällan/aldrig om skolidrotten</i>
Alltid/Ofta	98,3 % (60 st)	95,8 % (23 st)	62,5 % (5 st)
Ibland	0 % (0 st)	4,2 % (1 st)	12,5 % (1 st)
Sällan/Aldrig	1,7 % (1 st)	0 % (0 st)	25 % (2 st)
Totalt	100 % (61 st)	100 % (24 st)	100 % (8 st)

Källa: Enkätundersökning

I tabell 5 kan vi se ett förhållande mellan deltagandet och inställningen till skolidrotten. Undersökningen visar att oavsett inställning till ämnet deltar eleverna i regel alltid eller ofta på skolidrotten. 98,3 procent av de elever som är positivt inställda till skolidrotten deltar alltid eller ofta på idrottslektionerna. Som vi kan utläsa av tabell 5 deltar 88 av 95 elever alltid eller ofta oavsett inställning, vilket troligen kan förklaras med att ämnet är obligatoriskt i grundskolan. Vidare visar tabell 5 att en majoritet av de elever som sällan deltar på idrottslektionerna också har en negativ inställning till skolidrotten. Har eleven en negativ inställning så deltar eleven heller inte på idrottslektionerna i samma utsträckning som en elev med en positiv inställning. Intressant är att en elev sällan eller aldrig deltar på skolidrotten men tycker alltid eller ofta om skolidrotten. En möjlig orsak kan vara något funktionshinder eller dylikt som gör att eleven inte kan delta i alla moment men ändå tycker om idrott.

Figur 3. Samband mellan vad eleverna tycker om skolidrotten och deras fysiska aktivitet utanför skoltid.



Källa: Enkätundersökning
Anm. 2 bortfall

Vi kan se ett klart samband mellan inställningen till skolidrotten och om man är fysiskt aktiv utanför skoltid. De elever som är fysiskt aktiva utanför skoltid har enligt vår undersökning en klart positivare inställning till skolämnet Idrott och hälsa än de elever som inte är fysiskt aktiva utanför skoltid. Resultatet visar vidare att majoriteten av eleverna är fysiskt aktiva utanför skoltid. 22 procent av de tillfrågade eleverna anser sig inte vara fysiskt aktiv utanför skoltid men majoriteten av dessa elever tycker alltid/ofta/ibland om skolidrotten. Anmärkningsvärt är att endast 4,3 procent i varje variabel har en negativ inställning till skolidrotten oavsett om man är fysiskt aktiv utanför skoltid eller inte.

Fysisk aktivitet utanför skoltid, deltagande på skolidrotten och hur viktigt eleverna anser att ämnet är, framstår som tre viktiga förklaringsvariabler. (Se figur 3 och tabell 5 och 4.) För att ytterligare säkerhetsställa vår hypotes använder vi oss av sambandsmättet Gamma.

Tabell 6.⁹² Sambanden mellan elevers inställning (EIS) till skolidrotten och deltagande i skolidrotten (DS), mellan inställningen till skolidrotten och om eleverna är fysiskt aktiva utanför skoltid (FAS) samt mellan elevers inställning och hur viktigt eleverna anser att skolidrottsämnet är (VÄ). Vi använder sambandsmättet Gamma och kontroll för miljö.

	<i>Samtliga</i>	<i>Landsbygd</i>	<i>Stad</i>
EIS × DS	0,611	0,774	0,230
EIS × FAS	0,413	0,594	0,141
EIS × VÄ	0,631	0,688	0,576

Källa: Enkätundersökning

Sambandsmättet Gamma visar att det finns ett samband mellan elevernas deltagande på skolidrotten och deras inställning till ämnet. Man kan anta att ju mer eleverna deltar på skolidrotten desto positivare inställning har de till ämnet. Man kan också tolka resultatet som om att inställningen påverkar deltagandet i negativ mening, alltså negativ inställning förklarar varför man inte deltar på idrottslektionerna. Resultatet visar vidare att det även finns ett starkt samband mellan om elever är fysiskt aktiva utanför skoltid och deras inställning till ämnet. Resultatet tyder på att dessa variabler har ett starkt förklaringsvärde gällande inställningen till skolidrotten. Sambanden i de två första analyserna är markant svagare för stad än för landsbygd.

Vi kunde inte utläsa någon markant skillnad mellan landsbygd och stad gällande fysisk aktivitet utanför skoltid. Ingen skillnad kunde heller utläsas av elevers deltagande på skolidrotten. (Se bilaga 2.) Därför kan vi konstatera att den fysiska aktiviteten utanför skoltid är oberoende av vart skolan är lokaliserad. Därmed kan inte mängden av elever som är fysiskt aktiva utanför skoltid förklara skillnaden mellan landsbygd och stad. Vi kan inte heller förklara skillnaden med deltagandefrekvensen på landsbygden och i staden. (Se bilaga 2) Ytterligare en stark förklaringsvariabel kunde vi finna i sambandet mellan elevers inställning och hur viktigt de anser att ämnet är. Det visas sig att sambandet i stort sätt är lika starkt på landsbygden som i staden.

Vi kan se ett starkt samband bland både tjejer och killar i de tre förklaringsvariablerna, men det finns ingen märkbar skillnad mellan könen i de två första variablerna. Dock finns det en liten skillnad mellan könen i den sistnämnda förklaringsvariabeln, då det är ett lite starkare samband mellan killars inställning och hur viktigt de anser att idrottsämnet är. Eftersom skillnaden mellan tjejer och killar i detta avseende är liten görs analysen med könen sammanslagna. (Se bilaga 2.)

Eftersom orsakssambandet troligtvis är dubbelriktat har vi kontrollerat med Somers´d som är ett asymmetriskt mått mellan två variabler.⁹³ Vi kan genom Somers´d utläsa att elevers deltagande i skolidrotten påverkar vad eleven tycker om ämnet något mer än tvärtom. Vidare visar Somers´d att fysisk aktivitet utanför skoltid och hur viktigt man anser att skolidrotten är, påverkar vad man tycker om ämnet något mer än tvärtom. Dessa tre förklaringsvariabler är samtliga starka men deltagande och hur viktigt man anser att ämnet är påverkar troligtvis inställningen till idrottsämnet mer än fysisk aktivitet utanför skoltid. Eftersom orsakssambandet troligtvis är dubbelriktat kan inställningen till idrottsämnet påverka deltagandet och hur viktigt man anser ämnet är istället för tvärt om. En möjlig slutsats att dra

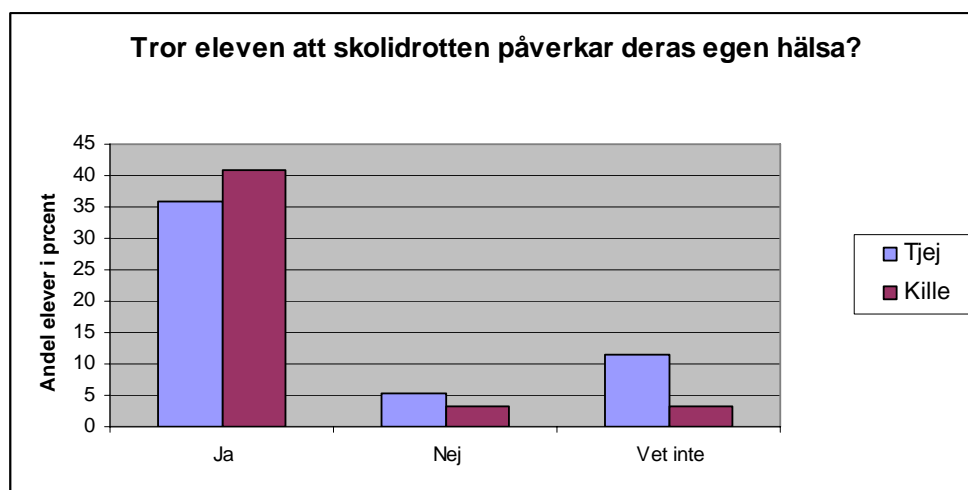
⁹² Esaiasson, P, Gilljam, M, Oscarsson, H, & Wängnerud (2003) s 369-416

⁹³ Esaiasson, P, Gilljam, M, Oscarsson, H, & Wängnerud (2003) s 369-416

är att ju mer man deltar på skolidrotten, hur viktigt man tycker att ämnet är samt om man är fysiskt aktiv utanför skoltid desto mer tycker man om ämnet. En annan möjlig slutsats är att ju mindre man tycker om ämnet desto mindre deltar man på skolidrotten (Se bilaga 2.)

En annan hypotes som vi vill pröva i denna uppsats är om det finns något samband mellan elevers deltagande på skolidrotten och elevers hälsa. För att kontrollera detta måste även den fysiska aktiviteten utanför skoltid tas med i analysen då denna troligen spelar en betydande roll för elevens hälsa. Är det möjligen så att fysisk aktivitet utanför skoltid är den starkare variabeln för elevers hälsa eller är de två variablerna tillsammans. Finns det någon skillnad mellan könen och påverkas eleven av bostadsmiljön?

Figur 4. Tror eleverna att det de lär sig på skolidrotten har någon betydelse för din egen hälsa?



Källa: Enkätundersökning

På frågan om eleverna tror att det de lär sig på skolidrotten har någon betydelse för deras hälsa, visar figur 4 att 76,8 procent tror att skolidrotten har betydelse för deras egen hälsa. Vidare visar resultatet att 8,5 procent av eleverna anser att skolidrotten inte har någon betydelse för deras egen hälsa. I figur 4 valde vi att redovisa könen då det fanns en liten skillnad gentemot landsbygd/stad där vi inte fann någon skillnad.

Tabell 7. Sambanden mellan elevers hälsa⁹⁴ (EH) och deras deltagande i skolidrotten (DS), mellan elevers hälsa och om eleverna är fysiskt aktiva utanför skoltid (FAS) samt mellan elevers hälsa och hur många gånger per vecka (HMG) de är fysiskt aktiva utanför skoltid. Vi använder sambandsmättet Gamma och kontroll för miljö och kön.

	<i>Samtliga</i>	<i>Landsbygd</i>	<i>Stad</i>	<i>Tjej</i>	<i>Kille</i>
EH × DS	- 0,274	- 0,327	- 0,202	- 0,214	- 0,394
EH × FAS	- 0,499	- 0,525	- 0,504	- 0,565	- 0,488
EH × HMG	0,187	0,174	0,204	- 0,067	0,302

Källa: Enkätundersökning

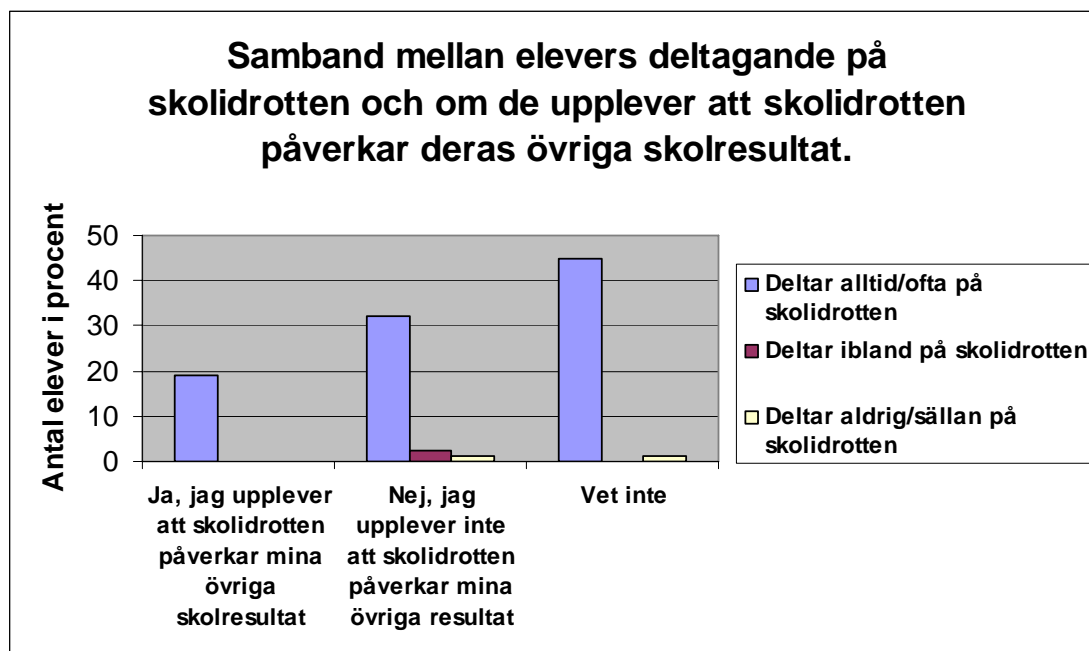
I tabell 7 visar Gammavärdet att det finns ett samband mellan elevers hälsa och deras deltagande på skolidrotten. Värdena pekar på att det inte finns någon större skillnad på miljön. Däremot finns det ett starkare samband mellan elevers hälsa och deras deltagande hos killarna än vad det gör hos tjejerna. Vidare visar Gammavärdet att det finns ett starkt samband mellan elevers hälsa och om de är fysiskt aktiva utanför skoltid. Det finns inga påtagliga skillnader varken mellan könen eller miljö. Resultatet visar att det finns ett litet samband mellan elevers hälsa och hur många gånger de är fysiskt aktiva utanför skoltid. Detta samband är dock inte lika stort som sambandet mellan elevers hälsa och om de är fysiskt aktiva. Därigenom drar vi slutsatsen att antalet gånger man är fysiskt aktiv inte är det viktiga, utan det viktigaste är att man är fysiskt aktiv. Återigen kan vi inte påvisa några skillnader mellan landsbygd och stad.

Av sambandsmättet Somers´d kan vi utläsa att fysisk aktivitet utanför skoltid påverkar elevers hälsa. Värdet visar även ett samband tvärtom, men detta är dock inte lika starkt. Resultatet tyder på att om man är fysiskt aktiv utanför skoltid påverkar detta sannolikt elevers hälsa. Tjejerna påverkas något mer om de är fysiskt aktiva, men skillnaden är inte stor. Vidare fann vi att elevers deltagande i skolidrotten påverkar deras hälsa snarare än tvärtom, oavsett kön eller miljö. (Se bilaga 2.)

Sammantaget visar vår undersökning att hypotesen vi ställde i början om att skolidrotten skulle ha betydelse för elevers hälsa har fått stöd i vår enkätundersökning. Vi fann också ett starkt samband mellan elevers fysiska aktivitet utanför skoltid och deras hälsa. Det viktiga är att man är fysiskt aktiv och antalet gånger är mindre betydelsefullt. Det som hade störst betydelse för elevers hälsa var om eleven var fysiskt aktiv utanför skoltid, då denna variabel var starkare än elevers deltagande i skolidrotten. Detta leder oss till att dra slutsatsen att deltar eleven på skolidrotten och är fysiskt aktiv på sin fritid, påverkar detta sannolikt elevens hälsa.

⁹⁴ Vi har sammanräknat ont i magen, ont i huvudet, svårt att sova och förkyld/sjuk. Detta för att i ett större perspektiv kunna visa hur eleverna anser sig må, då en variabel inte visar deras hälsa i lika stor utsträckning som om man slår samman alternativen. En del värden i tabellen är negativa, vilket beror på att ett lågt värde möter ett högt värde då vi matat in data i SPSS.

Figur 5. Hur ofta deltar eleverna på skolidrotten och anser de att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat?



Källa: Enkätundersökning
Anm. 1 bortfall

Eleverna är inte helt överens då det gäller frågan om skolidrottens påverkan på deras övriga skolresultat. Anmärkningsvärt är att en så stor andel som 44,2 procent svarat vet inte. En möjlig orsak till detta kan vara att eleverna inte reflekterat över frågan eller att frågan är för svår att svara på. Det är svårt att mäta skolidrottens påverkan då ämnet är obligatoriskt för grundskolan. Detta gör att eleverna inte har någonting att jämföra med då de inte varit utan skolidrotten under sin skoltid. De har heller inte fått möjlighet till extra skolidrott och kan därför inte jämföra om detta hade haft någon effekt på deras övriga skolresultat.

Bortser man från de elever som kryssade för svarsalternativet vet inte, är det en klar majoritet som inte upplever att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat. Det fanns ingen markant skillnad mellan könen men däremot kan vi se en stor skillnad på var geografiskt skolan är belägen och deras åsikter i frågan. Enligt vår enkätundersökning är det 31,9 procent på landsbygden som upplever att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat. Däremot tycker endast 10,4 procent detta i staden. Vi kan således påstå att elever upplever att idrottsämnet har större påverkan på övriga skolresultat på landsbygden gentemot staden, enligt vår undersökning. Vi kan dock inte veta om eleverna menar om det påverkar de övriga ämnena positivt eller negativt.

Om vi försöker finna något samband mellan fysisk aktivitet utanför skoltid och om skolidrotten påverkar övriga skolresultat, finner vi att majoriteten som är fysiskt aktiva utanför skoltid upplever att skolidrotten inte påverkar de övriga skolresultaten. Däremot är 95 procent av de eleverna, som svarat ja på frågan om skolidrotten påverkar övriga skolresultat, fysiskt aktiva utanför skoltid. (Se bilaga 2.) En trolig anledning till att de elever som är fysisk aktiv och svarat ja kan vara att de har fått en god kunskap om hur fysisk aktivitet påverkar inlärning. Detta kan vi ana när vi analyserar de öppna svaren på frågan. Där står det bland annat:

Man har oftast lätt att koncentrera sig efter idrotten! (Källa: enkätundersökning, enkät 1)

Hjälper mig att koncentrera mig/sitta still om jag redan rört på mig. (Källa: enkätundersökning, enkät 15)

Man blir fräschare i hjärnan av idrotten. (Källa: enkätundersökning, enkät 89)

De dagar som vi har idrott blir man piggare, för att man rör på sig. (Källa: enkätundersökning, enkät 25)

Ibland blir man pigg, glad och uppåt efter idrotten, ibland är det tvärtom. (Källa: enkätundersökning, enkät 68)

Vi kan även urskilja att en del elever svarat och motiverat att skolidrotten har en negativ inverkan. Här följer några exempel på vad de har svarat:

Nej, för vi har inte idrott så mycket. (Källa: enkätundersökning, enkät 76)

Man blir ibland trött på idrotten. Det tar på krafterna. (Källa: enkätundersökning, enkät 49)

Jag vet inte riktigt eftersom hur skulle det kunna påverka mina betyg i Matte eller svenska om jag är snabb på 60 meter tex? Dock kan det påverka ens hälsa att man orkar mer och sånt. (Källa: enkätundersökning, enkät 37)

Jag känner inte att skolidrotten gör det i så fall mitt övriga idrottande. (Källa: enkätundersökning, enkät 8)

Av de elever som har motiverat sitt svar på enkätfrågan 9, (Se bilaga 1), kan vi utröna att skolidrotten påverkar de övriga skolresultaten både positivt och negativt. Dock upplever majoriteten som svarat och motiverat sitt svar, att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat positivt.

Vi kan konstatera att de flesta av eleverna i vår undersökning som svarat ja eller nej, inte upplever att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat. Bortfallet på denna fråga var mycket stort då närmare 45 procent av eleverna svarat vet inte. Detta gör oss försiktiga med att dra några slutsatser kring denna fråga. Vi anser ändå att den kan ge oss en liten antydning om hur elever upplever skolidrottens påverkan på övriga skolresultat.

5 Diskussion

Då tanken med detta arbete är att ha ett kritiskt förhållningssätt, vill vi i detta avslutande diskussionsavsnitt skapa ett sammanhang och en förståelse för hur teorier, litteratur, resultat samt syftet med undersökningen inbördes relaterar till varandra. Detta gör vi genom att knyta ihop och tolka resultatet från enkätundersökningen och den litteratur som vi tagit del av.

Vi diskuterar och resonerar kring de resultaten utifrån de fyra frågeställningarna som är grunden till arbetet.

- Vilken inställning har eleverna till ämnet Idrott och hälsa?
- Hur upplever eleverna idrottsämnet i förhållande till andra skolämnen?
- Anser elever att skolidrotten har betydelse för deras egen hälsa?
- Upplever eleverna att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat?

5.1 Vilken inställning har eleverna till ämnet Idrott och hälsa?

Enligt Yngve Carlstens undersökning 1989 var två tredjedelar av eleverna klart positivt inställda till skolidrotten.⁹⁵ Ytterligare en undersökning som gjordes 2001 av Folkhälsoinstitutet och Skolverket, visar att majoriteten av eleverna är positivt inställda till ämnet.⁹⁶ Charlie Eriksson kom 2002 fram till ett likvärdigt resultat då han utvärderade ämnet Idrott och hälsa i grundskolans år 9.⁹⁷ Dessa undersökningar stämmer väl överens med de resultat vi fick fram utifrån vår enkätundersökning i år 9. Där kom vi fram till att 66 procent av eleverna både på landbygd och i stad, uppgav att de alltid eller ofta tycker om skolidrott. Dock visar vårt resultat att 8 procent av eleverna sällan eller aldrig tycker om skolidrotten. Detta stämmer överens med Carlstens undersökning som fick fram att cirka 5 procent hade en klart avvisande inställning till ämnet. Vi är medvetna om att vår studie är lokal, men vårt resultat stämmer dock väl överens med dessa mer generella undersökningar inom samma område, och därför skulle vårt resultat kunna betraktas som allmänt gällande då det gäller elevers inställning till skolidrotten.

Inställningen till ämnet skiljer sig något mellan könen. Killar har generellt sett en mer positiv inställning än tjejer till skolidrotten. En möjlig orsak till detta kan vara att undervisningen är mer anpassad efter killars intresse. Det kan också vara så att de fysiska skillnaderna mellan könen påverkar deras inställning då många moment kräver kroppskontakt och fysisk styrka, vilket gör tjejerna mer försiktiga. Om all idrottsundervisningen skulle ske könsuppdelat som den gjorde förr i tiden, skulle kanske tjejernas inställning förändras. Men detta skulle även kunna leda till att de tjejer som nu har en positiv inställning till skolidrotten kan få en mer negativ inställning.

När vi försökte finna förklaringar till varför inställningen till skolidrotten bland elever varierar fann vi ett samband mellan om eleven är fysiskt aktiv utanför skoltid eller ej. Vårt resultat pekar på att fysisk aktivitet utanför skoltid är en stark bidragande orsak till varför inställningen varierar.

⁹⁵ Carlsten, Y (1989) s 67

⁹⁶ Begendahl, L, Kallings L & Strandell, A (2001) s 35

⁹⁷ Eriksson, C (2003) s 24

Enligt vår undersökning har de elever som är fysiskt aktiva en klart positivare inställning till skolidrotten än de elever som inte är fysiskt aktiva utanför skoltid. Det kan bero på att skolidrottens utformning är mycket influerad av RF.⁹⁸ Detta kan innebära att de elever som är fysiskt aktiva utanför skoltid känner sig trygga och är kunniga i de moment som ofta förekommer i idrottsundervisningen. Slutsatsen man kan dra av detta är att eleverna ofta får undervisning i de moment det är duktiga i och därmed är positivt inställda till ämnet. RF har historiskt sett påverkat idrottsundervisningen starkt, framförallt efter de olympiska spelen i Stockholm 1912 men fick inte sitt riktiga genomslag förrän i mitten av 1900-talet. Sambandet mellan om elever inte är fysiskt aktiva utanför skoltid och inställningen till ämnet säger ingenting om kausaliteten. Vår undersökning pekar på att drygt 4 procent av dem som är fysiskt aktiva och drygt 4 procent av dem som inte är fysiskt aktiva utanför skoltid, tycker sällan eller aldrig om skolidrotten. Detta kan tyda på att alla fritidsaktiviteter inte ingår i den utsträckning som de 4 procent av de fysiskt aktiva eleverna vill. Vi har egna erfarenheter av att de mindre idrottsgrenarna inte får stort utrymme i idrottsundervisningen. De övriga 4 procenten elever som inte är fysiskt aktiva skulle kunna ha en negativ inställning till skolidrotten på grund av att de har något handikapp som gör att de inte kan hävda sig och hänga med på lektionerna och därmed inte känner trygghet och glädje i ämnet. Folkhälsoinstitutet och Skolverkets undersökning visar att de elever som inte tycker om skolidrotten är heller inte fysiskt aktiva i någon förening, vilket de liksom vi tror kan hänga ihop med att eleverna inte tycker om eller inte orkar med organiserade former av idrott.

Vi fann även ett samband där de elever som var fysiskt aktiva på landsbygden var mer positiva än de fysiskt aktiva eleverna i staden. En orsak till detta är möjligen att det finns ett större utbud av andra fysiska aktiviteter i staden än på landsbygden, vilket ger en större valmöjlighet för stadsborna. Många av de aktiviteter som finns i staden men inte alltid på landsbygden, ingår inte i Idrott och hälsa kursplan, till exempel kampsport. Detta kan leda till att de elever som är fysiskt aktiva i till exempel karate, inte tycker om skolidrotten då den enligt oss domineras av bollidrotter.

En knapp majoritet av eleverna vill enligt vår undersökning utöka antalet idrottstimmar. Detta stämmer väl överens med Erikssons utvärdering där hälften av eleverna ville ha mer Idrott och hälsa på schemat.⁹⁹ Ett samband mellan inställningen till idrottsämnet och om eleven vill ha mer timmar i ämnet visas i vår enkätundersökning. Inställningen påverkar om man vill ha mer idrott och hälsa på schemat. Vi såg även en skillnad mellan stad och landsbygd när det gäller att vilja utöka antalet idrottstimmar. En trolig anledning till detta kan vara att det finns andra aspekter som spelar in än själva idrottsundervisningen. En möjlig orsak kan vara att eleverna i staden upplever det jobbigt att ta sig till idrottshallen, då denna ligger på ett promenadavstånd på cirka 10 minuter från skolan. Detta kan möjligen påverka eleverna till att de inte vill ha mer idrottstimmar. Sådana förutsättningar existerar inte överallt i staden vilket innebär att vi skall vara försiktiga i vår tolkning och inte dra några generella slutsatser i denna fråga. Vi fann även en skillnad mellan könen. Killar vill i större utsträckning öka antalet timmar för skolidrotten. En möjlig orsak kan vara att de har en mer positiv inställning till ämnet än tjejerna i vår undersökning.

Vi fann en annan stark variabel i vår enkätundersökning som påverkar inställningen till skolidrotten. Detta var hur ofta man deltar på skolidrotten. Av de elever som alltid eller ofta deltar är det drygt 98 procent som är positivt inställda till skolidrotten.

⁹⁸ Engström, L-M (1999) s 35

⁹⁹ Eriksson, C (2003) s 24

Vi fann ett betydligt starkare samband mellan elevers deltagande och inställning på landsbygden än vad vi fann i staden. Orsaken till detta har vi inte funnit.

En trolig orsak till skillnaden hade kunnat vara om elevers inställning till skolidrotten på de båda skolorna skiljt sig tydligt åt. Så var dock inte fallet och därför kan skillnaden mellan elevers inställning på landsbygd och i stad inte förklaras med deras deltagande. Vi fann inte heller några andra förklaringar till skillnaden.

En slutsats som vi kan dra av vår enkätundersökning är att det finns ett förhållande mellan elevers deltagande och deras inställning till skolidrotten. Ju oftare eleverna deltar desto positivare är de till skolidrotten. Vidare fann vi ett förhållande tvärtom, alltså att det finns ett förhållande mellan elevers inställning och deras deltagande på skolidrotten. Ju sämre eleverna tycker om ämnet desto mindre deltar de på idrottslektionerna. Detta kräver enligt vår uppfattning att alla idrottslärare engagerar sig och stimulerar alla elever till att delta på idrottslektionen. Lyckas man att få med alla elever, tyder vår undersökning på att även inställningen till ämnet ändras till det positiva. Fokus bör därmed ligga på att motivera alla elever till att delta på skolidrotten. Idrottslärarna bör bland annat synliggöra syftet med skolidrotten och därigenom skapa mening för eleverna. Detta styrker Gunn Imsen som skriver att motivation handlar bland annat om att skapa en mening åt våra handlingar.¹⁰⁰

5.2 Hur upplever eleverna idrottsämnet i förhållande till andra skolämnena?

På frågan om hur viktigt eleverna tycker att skolidrotten är i förhållande till de andra skolämnena fann vi att en klar majoritet anser att ämnet är lika viktigt som andra skolämnena. Detta är ett resultat som även framkommer i Folkhälsoinstitutets och Skolverkets undersökning, där 90 procent av de tillfrågade eleverna anser att ämnet är viktigt.¹⁰¹ Även Erikssons utvärdering visar att hälften av eleverna, fler pojkar än flickor, ansåg att ämnet är lika viktigt som andra ämnen i skolan.¹⁰² I vår undersökning framkommer det att tjejer i en mycket större utsträckning anser att ämnet inte är lika viktigt som andra ämnen. Här ansåg var tredje tjej medan var sjunde kille att idrottsämnet inte är lika viktigt. Det skulle kunna vara så att tjejer anser att de teoretiska ämnena är viktigare och därmed anser att de praktiska ämnena inte är lika viktiga. Det skulle även kunna vara så att killar har ett större behov av att röra på sig och visa vad de kan då idrottslektionerna oftast innehåller moment som killar kan dominera i. På idrottslektionerna har killarna då möjlighet att visa vad de är duktiga på och därmed tycker de ämnet är viktigt.

Det föreligger ett synnerligen starkt samband mellan elevers inställning och hur viktigt de anser att ämnet är. I vår undersökning framkommer det att samtliga elever med en negativ inställning till skolidrotten anser att ämnet inte är lika viktigt som andra ämnen. En anledning till att de elever som har en negativ inställning till skolidrotten och inte tycker ämnet är lika viktigt som andra skolämnena, skulle kunna vara att de inte är fysiskt aktiva utanför skoltid. En annan möjlig orsak kan vara att idrottslärarna har misslyckats med sin uppgift att ge eleverna en positiv bild av fysisk aktivitet och troligen även misslyckats att på sikt skapa ett bestående intresse för idrott/fysisk aktivitet.

¹⁰⁰ Imsen, G (2000) s 273

¹⁰¹ Begendahl, L, Kallings L & Strandell, A (2001) s 19

¹⁰² Eriksson, C (2003) s 26

Av de elever som svarat att de anser att skolidrotten är viktigare än andra ämnen är det en klar majoritet som alltid eller ofta tycker om skolidrotten. En rimlig slutsats är att om man anser att skolidrotten är viktigare än andra ämnen har man en positiv inställning till ämnet.

Vidare visar vårt resultat att om man inte tycker att skolidrotten är lika viktigt, är inställningen till idrottsämnet varierat. Detta skulle kunna tyda på att dessa elever inte anser att skolidrotten ger dem någon ny kunskap utan istället bidrar ämnet till endast att ha roligt och leka och därmed inte ses som ett kunskapsämne.

Vi anser att idrottslärarna bör väva in mer teori i den praktiska undervisningen för att ge eleverna ett annat synsätt och förståelse som kan få eleverna att se idrottsämnet ur ett nytt perspektiv. Förhoppningsvis kan eleverna koppla ihop idrottsundervisningens olika delar med hälsa, livräddning, orientering, simning med mera, och därmed höja statusen för ämnet. Uppnår man detta, det vill säga att få alla elever att tycka att idrottsämnet är lika viktigt som övriga skolämnen, skulle detta kunna leda till att eleverna får en positivare inställning till skolidrotten. Detta styrker vår undersökning då den visar att det finns ett starkt samband mellan elevers inställning och hur viktigt de anser att ämnet är.

5.3 Anser elever att skolidrotten har betydelse för deras egen hälsa?

Eleverna i vår undersökning är rörande överens om att skolidrotten har betydelse för deras egen hälsa. Att den övervägande delen elever anser att skolidrotten påverkar deras egen hälsa, skulle kunna bero på att eleverna har fått god kunskap om sambandet mellan hälsa och fysisk aktivitet på skolidrotten. De elever som är fysiskt aktiva men som inte anser att skolidrotten har någon betydelse för deras egen hälsa, skulle kunna förklaras med att de får den kunskap som förmedlas på skolidrottslektionerna på annat håll, till exempel genom föreningsidrotten.

Vi fann att det fanns ett samband mellan elevers hälsa och deras deltagande i skolidrotten samt om de är fysiskt aktiva utanför skoltid. Dock var det klart starkaste sambandet som påverkar elevers hälsa deras fysiska aktivitet. Det vi kan utläsa av vårt resultat är att det viktiga inte är hur många gånger man är fysiskt aktiv utan att man är det. Av vårt resultat kan vi dra slutsatsen att deltar eleven på skolidrotten och är fysiskt aktiv på sin fritid, påverkar detta sannolikt elevens hälsa.

Ortopeden Martin Sundberg visar i sin doktorsavhandling att skolidrotten har en tydligt stärkande effekt på benmassan hos elever upp till 13 års ålder. Sundberg menar att skolan med sin miljö har unika möjligheter att främja bra levnadsvanor hos eleven. Genom att eleverna får kunskap om hur kroppen fungerar och sambandet mellan regelbunden fysisk aktivitet och goda kostvanor kan det förbättra sitt fysiska och psykiska välbefinnande.¹⁰³ Här har vi som idrottslärare ett viktigt uppdrag att utföra då vårt resultat och forskning visar att om vi får eleverna att delta på lektionerna påverkar detta deras hälsa. Genom en varierande undervisning där vi motiverar eleverna till vikten av fysisk aktivitet kan vi påverka elevers framtida hälsa. Med ett stort utbud av aktiviteter är chansen större att fler elever kan hitta en motionsform som intresserar dem. Skolidrotten skall inte vara elittänkande och inte heller ett sorts ”motionscentrum”. Vad vi menar är att skolidrotten inte handlar om att ta ut sig maximalt fysiskt under varje lektionstillfälle. Istället bör eleven ta lärdom av flertalet aktiviteter så att han/hon i framtiden kan hitta någon passande motionsform och ta ansvar för sin egen hälsa. Vi tror att hälsoperspektivet måste integreras ytterligare i ämnet för att

¹⁰³ Riksidrottsförbundet, (2001) s 4-9

eleverna verkligen skall förstå sambandet mellan livsstil och hälsa, vilket omnämns i läroplanen.

Ämnet Idrott och hälsa har fått vidkänna betydande tidsmässiga nedskärningar under de senaste decennierna.¹⁰⁴ Vi vill därför påstå att ämnet nu har sämre möjligheter än tidigare att förbereda ungdomarna för en aktiv fritid.

5.4 Upplever eleverna att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat?

Annerstedt skriver att framgång i studier gynnas av fysisk aktivitet och att detta är ett välkänt faktum.¹⁰⁵ Forskning visar på att inläringen hos elever ökar vid mer skolidrott. Det pågår ett stort forskningsprojekt *Bunkefloprojektet* där skolan har infört daglig fysisk aktivitet. Utvärderingen av detta pekar på att klassrumsmiljön blir lugnare, koncentrationsförmågan ökar, eleverna blir gladare, bättre resultat på de nationella proven med mera.¹⁰⁶ Detta tycker vi är mycket intressant och ville därför undersöka om eleverna upplever att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat. Det visade sig att många av eleverna inte visste om skolidrotten påverkade deras resultat. Bortser vi från dessa är det en klar majoritet som inte upplever att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat. Vårt resultat visar alltså på motsatsen till forskningen. En förklaring till detta kan vara att det är en stor skillnad då eleverna på våra undersökningsskolor inte har daglig fysisk aktivitet. Som vi tidigare har nämnt har eleverna inte någonting att jämföra med på våra undersökningsskolor. Detta innebär att förutsättningarna att dra några slutsatser är begränsade.

Intressant med denna fråga var att den var öppen vilket medförde att vi fick en djupare förståelse i hur eleverna resonerat kring frågan. Resultatet visar att skolidrotten påverkar de övriga skolresultaten både positivt och negativt. Av dessa upplever majoriteten att skolidrotten påverkar deras skolresultat positivt.

Vi fann ett starkt samband mellan fysisk aktivitet utanför skoltid och om man upplever att skolidrotten påverkar övriga skolresultat. Majoriteten som är fysiska aktiva, upplever inte att skolidrotten påverkar övriga skolresultat. Av dem som svarat att den påverkar övriga skolresultat är i princip alla aktiva utanför skoltid. En möjlig orsak till att de elever som är fysiskt aktiva utanför skoltid inte upplever att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat kan vara att effekterna av deras fysiska aktivitet redan påverkar skolresultaten. Detta kan innebära att eleven inte kan märka någon markant skillnad på övriga skolresultat på grund av skolidrotten. Av vårt resultat kunde vi även finna en markant skillnad mellan landsbygd och stad. Eleverna på landsbygden upplevde att skolidrotten påverkar deras skolresultat i större utsträckning än i staden. Detta kan bero på att idrottslärarna på landsbygden har en mer fysisk krävande idrottsundervisning gentemot staden. Enligt *Bunkefloprojektet* var den fysiska aktivitetsnivån avgörande för effekterna.

¹⁰⁴ Annerstedt, C (2001) s 88-89

¹⁰⁵ Annerstedt, C (1992) s 20-22

¹⁰⁶ <http://www.skolutveckling.se/publikationer/publ/main?uri=scam%3A%2F%2Fpubl%2F540&cmd=download> (2006-12-04) s 17

5.5 Slutsats

Skolidrottens huvudsyfte har varit att tillgodose kroppens fysiska behov men idag gör den inte längre det. Idrottsämnet har idag till uppgift att främja och stimulera till aktivitet utanför skolan, samt att ge eleven kunskap om sambandet mellan motion och hälsa.

Eftersom många yrken idag är stillasittande måste vi röra oss mer på fritiden. Detta beteende är något som måste grundläggas tidigt och bör därför ingå i skolans utbildning. Det finns ett flertal studier, bland annat *Bunkefloprojektet*, som visar att inlärningsförmågan är bättre hos elever som är fysiskt aktiva. Inte nog med att den teoretiska inlärningsförmågan förbättras, skolidrotten lär även elever att fungera i grupp, samarbeta och ta hänsyn till varandra. En ökad tid för fysisk aktivitet i skolan ger också möjlighet till att skapa ett bestående intresse för fysisk aktivitet där vi anser att variationen av ämnets innehåll är av stor vikt.

Sammantaget visar vår undersökning att elever med en positiv inställning till skolidrotten tenderar att värdera skolidrotten relativt högt i relation till andra skolämnen. Av dessa elever med en positiv inställning vill en klar majoritet ha mer skolidrott på schemat och en övervägande del anser även att ämnet är lika viktigt eller viktigare än andra skolämnen. Fysisk aktivitet utanför skolidrotten, deltagande på skolidrotten och hur viktigt eleverna anser att ämnet är, framstår som tre viktiga förklaringsvariabler till elevers inställning till skolidrotten. En möjlig slutsats bli då att ju mer man deltar på skolidrotten, hur viktigt man tycker att ämnet är samt om man är fysiskt aktiv utanför skoltid desto mer tycker man om ämnet.

Vi kan inte dra några slutsatser i vår enkätundersökning om elever upplever att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat. Majoriteten anser dock att skolidrotten inte påverkar deras resultat.

Vi fann även ett starkt samband mellan elevers fysiska aktivitet utanför skoltid och deras hälsa, där antalet gånger man är aktiv är mindre betydelsefullt. Vidare visar resultatet att det finns ett samband mellan deltagande på skolidrotten och deras hälsa. Av vårt resultat kan vi dra slutsatsen att deltar eleven på skolidrotten och är fysiskt aktiv på sin fritid, påverkar detta sannolikt elevens hälsa.

6 Referenser

Litteratur

- Annerstedt, C. (1993). *Gymnastikämnetns utveckling i Sverige (1993:2)*. Göteborg: Göteborgs universitet, Institutionen för skapande ämnen i lärarutbildningen.
- Annerstedt, C., Peitersen, B., Rønholt, H. (2001). *Idrottsundervisning - ämnet idrott och hälsas didaktik*, Göteborg: Multicare Förlag.
- Annerstedt, C. (1992). Därför får inte skolans idrottsämne reduceras. *Tidskrift i Gymnastik & Idrott*, 8, 19-23.
- Bergendahl, L., Kallings, L., & Strandell, A. (2002). *Sätt Sverige i rörelse 2001-Förskolan/skolan*, (2002:10). Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.
- Boström, A. (2000). Mer idrott på schemat. *Idrottsläraren*, 4, 16-19.
- Brinch, J. (1991). *Idrottens psykologi- motivation, identitet og udvikling*. Kastrup: De Danske Skytte-, Gymnastik- og Idrætsforeninger DDSG&I.
- Carlsten, Y. (1989). *Ämnet idrott i grundskolans årskurs 8 (5/1989)*. Stockholms högskola, Institutionen för pedagogik.
- Engström, L-M. (1999). *Idrott som social markör*. 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 utvärdering av läget hösten 2002 (br 2004:121)*. Örebro: Örebro universitet, Institutionen för Idrott och hälsa.
- Eriksson, S. (1996) *En beskrivning av idrotten i skolan*, Farsta: Riksidrottsförbundet
- Esaiasson, P., Gilljam, M., Oscarsson, H., & Wängnerud, (2003) *Metodpraktikan – Konsten att studera samhälle, individ och marknad*. Stockholm: Elanders Gotab
- Faskunger, J., & Hemmingsson, E. (2005). *Vardagsmotion – vägen till hållbar hälsa*, Stockholm: Forum
- Imsen, G. (2000). *Elevers värld – Introduktion till pedagogisk psykologi*. Lund: Studentlitteratur.
- Jakobsson, A-K. (2000). *Motivation och inläring ur genusperspektiv: en studie av gymnasieelever på teoretiska linjer/program*. Göteborg: ACTA UNIVERSITATIS, GOTHOBURGENSIS

- Karlsson, Y. (2006). *Hälsofrämjande skolans verksamhet påverkan av elevernas teoretisk inläring* (Pedagogiskt/didaktiskt examensarbete, 10 poäng 2006). Karlstads universitet, Lärarprogrammet.
- Larsson, H., & Redlius, K. (Red.). (2004). *Mellan nytta och nöje Bilder av ämnet idrott och hälsa* (Skola-Idrott-Hälsa, 2). Stockholm: Idrottshögskolan.
- Lorentzson, P. (Red.). (2006). *Livsviktigt- om arbetet med kost och rörelse i skolan och samhället* (Skolutvecklingsenhetens rapportserie rapport nr 4). Göteborg.
- Nyberg, R. (2000). *Skriv vetenskapliga uppsatser och avhandlingar med stöd av IT och Internet*. Lund: Studentlitteratur.
- Qvarsell, B. (1978). *Utvecklingspsykologi och pedagogik*. Lund: Liber läromedel.
- Riksidrottsförbundet. (2001). *Fakta och argument – varför fysisk aktivitet är viktig för barn och ungdomar*, Farsta: Riksidrottsförbundet
- Sandahl, B. (2004). Kan skolidrotten verkligen lösa folkhälsoproblemet? *Kritisk utbildningstidskrift, nr 113*, 17-30.
- Sollerhed, A-C. (1997). Fysisk status hos tonåringar. *Tidskrift i Gymnastik & Idrott*, 5, 27-30.
- Stukat, S. (2005). *Att skriva examensarbete inom utbildningsvetenskap*. Lund: Studentlitteratur.
- Utbildningsdepartementet. (2002). *Läroplaner för det obligatoriska skolväsendet förskoleklassen och fritidshemmet*. Stockholm: Fritzes

Internetadresser

Bunkefloprojektet

www.bunkeflomodellen.com (2006-12-04)

Fysisk aktivitet och kunskapsutveckling i den svenska skolan

<http://www.focus-idraet.dk/documents/Fysakt%20iskolan.pdf> (2006-12-04)

Malmö högskola

<http://www2.mah.se/upload/GF/pme/20030917.pdf> (2006-12-04)

Malmö högskola

http://www.mah.se/templates/Page_6641.aspx (2006-12-04)

Malmö högskola

<http://www.idrottsforum.org/articles/ericsson/ericsson031125.pdf> (2006-12-04)

Myndigheten för skolutveckling

<http://www.skolutveckling.se/pressrum/pressmeddelanden/p/?contentId=8210> (2006-12-12)

Myndigheten för skolutveckling

<http://www.skolutveckling.se/publikationer/publ/main?uri=scam%3A%2F%2Fpubl%2F540&cmd=download> (2006-12-04)

Riksidrottsförbundet

<http://www.rf.se/t3.asp?p=13724> (2006-11-14)

Skolverket

<http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0607&infotyp=23&skolform=11&id=3872&extraId=2087> (2006-11-17)

Skolverket, grundskolans timplan

<http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0405&infotyp=35&skolform=11&id=26&extraId> (2006-11-13)

Skolverket, kursplan i idrott och hälsa

<http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0405&infotyp=23&skolform=11&id=3872&extraId=2087> (2006-11-17)

Skolverket, Nationella utvärderingen av grundskolan 2003: huvudrapport - bild, hem- och konsumentkunskap, idrott och hälsa, musik och slöjd

<http://www.skolverket.se/sb/d/193/url/0068007400740070003a002f002f0077007700770034002e0073006b006f006c007600650072006b00650074002e00730065003a0038003000380030002f00770074007000750062002f00770073002f0073006b006f006c0062006f006b002f0077007000750062006500780074002f0074007200790063006b00730061006b002f005200650063006f00720064003f006b003d0031003300380035/target/Record%3Fk%3D1385> (2006-12-12)

Statens folkhälsoinstitut

<http://www.svenskidrottsmedicin.se/fyss/5allm.pdf> (2006-11-16)

Wikipedia, den fria encyklopedin

<http://sv.wikipedia.org/wiki/Grundskola> (2006-11-13)

Wikipedia, den fria encyklopedin

http://www.ne.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=O195645&i_word=inst%e4llning (2006-11-14)

Wikipedia, den fria encyklopedin

<http://en.wikipedia.org/wiki/Health> (2006-11-09)

Örebro universitet NCFE

http://www.oru.se/templates/oruExtNormal____21921.aspx (2006-12-05)

Otryckta källor

Danestedt, S., Olofsson, N., & Olofsson, P. (2006) Enkätundersökning om Idrott och hälsa för år 9

Bilaga 1

Enkätundersökning om idrott och hälsa för år 9

Kön: Tjej Kille

1) Jag deltar alltid på idrottslektionerna då jag inte är sjuk eller skadad?

Alltid Ofta Ibland Sällan Aldrig Vet ej

2) Jag tycker om skolidrotten.

Alltid Ofta Ibland Sällan Aldrig Vet ej

3) Vill du ha mer skolidrott? (lektionstimmar)

Ja Nej Det är bra som det är nu Vet inte

4) Om du fick möjlighet till fler timmar skolidrott vilket alternativ föredra du då?

Fler timmar på schemat/längre skoldagar
 Ta tid från andra ämnen
 Annan lösning.....
 Vet inte

5) Hur viktigt tycker du att idrottsämnet är i förhållande till de andra skolämnena?

Viktigare än andra ämnen
 Lika viktigt som andra ämnen
 Inte lika viktigt som andra ämnen
 Vet inte

6) Tror du att det du lär dig på skolidrotten har någon betydelse för din egen hälsa?

Ja Nej Vet inte

7) Hur ofta har du följande besvär?

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Vet ej
a. Ont i magen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Ont i huvudet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Svårt att sova	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Förkyld/ sjuk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
a. Annat.....					

VÄND!

8) Hur ofta stämmer följande påståenden in på dig?

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Vet ej
a. Jag har svårt att koncentrera mig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Jag känner mig stressad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Jag känner mig pigg och glad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Jag känner mig lycklig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9) Upplever du att skolidrotten påverkar dina övriga skolresultat?

- Ja Nej Vet inte

Motivera ditt svar:

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

10) Är du fysisk aktivitet utanför skoltid? (D.v.s. minst 30 minuters rörelse som ger ökad puls till exempel fotboll, simning, innebandy)

- Ja Nej

b) Om ja, hur många gånger i veckan?

- 1-2 3-4 5-6 7 eller mer

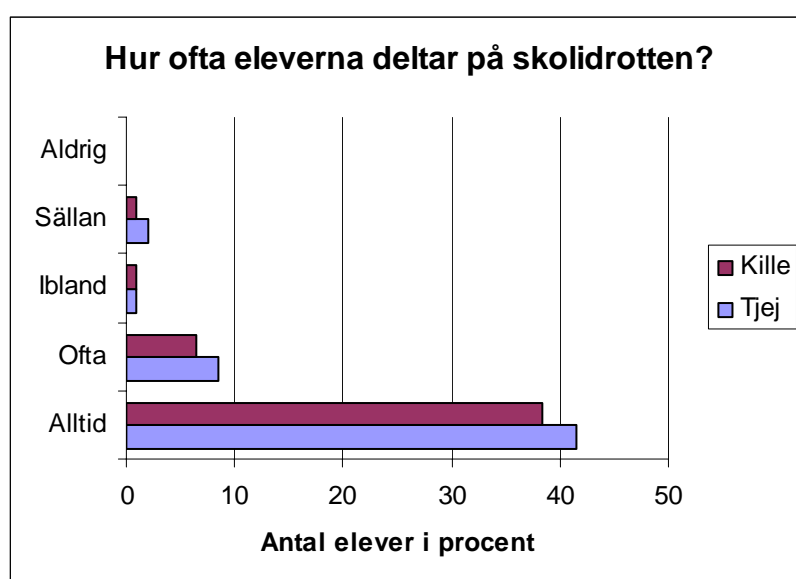
11) Har du några synpunkter på våra frågor?

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

Tack för din medverkan!
Nina, Sara, Pernilla

Bilaga 2

Figur 2. Hur ofta deltar eleverna på skolidrotten?



Källa: Enkätundersökning

Hur viktigt tycker eleverna att skolidrotten är i förhållande till andra skolämnen, uppdelat för kön?

	Viktigare än andra skolämnen	Lika viktigt som andra skolämnen	Inte lika viktigt som andra skolämnen	Totalt
Kön Tjej	4 st 40,0%	29 st 48,3%	17 st 73,9%	50 st 53,8%
Kille	6 st 60,0%	31 st 51,7%	6 st 26,1%	43 st 46,2%
Total	10 st 100%	60 st 100%	23 st 100%	93 st 100%

Hur ofta deltar eleverna på skolidrotten, uppdelat för landsbygd och stad?

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Totalt
Landsbygd	32 st 42,7%	10 st 71,4%	2 st 100 %	2 st 66,7%	46 st 48,9%
Stad	43 st 57,3%	4 st 28,6%	0 st 0%	1 st 33,3%	48 st 51,1%
Totalt	75 st 100%	14 st 100%	2 st 100%	3 st 100%	94 st 100%

Hur ofta deltar eleverna på skolidrotten, uppdelat för kön?

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Totalt
Tjej	39 st 52,0%	8 st 57,1%	1 st 50,0%	2 st 66,7%	50 st 53,2%
Kille	36 st 48%	6 st 42,9%	1 st 50%	1 st 33,3%	44 st 46,8%
Totalt	75 st 100%	14 st 100%	2 st 100%	3 st 100%	94 st 100%

Är eleverna fysiskt aktiva utanför skoltid, uppdelat för landsbygd och stad?

	Ja	Nej	Totalt
Landsbygd	34 st 46,6%	13 st 61,9%	47 st 50%
Stad	39 st 53,4%	8 st 38,1%	47 st 50%
Totalt	73 st 100%	21 st 100%	94 st 100%

Vilket förhållande har *Hur viktig skolidrotten är i förhållande till andra ämnen* och om *eleven är fysiskt aktiv utanför skoltid*?

		Värde	Approx. Sig.
Ordinal	Somers' d		
Ordinal	Hur viktig skolidrotten är i förhållande till andra ämnen.	,218	,056
	Beroende Om eleven är fysiskt aktiv utanför skoltid.	,144	,056
	Beroende		

a Not assuming the null hypothesis.

b Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis

Vilket förhållande har *Hur viktig skolidrotten är i förhållande till andra ämnen och hur ofta eleven deltar på skolidrotten?*

		Värde	Approx. Sig.
Ordinal by Ordinal	Somers' d Hur viktig skolidrotten är i förhållande till andra ämnen.	,213	,104
	Beroende Hur ofta eleven deltar på skolidrotten.	,136	,104
	Beroende		

a Not assuming the null hypothesis.

b Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

Vilket förhållande har *Om eleven är fysiskt aktiv utanför skoltid och elevers hälsa?*

		Värde	Approx. Sig.
Ordinal by Ordinal	Somers' d Om eleven är fysiskt aktiv utanför skoltid.	-,193	,004
	Beroende Elevers hälsa	-,443	,004
	Beroende		

a Not assuming the null hypothesis.

b Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

Vilket förhållande har Om eleven är fysiskt aktiv utanför skoltid och elevers hälsa, uppdelat för kön?

Kön			Värde	Approx. Sig.
Tjej	Ordinal by Ordinal	Somers' d		
			Om eleven är fysiskt aktiv utanför skoltid.	
			Beroende Elevers hälsa	
			-206	,018
			Beroende	
			-506	,018
Kille	Ordinal by Ordinal	Somers' d		
			Om eleven är fysiskt aktiv utanför skoltid.	
			Beroende Elevers hälsa	
			-204	,059
			Beroende	
			-421	,059

a Not assuming the null hypothesis.

b Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

Vilket förhållande har elevers deltagande på skolidrotten och elevers hälsa?

			Värde	Approx. Sig.
Ordinal by Ordinal	Somers' d			
		Elevers deltagande på skolidrotten		
		Beroende Elevers hälsa		
			-100	,114
		Beroende		
			-236	,114

a Not assuming the null hypothesis.

b Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

Om eleverna tycker att skolidrotten påverkar deras övriga skolresultat (PÅSK)i förhållande till om de är fysiskt aktiva utanför skoltid(FYS).

		FYS		
		Ja	Nej	Totalt
PÅSK	Ja	19 st 44,2%	1 st 11,1%	20 st 38,5%
	Nej	24 st 55,8%	8 st 88,9%	32 st 61,5%
Totalt		43 st 100%	9 st 100%	52 st 100%

