



GÖTEBORGS
UNIVERSITET

Handslaget i Tuve-Säve

- en enkätundersökning om de
medverkande elevernas uppfattningar

Författare: Anna Arvidsson & Sara Lennartsdotter

Program: Folkhälsovetenskapligt program 120 poäng
Examensarbete i folkhälsovetenskap VT 2007

Omfattning: 10 poäng

Handledare: Annika Jakobsson

Examinator: Gösta Axelsson

Sahlgrenska akademien
Enheten för socialmedicin

Förord

Vi vill rikta ett stort tack till alla som möjliggjort denna uppsats.

Tack Madeleine Högenberg, folkhälsosamordnare i Tuve-Säve, för att du gav oss möjlighet att på uppdrag få utföra vårt examensarbete samt för den hjälp och de råd du givit oss i samband med utformningen av enkäten och den information du bidragit med kring projektets lokala frågor.

Tack till berörda lärare på Bärbyskolan, Glöstorpskolan, Gunnestorpskolan samt Tångenskolan för att ni tagit er tid att vara behjälpliga vid enkätutdelningarna samt för att vi fått lov att ta tid från era lektioner.

Tack till alla elever för att ni besvarat enkäterna på ett så bra sätt och bidragit med era förslag till hur projektet kan förbättras i framtiden, utan er insats hade inte denna enkätundersökning kunnat genomföras.

Tack Leyla Nuñez för du hjälpt oss så mycket med vår metoddel och för att du givit oss ditt stöd och din kunskap i statistikprogrammet SPSS.

Tack Annika Jakobsson för att du har handlett oss i vårt arbete med denna uppsats och givit oss hjälp, stöd och kunskap under hela arbetets gång.

Göteborg den 27 maj 2007

Anna Arvidsson

Sara Lennartsdotter

Svensk titel: Handslaget i Tuve-Säve – en enkätundersökning om de medverkande elevernas uppfattningar

Engelsk titel: The Handshake project in Tuve-Säve – a questionnaire survey of the comprehension of the participating pupils

Författare: Anna Arvidsson & Sara Lennartsdotter

Program: Folkhälsovetenskapligt program 120 poäng
Examensarbete i folkhälsovetenskap VT 2007

Omfattning: 10 poäng

Handledare: Annika Jakobsson

Examinator: Gösta Axelsson

Sammanfattning

Den definition av fysisk aktivitet som vi använt oss av har vi hämtat från Nationellt centrum för främjande av god hälsa hos barn och ungdom och den lyder ”All kroppsrörelse utförda av skelettmuskulaturen som resulterar i en ökad energiförbrukning”, detta oavsett syfte eller sammanhang. De rekommendationer för fysisk aktivitet som vi utgått ifrån var minst 60 minuters måttlig och högintensiv fysisk aktivitet dagligen. Tuve-Säve, där aktivitetsprojektet Handslaget hölls, ligger på Hisingen och är en av de 21 stadsdelarna i Göteborgs kommun. Stadsdelsnämnden har initierat det lokala Handslagsprojekt som genomförts under höstterminen 2006 och vårterminen 2007 i stadsdelens alla skolor som ett samarbete med tolv lokala idrottsföreningar. Handslaget var den nationella satsning som Riksidrottsförbundet på uppdrag av regeringen utfört under åren 2004- 2007 och sammanlagt har en miljard kronor satsats på detta. Handslaget var den största insatsen som gjorts inom svensk idrott. Målet med Handslaget var bland annat att öppna dörrarna för fler, satsa mer på flickors idrottande samt intensifiera samarbetet mellan idrottsföreningar och skola. Handslagsprojektet i Tuve-Säve har för de 189 berörda eleverna från stadsdelens femte- och åttondeklasser inneburit en regelbunden ”pröva-på-verksamhet”.

Vårt syfte har varit att undersöka de medverkande elevernas uppfattningar om Handslaget. Vi ville ta reda på de positiva samt de negativa aspekterna av projektet. Vi ville också synliggöra elevernas perspektiv på hur Handslaget skulle ha kunnat förbättras.

Vår målgrupp har varit alla elever i stadsdelen som medverkat i Handslagsprojektet. Eleverna var i 11- och 14-årsåldern. För att nå ut till alla eleverna valde vi att utföra en enkätundersökning. Inga tidigare enkäter inom passande område kunde hittas och därför utformade vi en enkät som testades i en mindre pilotundersökning. Efter en mindre ändring av enkäten utförde vi därefter den planerade undersökningen. Enkäten innehöll frågor kring elevernas uppfattning rörande Handslagets komponenter, deras vanor kring mat och fysisk aktivitet samt bakgrundsvariabler och en öppen slutfråga med möjlighet att ge förslag på förbättringar av Handslaget.

Den sammanlagda svarsfrekvensen var 85,19 %. Antalet elever som uppgav att de på grund av Handslaget börjat utöva någon form av fysisk aktivitet på fritiden var knappt 10 %, den

andel elever som uppgett sig ha fått lust att börja med någon typ av fysisk aktivitet på fritiden var drygt 37 %. Då andelen elever som uppgav sig vara fysiskt aktiva dominerade över andelen som inte uppgav sig vara fysiskt aktiva kunde inga tydliga skillnader grupperna emellan ses gällande de resterande variablerna vi jämfört. Den totala andel elever som i vår enkätundersökning uppnådde rekommenderad daglig mängd fysisk aktivitet var mindre än 40 %. De sammantagna resultaten av elevernas uppfattningar av Handslaget visade att eleverna var övervägande positivt inställda. Andel elever som besvarade frågan om förbättringar inför framtida Handslag var cirka 55 %. Eleverna gav ett flertal förslag på hur Handslaget skulle kunna förbättras. Bland annat uppgav eleverna att den disponerade tiden kunde utökas och att ledarnas kompetens kunde stärkas samt att de i större utsträckning ville få välja aktiviteter själva. Vår slutsats inför framtida satsningar var att det behövs en diskussion kring tävlingsmoment i Handslaget samt att ledarnas och de medföljande lärarnas roller tas i beaktande.

Sökord: Handslaget; Enkätundersökning; Fysisk aktivitet; Elever; Uppfattning

Abstract

The definition of physical activity that we have used for our essay was from the National centre for promotion of good health among children and youth (Nationellt centrum för främjande av god hälsa hos barn och ungdom) and was “All bodily movement produced by skeletal muscles that result in energy expenditure”, no matter the purpose or context. The recommendations for physical activity which we assumed for this essay were at least 60 minutes of moderate or intense daily physical activity. Tuve-Säve, where the physical activity project the Handshake were held, is located on the island Hisingen which is one of the 21 districts of the Gothenburg municipality. The district committee has initiated the local Handshake project which has been carried through since the beginning of the autumn semester 2006 and will end in June 2007. The project is a cooperation between twelve local sports clubs and all the schools in the district. The Handshake was a national investment from the Swedish government through the Swedish sports confederation which has taken place during the year 2004 until 2007 and all together was one billion Swedish krona invested in this project. The Handshake was the largest investment made for the Swedish sports society ever. The project started with the goal to open doors for children with lower rates of physical activity, to focus on girls’ sportsmanship and intensify the cooperation between sports clubs and schools. The Handshake project in Tuve-Säve has for the 189 participating pupils from the districts fifth- and eighth graders meant a regularly “testing-activity”.

Our purpose was to investigate the participating pupils’ comprehension of the Handshake. We wanted to find out both the positive and the negative aspects of the project. We also wanted to reveal the pupils possible perspectives of how to improve the Handshake.

Our target group has been all the participating pupils in the district where the Handshake took place. The pupils were about 11 and 14 years old. We choose to use a questionnaire survey to reach all the participating pupils. No previous questionnaires could be found in the area of our interest and because of this we developed a questionnaire which was tested in a small pilot study. After a small adjustment of the questionnaire we performed the study as planned. The questionnaire contained questions about the pupils’ comprehension of the components of the Handshake, their physical activity- and eating habits and background variables together with a last open question where the pupils had the possibility to give suggestions about how to improve the Handshake.

The total frequency of answered questionnaires was 85,19 %. The proportion of pupils who stated that they had begun to practice exercise because of the Handshake were almost 10 %, the proportion of pupils who stated that they had felt a wish to begin with some form of physical activity during their spare time were more than 37 %. Because the proportion of pupils who stated that they were physically active were dominating over the proportion that stated that they were not, we could not see any clear differences between the two groups of pupils regarding the variables which we compared. The total proportion of pupils in our inquiry who reached daily physical activity levels were less than 40 %. The total results of the pupils' comprehensions of the Handshake showed that the majority of the pupils had a positive attitude towards the project. The proportion of the pupils who answered our questions about improvements of the Handshake was about 55 %. The pupils gave several suggestions about how to improve the Handshake. Among other things the pupils stated that the disposed time could be increased, that the skill of the coaches could be improved and that they wanted themselves to be able to choose from more activities. Our conclusions for future interventions were that a discussion around the tournaments could be held and that the role of the coaches and the attending teachers should be considered.

Keywords: Handshake; Questionnaire survey; Physical activity; Pupils; Comprehension

Innehåll

| | |
|--|----|
| 1. Inledning..... | 8 |
| 2. Bakgrund..... | 9 |
| 2.1 Fysisk aktivitet..... | 9 |
| 2.1.1 Definition av fysisk aktivitet..... | 9 |
| 2.1.2 Rekommendationer..... | 9 |
| 2.1.3 Barn och ungas fysiska aktivitet..... | 9 |
| 2.1.4 Socioekonomiska förhållanden..... | 10 |
| 2.1.5 Prevention inom skolan..... | 11 |
| 2.2 Handslaget..... | 12 |
| 2.2.1 Ett Handslag med idrotten..... | 12 |
| 2.2.2 Tuve-Säve..... | 14 |
| 2.2.3 Handslaget i Tuve-Säve..... | 14 |
| 3. Syfte..... | 16 |
| 3.1 Frågeställningar..... | 16 |
| 4. Metod..... | 17 |
| 4.1 Datainsamling..... | 17 |
| 4.1.1 Målgrupp..... | 17 |
| 4.1.2 Enkät..... | 17 |
| 4.1.3 Pilotfall..... | 18 |
| 4.1.4 Genomförande..... | 19 |
| 4.1.5 Bortfall..... | 20 |
| 4.2 Analys..... | 20 |
| 5. Resultat..... | 22 |
| 5.1 Elevernas bakgrund..... | 22 |
| 5.2 Elevernas uppfattning om Handslaget..... | 22 |
| 5.2.1 Saknade aktiviteter..... | 22 |
| 5.2.2 Fått lust att börja med fysisk aktivitet..... | 23 |
| 5.2.3 Användning av utrustning..... | 23 |
| 5.2.4 Uppfattning om Handslagets tävlingsmoment..... | 23 |
| 5.2.5 Uppfattning om ledarna för Handslaget..... | 24 |
| 5.2.6 Uppfattning om Handslaget som helhet..... | 24 |
| 5.3 Elevernas vanor och attityder..... | 25 |
| 5.3.1 Fysisk aktivitet på skolraster..... | 25 |
| 5.3.2 Fysiskt aktiv året innan Handslaget..... | 26 |
| 5.3.3 Börjat med fysisk aktivitet..... | 27 |
| 5.3.4 Färdstätt till och från skola..... | 27 |
| 5.3.5 Fysiskt aktiv på fritiden – frekvens..... | 28 |
| 5.3.6 Fysiskt aktiv på fritiden – duration..... | 28 |
| 5.3.7 Fysiskt aktiv på fritiden – frekvens och duration..... | 28 |
| 5.3.8 Matvanor – frukt/grönsaker..... | 29 |
| 5.3.9 Matvanor – godis eller liknande..... | 30 |
| 5.3.10 Matvanor – godis eller liknande och frukt/grönsaker..... | 30 |
| 5.3.11 Fysisk aktivitet och matvanor..... | 31 |
| 5.3.12 Kroppsupplevelse..... | 31 |
| 5.4 Förslag på förbättringar..... | 32 |
| 5.4.1 Elevernas konkreta förslag på förbättringar inom Handslaget..... | 33 |
| 6. Diskussion..... | 34 |
| 6.1 Metoddiskussion..... | 34 |
| 6.1.1 Metod..... | 34 |

| | |
|---|----|
| 6.1.2 Enkät..... | 34 |
| 6.1.3 Inkodning | 35 |
| 6.1.4 Validitet – Reliabilitet – Generaliserbarhet..... | 35 |
| 6.2 Innehållsdiskussion | 36 |
| Källförteckning..... | 39 |
| Bilaga 1: Enkät | |
| Bilaga 2: Förändringar från pilotundersökningen | |
| Bilaga 3: Informationsbrev till föräldrarna | |

Figurförteckning

| | |
|---|----|
| Figur 1: De sju mest saknade aktiviteterna totalt sett inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning. | 22 |
| Tabell 1: Andel elever som uppgett att de fått lust att börja med någon form av fysisk aktivitet inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning. | 23 |
| Figur 2: Användning av rastutrustning erhållen från Handslaget inom årskurs fem totalt och med könsfördelning. | 23 |
| Figur 3: Uppfattningen om Handslagets tävlingsmoment inom respektive årskurs med könsfördelning. | 24 |
| Figur 4: Uppfattning om ledarna för Handslaget inom årskurserna med könsfördelning. | 24 |
| Figur 5: Uppfattningen om Handslaget som helhet inom årskurs åtta med könsfördelning. | 25 |
| Figur 6: Fysisk aktivitet på rasterna fördelat på årskurs. | 25 |
| Figur 7: Fysisk aktivitet på rasterna inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning. | 26 |
| Figur 8: Fysisk aktivitet på fritiden året innan Handslaget inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning. | 26 |
| Figur 9: De mest utövade fritidsaktiviteterna med könsfördelning. | 27 |
| Figur 10: Färsätt till och från skolan bland årskurs fem och åtta. | 27 |
| Figur 11: Frekvens av fysisk aktivitet på fritiden inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning. | 28 |
| Figur 12: Duration av fysisk aktivitet på fritiden inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning. | 28 |
| Figur 13: Andel elever som uppfyller rekommenderad daglig träningsdos totalt sett för årskurserna fem och åtta och med könsfördelning årskursvis. | 29 |
| Figur 14: Konsumtion av frukt och grönsaker inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning. | 29 |
| Figur 15: Konsumtion av godis eller liknande inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning. | 30 |
| Figur 16: Matvanor totalt inom årskurserna med könsfördelning. | 31 |
| Figur 17: Kroppsuppfattning inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning. | 32 |

1. Inledning

Handslaget är den satsning som regeringen under fyra år finansierat för att stödja ungdomsidrotten. Handslagets syfte är bland annat att öppna dörrarna för att fler barn och unga skall komma in i idrotten och satsa mer på flickors idrottande samt satsa på samarbetet mellan skolan och föreningar (1). Handslaget i Tuve-Säve är ett samarbete mellan idrottsföreningar och samtliga skolor i stadsdelen på initiativ av stadsdelsförvaltningen. Då Handslagsprojektet i Tuve-Säve kommer att avslutas den sista maj i år har det blivit aktuellt att göra en utvärdering av verksamheten. Efter samtal med Tuve-Säves folkhälsosamordnare Madeleine Högenberg blev vi uppmärksammade på att det från stadsdelens sida var önskvärt att utvärdera hur eleverna uppfattar sin medverkan i Handslaget. Vi upplever tidpunkten för en utvärdering som bra vald eftersom projektet är i sin slutfas men fortfarande pågår och vi tror att eleverna då lättare kan svara på frågor och minnas sina upplevelser. För oss finns intresse i att få ta del av elevernas åsikter och uppfattningar och att generera kunskap som möjligtvis kan göra framtida satsningar bättre.

Fysisk aktivitet fungerar preventivt mot en rad folksjukdomar i vårt samhälle idag. Om barn kan motiveras till att bli fysiskt aktiva och fortsätta med det livet ut är mycket vunnet för den individuella hälsan och för folkhälsan. Vikten av barn som aktivteras är på många sätt en aktuell fråga, exempelvis kan ses att bland dagens femtonåringar når inte 36 % av flickorna och 22 % av pojkarna upp i rekommenderad mängd fysisk aktivitet. I *Goda matvanor och ökad fysisk aktivitet* (2) anses att det bör investeras i stödjande miljöer för fysisk aktivitet, att samarbetet med idrottsrörelsen utvecklas och att skolan ges en mer betydelsefull roll.

Handslaget skulle kunna ses ur primärpreventivt perspektiv då målet är att få fler att bli aktiva i idrottsföreningar på sin fritid. Då bara ett fåtal lyckas med att träna regelbundet helt på egen hand är det extra viktigt att aktivera barn och ungdomar i idrottsföreningar. Evidens finns för att vissa typer av interventioner fungerar bättre än andra och att vissa komponenter bör närvara vid interventioner för att de skall uppnå tänkt resultat (3-7). De evidensbaserade interventioner vi studerat rör skolan som arena vilket också Handslaget i Tuve-Säve gör. Det skall bli intressant att upptäcka om Handslaget har gjort att fler elever har börjat aktivera sig.

I Skolverkets utvärdering av skolämnet Idrott och hälsa (8) framkom det att de elever som är inaktiva på sin fritid också i högre utsträckning upplever att de är klumpiga och dåliga på idrottstimmarna. I och med det skulle kanske förändringar av struktur och innehåll på idrottstimmarna i skolan, snarare än att bara ge mer tid till ämnet vilket ibland förespråkas massmedialt, leda till att fler uppskattar fysisk aktivitet.

I *Fokus tonårsflickor* (9) som tar upp förhållningssätt och deltagande i idrott, fysisk aktivitet och Idrott och hälsa finns argument för att eleverna bör ges större delaktighet och inflytande i frågor som rör skolans agenda för fysisk aktivitet. Vi har med vår uppsats en förhoppning om att de elever som medverkat i Handslaget som snart pågått under ett års tid, skall kunna påverka eventuella framtida satsningar inom fysisk aktivitet och idrott främst på lokal nivå.

2. Bakgrund

2.1 Fysisk aktivitet

2.1.1 Definition av fysisk aktivitet

Ett flertal källor gör åtskillnad mellan fysisk aktivitet, motion och träning (10-12). Fysisk aktivitet definieras av Nationellt Centrum För Främjande av god hälsa hos barn och ungdom som ”All kroppsrorelse utförda av skelettmuskulaturen som resulterar i en ökad energiförbrukning” (12, www.oru.se, Fysisk aktivitet – en definition). Fysisk aktivitet inkluderar därmed alla former av kroppsrorelser oavsett syfte och sammanhang, för barn kan man tänka sig idrott, lek, gymnastik, bollspel eller friluftsliv och för äldre även sådant som svamplockning, trädgårdssysslor eller städning (12). *Folkhälsorapport 2005* (10) särskiljer mellan motion och träning genom att med motion avse en medveten fysisk aktivitet med mål att exempelvis ge ökat välbefinnande och bättre hälsa i framtiden. Medan träning å sin sida har en klar målsättning om att öka prestationsförmågan inom olika former av idrotter.

2.1.2 Rekommendationer

I en studie som genomfördes 2000-2002 i sydvästra Stockholm kunde läsas att man i Sverige använde sig av de brittiska rekommendationerna för fysisk aktivitet hos barn och förpubertala ungdomar (13). En senare publikation, *Fysisk aktivitet och folkhälsa* (14), förespråkar att man nationellt skall följa de nordiska rekommendationerna för fysisk aktivitet gällande barn. Båda publikationerna ger rekommendationen att barn och unga bör vara fysiskt aktiva minst 60 minuter dagligen. I *Fysisk aktivitet och folkhälsa* (14) utvecklar man rekommendationen vidare genom att tillägga att aktiviteterna sammanlagt bör vara både måttligt intensiva och högintensiva. Vidare säger man att aktiviteterna får utföras vid några tillfällen under dagen och att de bör vara så variationsrika som möjligt. Dock skall tas i beaktande att de rekommendationer gällande fysisk aktivitet som finns för barn av vissa anses vara något kontroversiella då det saknas longitudinella studier inom området (15).

2.1.3 Barn och ungas fysiska aktivitet

För skolelevernas del är skolans lektioner i Idrott och hälsa en viktig del av den fysiska aktiviteten, betydelsefulla är naturligtvis också de aktiviteter som skoleleverna i övrigt gör under skoltid exempelvis under skolämnet Elevens val och under rasterna (16).

För skolelever av båda könen förefaller det vara viktigt att få chans att prova på flera sorters idrottsaktiviteter. Dans och aerobics är exempel på idrottsaktiviteter som är populära bland tjejer, medan bollsporter av olika slag är populärast bland killar. Killar som grupp är mer homogena än tjejer när det gäller intresse för olika idrottsaktiviteter, tjejer visar upp större spridning bland svaren om vilka som är de roligaste idrottsaktiviteterna. Killar uppger sig oftare vara intresserade av tävlan och konkurrens än tjejer, dock är den totala andel hos både killar och tjejer som uppger detta låg (17).

Det verkar som de elever som är fysiskt aktiva på sin fritid är de som i större omfattning närvarar och dessutom blir mer ansträngda på idrottstimmarna (17). Det finns tydliga samband mellan hur aktiv man är på fritiden och hur aktiv man också är på idrottslektionerna. De som är fysiskt mindre aktiva på fritiden är i större utsträckning också fysiskt mindre aktiva på skolidrotten. Skolans idrottslektioner fungerar därför dessvärre inte utjämnande och

kompensatoriskt utan istället förstärks skillnaderna mellan aktiva och mindre aktiva (18). Det verkar också som att de barn som har en inaktiv fritid uppger sig bli mindre inspirerade att röra sig, visa vad de kan och känner sig dåliga i större utsträckning på idrottstimmarna (17).

Att gå eller cykla till skolan och till olika fritidsaktiviteter är bra och viktiga möjligheter till fysisk aktivitet. Samhällsutvecklingen har dock inneburit att allt färre barn och ungdomar cyklar eller går till och från skolan då föräldrar i större utsträckning skjutsar sina barn (19).

En individs fysiska aktivitet påverkas av flera inre och yttre faktorer. Inre faktorer som är avgörande för den fysiska aktiviteten är intresse, kunskap, motivation, fysisk kapacitet, samt ålder och kön. Yttre faktorer som är betydelsefulla är närhet till arenor och fysiska miljöer, förekomsten av idrotts- och friluftsanläggningar, disponibel tid för fysisk aktivitet, tidsåtgång, tillgänglighet gällande tider och kostnader för individen (16).

Ur ett hälsoperspektiv är det av flera skäl viktigt att barn är fysiskt aktiva, dels för att förbättra deras kondition, hälsa och välbefinnande och dels för att utveckla en aktiv livsstil som kan bibehållas livet igenom för att minska risken för kroniska sjukdomar i vuxen ålder (11). Det finns många argument för att satsa på en ökning av barn och ungdomars fysiska aktivitet, är man fysiskt aktiv som ung är chansen stor att man också är det som vuxen. Med rätt form av rörelse bygger man upp skelettet och förhindrar benskörhet, fysisk aktivitet ger också bättre balans mellan energiintag och energiförbrukning och förmodas förebygga övervikt (18). Fysisk aktivitet är också viktigt för rekreation, lek, inläring av sociala och motoriska färdigheter samt för att utveckla en kreativ förmåga hos barn (2).

2.1.4 Socioekonomiska förhållanden

Familjens socioekonomiska status har visat sig ha påverkan på barns och ungas idrottande. Riksidrottsförbundet (20) konstaterar att barn som är bosatta i villa oftare idrottar än barn som bor i lägenhet, liksom att barn med sammanboende föräldrar till skillnad från barn med ensamstående föräldrar idrottar i större utsträckning.

I Sverige har föreningsidrottandet traditionellt sett varit ekonomiskt tillgängligt för alla, mycket på grund av kommunalt subventionerade anläggningar. Denna situation har i vissa avseenden förändrats under de senare åren främst på grund av höjda lokalhyror och utökade materialkostnader. En metod för idrotten att på barn- och ungdomsnivå ta ansvar för och försöka mildra konsekvenserna av den förändrade situationen är att utöva barns idrott i enkla former, utan långa resor och genom att införa begränsningar på exempelvis kostnadskrävande tävlingar (20).

I dagsläget finns det inte någon omfattande ekonomisk analys av den enskilde individens kostnader för att idrotta. Ändå kan sägas att inte fullt 10 % av barn och unga som slutar idrotta anger ekonomiska skäl som motiv till att de slutat, men så många som åtminstone 30 % av de som inte idrottar i dag påstår att lägre avgifter skulle kunna få dem att börja (20).

Med ett genusperspektiv på de ekonomiska faktorerna har det upptäckts att det är fler flickor som anger att de inte har råd att fullfölja sin idrott jämfört med pojkarna. En orsak kan vara att flickors idrottande i genomsnitt är dyrare än pojkarnas, exempelvis ridning. En annan orsak som Riksidrottsförbundet (20) spekulerar kring är att familjer med en påfrestad ekonomisk situation prioriterar sina söners idrottande i förhållande till sina döttrars.

Enligt *The European Health Report 2005* (21) är fattigdom det största hotet mot barns hälsa och detta oavsett landets nivå av utveckling. Sjukdomsförekomst, ohälsosamma beteenden och hälsorisker är tätt sammankopplat med socioekonomiska faktorer. Ohälsosamma och otrygga miljöer men också beteendemässiga faktorer som dåliga kostvanor och fysisk inaktivitet är nära kopplade till fattigdom. Trots att stora förbättringar har gjorts inom hälsoområdet för barn så ökar den sociala ojämlikheten i alla länder i Europa, så även i Sverige. Rapporten fastslår att interventioner som riktar sig mot faktorer som påverkar barns hälsa negativt bör göras på många fronter, inom många sektorer samtidigt. Mest framgångsrika har de interventioner varit som involverat barnen själva, deras familjer, närsamhällen och skolan, massmedia liksom hälso- och sjukvården. Interventioner som utöver detta förändrar policy och lagstiftning når bäst resultat (21).

2.1.5 Prevention inom skolan

Inom preventionen skiljer man mellan tre preventiva nivåer; primär, sekundär och tertiär. Primärprevention handlar om att förebygga ohälsa innan uppkomst, sekundär prevention innebär ingripande när sjukdomsprocessen väl har börjat och tertiär prevention handlar om att begränsa de negativa konsekvenserna av sjukdom. Att arbeta preventivt mot en stor populationsgrupp som inte uppvisar högriskbeteende brukar benämnas som lågrisk- eller masstrategi (22).

Man har i en rad studier studerat olika preventiva insatser inom skolans arena (3-7). Målet har i de flesta av dessa interventioner varit att förebygga övervikt och fetma där den fysiska aktiviteten i de flesta fallen varit en mycket betydelsefull komponent för att uppnå detta (3,5-7). För att garantera att metoder ger så bra resultat som möjligt försöker man säkerställa en så hög evidensnivå som möjligt. Evidens är resultatet av vetenskapliga observationer som är systematiskt insamlade och kvalitetsgranskade och ger antydningar om att ett särskilt förhållande gäller. De observationer man grundar evidensen på skall sammanlagt bestå av de bevis som är bäst tillgängliga i frågan (23).

I *SBU-rapport 2006:181* (24), som tar upp metoder för att främja fysisk aktivitet, sägs vissa metoder vara effektiva i att öka fysisk aktivitet hos barn och unga. Nämnas kan att en utveckling av skolämnet Idrott och Hälsa genom ökad satsning på hälsoundervisning, utbildningsmaterial och lärarutbildning skulle öka den fysiska aktiviteten hos eleverna med 5-25 %, detta tillvägagångssätt anses ha mycket stark evidens. Vidare beskriver man också skolbaserade interventioner för att öka fysisk aktivitet omfattande flera olika delar som utbildning av lärare, förändring av läroplan, extra aktivitetspass för elever, stöd för deras beteendeförändring, förstärkt hälsoundervisning samt involverande av föräldrar. Detta skulle öka elevernas fysiska aktivitet under skoldagen samt i vissa fall inspirera dem till att bli mer fysiskt aktiva på fritiden, denna typ av intervention anses ha måttligt stark evidensstyrka (24).

En svensk litteraturgranskning kommer fram till att det finns evidens för möjligheten att förebygga övervikt hos barn och ungdomar genom skolbaserade program som kombinerar promotion av hälsosamma kostvanor och fysisk aktivitet. I studiens diskussion skriver författarna att långsiktiga interventioner på samhällsnivå för att öka hälsosamma kostvanor och öka den fysiska aktiviteten skulle kunna ge starkare genomslag än interventioner som bara finns inom skolmiljön, detta skulle kunna ske exempelvis genom massmediala kampanjer och politiska aktioner (3).

En amerikansk studie visade att en mångsidig skolintervention för att öka den fysiska aktiviteten hade positiv effekt, interventionen bestod av sex komponenter som var ämnet Idrott och hälsa, hälsoundervisning, skolmiljön, skolans hälsoservice, hälsopromotion för personalen samt involverandet av familj och närsamhälle. I de skolor som ingick i interventionen ökades flickornas högtintensiva fysiska aktivitet med 8 % jämfört med flickorna i studiens kontrollskolor (4).

En studie kommer fram till att skolbaserade interventioner för att förebygga övervikt ger effekt i form av bättre kunskap om hälsa. Här menas att det krävs strategier som påverkar många områden samtidigt i form av exempelvis nationella kampanjer. Familjebaserade interventioner tros öka effekten av skolbaserade interventioner. Vidare anses det önskvärt med bättre skolundervisning men också att ojämlikheterna i hälsa angrips hos hela befolkningen (5).

Enligt en forskningsgranskning har få interventioner som genomförs med syfte att öka den fysiska aktiviteten och förbättra kosthållningen hos barn visat några effekter i prevention av viktuppgång. Men det har resonerats om att interventionerna ändå har positiva effekter genom att de ökar barnens fysiska aktivitet och förbättrar deras kosthållning (6).

Avslutningsvis kan sägas att man vid amerikanska Center for Disease Control and Prevention menar att skolbaserade interventioner i framtiden bör vara interventioner som kombinerar fysisk aktivitet och kost, interventioner som ger extra tid till fysisk aktivitet under skoldagen samt interventioner som minskar graden av stillasittande, speciellt TV-tittande (7).

2.2 Handslaget

2.2.1 Ett Handslag med idrotten

Regeringens handslag med svensk idrott för Sveriges barn och ungdomar, ett projekt som till vardags kallas Handslaget (25), initierades 2002 i det socialdemokratiska valmanifestet. Där redogör man för att en socialdemokratisk regering kommer att bjuda in kommunerna och idrottsrörelsen till ett Handslag för Sveriges barn och ungdomar. Det beskrivs att en större del av överskottet från Svenska Spel AB måste tillkomma idrottsrörelsen. Vidare kan läsas att under mandatperioden 2002-2006 kommer en miljard kronor från Svenska Spel AB:s överskott att tillföras idrottsrörelsen om den tar på sig att infria de utsatta önskemålen (26).

I redovisningen av regeringens insatser för barn och ungdomar i statsbudgeten sägs det att det är betydelsefullt att barn och unga tidigt skaffar sig motionsvanor som varar livet igenom. Av denna anledning är det viktigt att i samhällsplaneringen, skolornas arbete och i andra kontexter ge möjlighet till motion och idrott (27).

Handslaget är den största insatsen som gjorts inom svensk idrott (28). Handslaget sträcker sig över fyra år och det sista året startade den 1/7-2006 och sträcker sig fram till 30/6-2007, sammanlagt erhöll Handslaget nationellt en summa på 400 miljoner för år fyra (1) och utav dessa kom Västsvenska Idrottsförbundet att förfoga över 7,8 miljoner kronor (29).

Tidsperiod och ersättning har under Handslagets år fördelats enligt följande (1, www.rf.se, Om Handslaget):

| | | | |
|------|-----------------|------------------|---------------------|
| År 1 | 1 januari 2004- | 30 november 2004 | 100 miljoner kronor |
| År 2 | 1 augusti 2004- | 30 juni 2005 | 200 miljoner kronor |
| År 3 | 1 juli 2005- | 30 juni 2006 | 300 miljoner kronor |
| År 4 | 1 juli 2006- | 30 juni 2007 | 400 miljoner kronor |

Den miljard som skall gå till barn- och ungdomsverksamheten inom idrotten skall rikta sig till special- och distriktidrottsförbund och som stöd till speciella insatser respektive föreningsaktiviteter samt till uppföljning och utvärdering. Specialidrottsförbunden är de oberoende organisationer inom Riksidrottsförbundet som ansvarar för sin särskilda idrott, sammanlagt finns det 68 specialidrottsförbund inom Riksidrottsförbundet (30). Med de speciella insatserna avses bland annat idrottsinsatser på flyktingförläggningar och till funktionshindrade, men också för etablering av näridrottsplatser i storstadsområdena där behovet av inrättningar anses vara störst (20,31).

Från Riksidrottsförbundets (20) sida säger man att det är viktigt att Handslagsarbetet inte låser sig i färdiga mönster utan lämnar rum för engagemang utifrån den egna situationen då utvecklingen inom idrotten ser olika ut i olika delar av landet och för de enskilda idrotterna. Ändå talar Riksidrottsförbundet om vissa områden som allmänt bör beaktas som mer aktuella. De uppmanar föreningarna till att hitta strukturer för att kunna möta de grupper som idag inte finns i föreningarna. Då ett bredare deltagande är ett mål kan ändrade tävlingsbestämmelser vara ett sätt att underlätta för dem som inte vill satsa elitiskt. Ett annat sätt att möta dessa grupper är att samverka i olika former med de arenor där barnen och ungdomarna går att finna, samverkanspartners kan då vara skola, kommun eller lokala intressegrupper (20). I de fall Handslaget sker i samverkan med skolan skall inte Handslagsaktiviteterna på något sätt ersätta skolidrotten (32).

Sammanfattningsvis kan sägas att Handslagets huvudinriktning är att åstadkomma en progression av barn- och ungdomsverksamheten i de lokala idrottsföreningarna (20). De fem nationella målen som Riksidrottsförbundet framfört med Handslaget är att (1, www.rf.se, Om Handslaget):

- Öppna dörrarna för fler
- Hålla tillbaka avgifterna
- Satsa mer på flickors idrottande
- Delta i kampen mot droger
- Intensifiera samarbetet med skolorna

Västsvenska Idrottsförbundet (33) betonar att deras uppgift är att öka samarbetet mellan skolor och idrottsföreningar för att i första hand attrahera de elever som i vanliga fall inte idrottar till att upptäcka roliga fysiska aktiviteter där de kan känna att de lyckas. Vidare förespråkas att skolorna skall ta ett ansvar för att de projekt som påbörjats skall kunna fortsätta även efter det att Handslaget upphört och det medför att det krävs att skolorna från början aktivt bidrar på något sätt. Västsvenska Idrottsförbundet (34) vill ge förtur åt de Handslag som erbjuder sina aktiviteter under skoldagen, där flera föreningar samarbetar eller där eleverna kan erbjudas olika sorters aktiviteter. Handslaget löser, i alla fall kortsiktigt, de ekonomiska problem som orsakas av att merparten av alla idrottsledare är verksamma på ideell basis, vilket innebär att de under skoltid utför sina civila arbeten och för att de skall kunna delta i idrottsarbete under skoltid rimligtvis måste kompenseras (20).

Skolundervisningen i Idrott och hälsa har som sin viktigaste målgrupp alla de barn och ungdomar som av olika anledningar inte frestats av idrottsrörelsens utbud. Det bör i detta sammanhang även uppmärksammas att de barn och ungdomar som Handslagsledarna kommer i kontakt med via skolan inte alltid är de som söker sig till idrotten av egen vilja. Därför kan pedagogiken och ledarskapet eventuellt komma att behöva omprövas (20).

Till sist vill Västsvenska Idrottsförbundet (35) att alla i Handslaget medverkande föreningar ställer upp med minst två ledare på den utbildningsdag om fysisk aktivitet som anordnas. Utbildningsdagen för fysisk aktivitet arrangeras av Västsvenska Idrottsförbundet i samarbete med Svensk Idrotts Studie- och Utbildningsorganisation (SISU) Idrottsutbildarna. Utbildningen betonar vikten av bland annat allsidig rörelseträning. SISU Idrottsutbildarna har inom ramen för Handslaget erhållit medel som är avsedda för ledarutbildning och ledarrekrutering inom föreningarna (36).

Slutligen skall sägas att Riksidrottsförbundet (20) menar att de mål som regeringen har med Handslaget passar väl ihop med de utvecklingsambitioner som idrottsrörelsen själv har. Men de säger också att det krävs mer resurser för att kunna genomföra det de vill och för att Handslagsprojekten skall ge en påtaglig effekt på lång sikt måste alla de förändringar som skapats på alla nivåer förbli bestående.

2.2.2 Tuve-Säve

Stadsdelen Tuve-Säve ligger på Hisingen och är en av de 21 stadsdelarna i Göteborgs kommun. Tuve-Säve består av blandad bebyggelse från flerbostadshus till radhus och villor. Stadsdelen har en levande jordbruksbyggd samtidigt som det finns industriföretag som Volvo Lastvagnar (37). Senaste befolkningsmätningen ägde rum 2005 och då beboddes stadsdelen av 10 888 personer (38), av dessa var 13,9 % barn i åldrarna sex till femton år, vilket var högre än genomsnittet för Göteborgs kommun (39). År 2004 var cirka 74 % av föräldrarna till dessa barn gifta.

Bland Tuve-Säves invånare var 3,6 % arbetslösa och 4,7 % var socialbidragstagare. Detta var mindre än genomsnittet för Göteborgs kommun men trots detta var ohälsotalen större i Tuve-Säve jämfört med Göteborgs kommuns genomsnitt (38). Bland de arbetande fann man 87,8 % i näringslivssektorn. Tillverkning och Handel/transport tillhörde de två största näringsgrenarna bland samtliga arbetande. Jämförelseindex med Göteborgs kommun som helhet visade att invånare med eftergymnasial utbildning var färre i Tuve-Säve. Detta till trots så befann sig Tuve-Säve något över Göteborgs kommun då man jämförde medelinkomst (38).

I enlighet med Handlingsplan för folkhälsoarbete i Tuve-Säve för år 2006-2010 var den målgrupp som kom i första hand för folkhälsoarbetet år 2006 barn, ungdomar och deras föräldrar. Ett av stadsdelens prioriterade mål för 2006 var att dagligen aktivera de elever som går i förskola och skola. Aktiveringsansvaret för eleverna ligger enligt handlingsplanen på förskolan och skolan (40).

2.2.3 Handslaget i Tuve-Säve

Tuve-Säve har för Handslagets sista år sökt och fått bidrag från Västsvenska Idrottsförbundet. Under perioden 30/8-2006 till och med 30/5-2007 medverkar stadsdelen Tuve-Säve i det av Handslaget understödda projektet ”Hålligång i Tuve-Säve”. Detta har man ansökt till med målen att öka samarbetet mellan skolor och idrottsföreningar samt att öppna dörrarna för att få

fler barn och unga aktiva. Handslaget i Tuve-Säve riktar sig till stadsdelens femte- och åttondeklassare, sammanlagt berörs 189 elever (41).

Handslaget i Tuve-Säve har för eleverna inneburit en regelbunden pröva-på-verksamhet. Alla medverkande klasser har under onsdagarna sedan slutet av augusti 2006 under en timme provat på aktiviteter från de tolv olika idrottsföreningarna som medverkat i projektet. Transporterna till och från aktiviteterna har skett via kollektivtrafik då alla eleverna innehar fria busskort. Vid varje aktivitet och transport har en medföljande lärare närvarat. De tolv idrotter eleverna har fått chans att prova på är; bangolf, brottning, bågskytte, fotboll, fysträning, ishockey, innebandy, orientering, salsa, simning, tennis och volleyboll (41).

Utbudet av idrottsföreningar i stadsdelen som kunnat bidra med aktiviteter till Handslaget har förutom de medverkande föreningarna varit lokala föreningar där verksamheten varit förlagd utanför stadsdelen och föreningar med redan medverkande sporter samt en fallskärmsklubb (42). De tolv aktiviteterna har med ett undantag varit lokaliserade till Tuve-Säve. Detta dels för att de elever som eventuellt vill börja engagera sig i en förening på sin fritid skall ha denna lättillgänglig och dels för att det praktiskt skall vara möjligt för eleverna att på skoltid ta sig fram och tillbaka inom en rimlig tidsram (41).

3. Syfte

Vårt syfte är att undersöka de i Handslagsprojektet medverkande elevernas uppfattningar om Handslaget för att utröna både de eventuella positiva och de eventuella negativa aspekterna av projektets olika komponenter. Vi vill genom vår undersökning också synliggöra elevernas perspektiv på hur Handslaget skulle kunna förbättras, både mer generellt men också lokalt.

3.1 Frågeställningar

- Har Handslaget medfört att några av de medverkande eleverna påbörjat någon fysisk aktivitet på sin fritid?
- Vilka skillnader kan ses mellan de mer aktiva och de mindre aktiva eleverna?
- Vilka skillnader kan ses mellan de båda årskursernas samt killars respektive tjejers uppfattning av Handslaget?
- Vilka skillnader kan ses mellan de båda årskursernas samt killars respektive tjejers fysiska aktivitet på fritiden?
- Vilka skillnader kan ses mellan de båda årskursernas samt killars respektive tjejers matvanor?
- Har eleverna förslag på förbättringar av Handslaget och hur ser dessa i så fall ut?

4. Metod

Vi har utfört en totalundersökning bland de elever som medverkat i Handslaget i Tuve-Säve och därmed har inget urval gjorts (43). En förutsättning som på förhand redan var fastställd var att alla elever skulle få möjlighet att yttra sig, därför ansåg vi att en enkätundersökning skulle möjliggöra att alla elever skulle få komma till tals. Ytterligare en anledning till att vi valde enkätundersökning som metod var för att kunna få mått och indikatorer på utfallet av Handslaget i stadsdelen Tuve-Säve.

4.1 Datainsamling

4.1.1 Målgrupp

Vår målgrupp har varit de elever i Tuve-Säve som varit delaktiga i det Handslag som genomförs i stadsdelen. Eleverna går i årskurs fem och årskurs åtta och kommer från sammanlagt fyra olika skolor.

Eleverna från årskurs fem kommer från tre olika skolor. Bärbysskolan ligger i Säve och har elever från förskola till årskurs fem. Härifrån kommer skolans enda femteklass bestående av 19 elever. Tångensskolan som ligger i Tuve, innefattar förskola till årskurs fem. Skolan har två femteklasser och båda dessa har medverkat i Handslaget, 5A och 5B som vardera har 24 elever. Den sista skolan med femteklassare är Gunnestorpsskolan som också ligger i Tuve. Även där går elever från förskolan till årskurs fem. På Gunnestorpsskolan finns två klasser i årskurs fem som båda har medverkat i Handslaget, i 5A går 21 elever och i 5B 22 elever.

Alla elever som går i årskurs åtta kommer från Glöstorpskolan i Tuve som är den enda högstadieskolan i stadsdelen. På Glöstorpskolan återfinns årskurs sex till och med nio. Här finns fem åttondeklasser varav fyra klasser som har deltagit i Handslaget. Den femte klassen är en musikklass som aldrig medverkat i Handslaget då de på grund av tidsmässiga skäl avböjt. Glöstorpskolan är uppdelad i olika lag och från lag syd återfinns 8:1 i Handslaget och de är 22 elever, lag nord innefattar nord 8:1 med 22 elever, nord 8:2 med 14 elever och slutligen nord 8:3 med 21 elever.

Vår målgrupp återfinns i årskurserna fem och åtta och vårt intresse ligger inte i att veta elevernas exakta ålder utan vi har utgått från att de har den mognadsnivå som kan förväntas av elever i respektive årskurser. Majoriteten av eleverna bör dock sannolikt vara 11 respektive 14 år gamla.

4.1.2 Enkät

Efter att ha sökt efter befintligt utvärderingsmaterial i form av enkäter men inte funnit något så utformade vi en egen enkät (bilaga 1). Vår utgångspunkt för utformningen har dels varit de övergripande frågeställningar som Tuve-Säves folkhälsosamordnare ville få svar på och dels frågor kring elevernas mat- och aktivitetsvanor. För att få en bättre bild av eleverna frågar vi även om vissa bakgrundsvariabler, såsom familje- och boendesituation.

Vi bestämde oss för att använda oss av samma enkätfrågor för båda årskurserna, en fråga skiljer dock mellan klasserna, för både årskurs fem och årskurs åtta. Genom att använda samma enkätfrågor minskade vi risken för att eleverna skulle tolka frågorna olika årskurserna emellan vilket skulle ha försvårat en jämförelse. Vi lade därför den språkliga nivån så att eleverna i årskurs fem skulle förstå den och för att det på så sätt heller inte skulle bli några

problem med förståelsen för eleverna i årskurs åtta. De frågor som skilde sig åt från de resterande frågorna var att eleverna i årskurs fem har fått svara på en fråga om den rastutrustning de fått från Handslaget samt att årskurs åtta besvarat en fråga om deras helhetssyn på Handslaget.

Med hjälp av två böcker i enkätmetodik utformade vi enkätens disposition (44,45). Vi har också studerat tidigare använda enkäter inom hälsoområdet (46) och enkäter utformade för barn i åldrar från förskolan till gymnasiet (47). Vi har diskuterat med och låtit ett antal personer läsa igenom enkäten under dess utveckling för att ge oss sina synpunkter. I utformandet av enkäten har vi tänkt på vilket statistiskt instrument vi skulle använda oss av vid analys av datamaterialet samt anpassat enkäten efter detta. Mot slutet av utformningen matade vi in enkätvariablerna med svarsalternativ till statistikbehandlingsprogrammet Statistical Package for Social Sciences (SPSS) (48) för att se att analysen skulle kunna genomföras med den struktur som planerats.

Enkäten inleddes med elva frågor rörande Handslaget som vi utifrån vårt syfte ansåg det vara viktigast att eleverna besvarade. Därefter följde ett avsnitt med sju frågor rörande elevernas allmänna fysiska aktivitetsvanor. Med det avslutande frågeavsnittet som innehöll sju frågor rörande elevernas bakgrund var avsikten att ta reda på kön, familjeförhållanden, matvanor och kroppsuppfattning. Allra sist fanns en öppen fråga med plats för eleverna att skriva egna förslag på hur Handslaget skulle kunna förbättras.

Frågorna var konstruerade så att eleverna kunde kryssa i en eller flera rutor som passade deras uppfattningar, där vi upplevde det som relevant fanns alternativet ”annat” där eleverna kunde kryssa i och sedan på en rad skriva vad som passade dem bättre än enkätalternativen. En del av frågorna innehade selekterade svarsalternativ vilket innebar att frågorna var konstruerade så att eleverna kunde besvara dem med ”ja” eller ”nej” för att sedan beroende på deras svar fortsätta besvara en följdfråga eller ”gå vidare till nästa fråga”. Detta dels för att eleverna inte skulle behöva läsa så mycket i onödan och förlora intresset och dels för att de inte skulle känna sig tvungna att fylla i något alternativ som kanske inte överensstämde fullt ut med deras åsikter (44).

Vi har utformat svarsalternativen så att de räknas som symmetriska, det vill säga att det fanns lika många positiva eller jakande alternativ som negativa eller nekande. Svarsalternativ av typen ”jag vet inte” och ”varken eller”, så kallade mittalternativ kan av den som besvarar enkäten ibland användas för att slippa ta ställning. Besvararen kan på grund av osäkerhet eller compliance bias, det vill säga en benägenhet att vilja vara tillmötesgående (49,50), välja ett svarsalternativ som upplevs neutralt. Om frågan kräver kunskap av den som skall besvara enkäten kan ett mittalternativ ändå vara nödvändigt för att felaktigt besvarade frågor eller det interna bortfallet inte skall bli för stort, i annat fall kan man föredra att mittalternativet utesluts (44). Sammanlagt har vi använt oss av mittalternativ som möjligt svarsalternativ vid tre frågor i enkäten då vi bedömde frågorna som komplexa eller svåra att ha en bestämd uppfattning om, resterande frågor har inget tydligt mittalternativ. För att kunna ge relevanta svarsalternativ på de frågor i enkäten som rör olika sorters fysisk aktivitet har vi tagit reda på statistik angående vilka de populäraste aktiviteterna för respektive kön är (51).

4.1.3 Pilotfall

Den första enkätutdelningen genomfördes på Bärbysskolan i årskurs fem och var i tid förlagd två dagar innan närmast följande enkätutdelning. Detta gjordes för att kunna gå igenom de

svar vi erhållit för att på så sätt se möjliga felaktigheter. Det vi undersökte var om enkäten hade rätt utformning och om språket var begripligt eller om eventuella missförstånd från elevernas sida förekom. Innan enkätutdelning presenterade vi oss, talade om att enkätundersökningen handlade om deras uppfattning av Handslaget, deras allmänna fysiska aktivitet samt att vi till sist ville få svar på några bakgrundsfrågor. Enkätens utformning förklarade vi med att det fanns frågor att besvara både på fram- och baksida, att de inte skulle skriva sitt namn på enkäten för att den var anonym samt att de kunde besvara frågorna med ett eller flera kryss. Vi talade också om för eleverna att de kunde ställa frågor under tiden de svarade på enkäten. Då klassen genomfört enkäten frågade vi hur de upplevt språket i enkäten och om de upplevde att de förstod frågorna. Vi tackade varje elev personligen då de lämnade tillbaka enkäten ifylld till oss. Detta tillfälle gav oss även möjlighet att se hur lång tid det kunde komma att ta för resterande elever att fylla i enkäten. Vi gav i efterhand varje enkät ett identifikationsnummer, samt skrev upp årskurs och att de kom från Bärbysskolan.

Eleverna gav uttryck för att ha förstått samtliga frågor och menade att språket låg på en begriplig nivå. Men efter analys av enkätsvaren från pilotundersökningen upptäckte vi att vi behövde ändra svarsalternativen på fråga 20 (bilaga 2). Den uppfattning vi tidigare haft var att det kunde vara för känsligt att i frågan om med vem eller vilka eleverna bodde ange svarsalternativ där det stod att deras föräldrar var skilda. Dock såg vi efter att ha läst svaren från eleverna som inte hade sammanboende föräldrar att några som förklaring skrivit att deras föräldrar var skilda och därför valde vi att ändra svarsalternativen så att de blev tydligare. Vi upptäckte även att en tidigare hänvisning i enkäten blivit inaktuell men inte borttagen vilket orsakade felaktigheter, den felaktiga anvisningen togs bort inför nästa enkätutdelning.

4.1.4 Genomförande

Den första kontakten med skolor och lärare samt godkännande från dessa tog Tuve-Säves folkhälsosamordnare i samband med att utvärdering av Handslaget började bli av intresse. Vår undersökning har genomförts i form av gruppenkäter under ledning (52). Vi har alltså vid de olika tillfällena informerat kring enkätens syfte och elevernas medverkan, distribuerat enkäterna, varit behjälpliga vid eventuella frågor från eleverna samt skött insamlandet av enkäterna. Vi har reflekterat över vikten av att motivera eleverna till att delta i enkäten samt att förklara enkätens upplägg tydligt och att vi skall ha en positiv profil (45).

Elevernas unga ålder föranledde att vi av etiska skäl ville få föräldrarnas samtycke för deras barns medverkan i enkätundersökningen (44). Informationsbrevet (bilaga 3) delade lärarna ut till eleverna för att de skulle förmedla dem till föräldrarna. Från att brevet förväntas ha nått föräldrarna gavs dessa en veckas betänketid. På grund av det stora antalet informationsbrev (189 stycken) som skickades ut bestämdes att vi inte skulle begära något skriftligt svar från föräldrarna. Om föräldrarna inom utsatt tid inte meddelat sitt ogillande till den kontaktperson som stod angiven i brevet ansågs tystnaden vara ett samtycke, vilket tydligt förklarades i brevet. I brevet fanns även en kort sammanfattning om Handslaget, kortfattad information om vilka vi är och varför vi gör detta, ungefärlig tid för enkätundersökningen, att deltagandet för deras barn är anonymt och frivilligt för barnet självt vid enkätutdelningen samt kontaktuppgifter.

Lättaste sättet att bestämma tid och datum för när enkäterna kunde delas ut var att ha kontakt via e-post med de lärare som var ”medföljandelärare” till de olika Handslagsaktiviteterna, vid enkätutdelningen var det dock inte alltid samma lärare som närvarade.

Vid samtliga enkätutdelningstillfällen närvarade vi båda i klassrummen. Bland både femteklassare och åttondeklassare, med ett undantag, träffade vi en klass i taget. I Gunnestorpsskolan träffade vi klass 5A och 5B tillsammans. Vid samtliga tillfällen presenterade vi oss, talade om att enkätundersökningen handlade om deras uppfattning av Handslaget, deras allmänna fysiska aktivitet samt att vi till sist ville få svar på några bakgrundsfrågor. Vad gäller enkätens utformning förklarade vi att det fanns frågor att besvara både på fram- och baksida, att de inte skulle skriva sitt namn på enkäten och att de kunde besvara frågorna med ett eller flera kryss. Vi gjorde eleverna medvetna om att de kunde ställa frågor under tiden de besvarade enkäten. Slutligen tackade vi alla elever personligen då de lämnade tillbaka enkäten ifylld till oss.

Efter att vi träffat varje klass gav vi deras enkäter ett identifikationsnummer samt skrev upp vilken årskurs, klass och skola som hörde till numret. Att vi valde detta tillvägagångssätt berodde på att vi inte ville att eleverna skulle känna sig identifierade samt för att minimera antalet frågor för att eleverna skulle behålla intresset hela enkäten igenom och för att på så sätt få så många korrekta svar som möjligt.

4.1.5 Bortfall

Vår målsättning var att nå alla de 189 elever som deltagit i Handslaget i Tuve-Säve, men av tidsmässiga skäl beslutade vi oss för att inte söka upp de elever som av olika anledningar var frånvarande vid enkätutdelningstillfällena. Av de 189 eleverna kunde vi endast nå 172 av dem då sammanlagt 17 elever från de olika klasserna var frånvarande vid enkätutdelningstillfället, två elever från årskurs fem frånvarade på grund av nationellt prov och två elever från årskurs åtta frånvarade på grund av svenska 2-undervisning. Bland de resterande tretton eleverna som frånvarade kom sex elever från årskurs fem och sju elever från årskurs åtta. Av de 172 utdelade enkäterna fick vi 168 enkäter tillbaka ifyllda då fyra elever från en av klasserna i årskurs åtta valde att inte besvara enkäten. Av de 168 besvarade enkäterna valde vi att räkna bort de enkäter där eleven missat att svara på tre frågor eller fler, sammanlagt räknades då sju enkäter bort. Genom att göra på detta sätt förhindrade vi att någon elev missat att svara på nästan hälften av alla frågor inom ett visst avsnitt, om detta tillvägagångssätt hade frångåtts hade vi behövt ta hänsyn till och göra värderingar av de olika enkäterna gentemot varandra. Fyra av de sju borträknade enkäterna räknades bort på grund av den tidigare beskrivna felhänvisningen. Tilläggas kan att av de 161 enkätsvar som återstod var det bortfall i arton av enkäterna, på en fråga i tretton av enkäterna och på två frågor i fem av enkäterna. De som av olika skäl inte haft möjlighet att delta samt de som valt att inte svara på enkäten benämns som externt bortfall. Enstaka frågor som inte besvarats av de som för övrigt fyllt i enkäterna benämns internt bortfall (44).

Vi har vid inmatning av svaren i SPSS lämnat frågorna med bortfall obesvarade på den frågan och redovisar saknade svar i resultatet som internt bortfall. Vi valde att gå tillväga på det här sättet för att vi inte har beräknat några medelvärden från svaren i vår enkät eftersom de bygger på nominalskalor och inte på kontinuerliga- eller intervallskalor och därför inte har några värden att föra in.

4.2 Analys

Som analytiskt verktyg har vi använt oss av statistikbehandlingsprogrammet SPSS version 13. För att få en uppfattning om svarsfördelning skapade vi frekvenstabeller för varje fråga. För att få en djupare bild av datamaterialet skapade vi korstabeller från majoriteten av frågorna

med hänsyn tagen till könstillhörighet och årskurs. För att kunna se samband mellan de olika enkätsvaren gjordes korstabuleringar där variablerna var två frågors svarsalternativ som ställdes emot varandra. Vi har i vissa frågor grupperat samman svarsalternativ med likartade innebörder exempelvis ”mycket bra” och ”bra” blir till kategorin ”bra”, dels för att en del av frågornas svarsalternativ besvarades av för få elever för att kunna göras jämförbara och dels för att kunna göra en mer dikotom uppställning.

Enkätens avslutande fråga med plats för egna förslag på hur Handslaget skulle kunna förbättras har vi kategoriserat in i fem kategorier samt en övrig och dessa redovisas separat sist i resultatdelen. De svar som erhålls utifrån öppna frågor behandlas som mjukdata och kan inte till fullo behandlas som andra variabler eftersom de i regel besvaras av färre än om det hade funnits en fråga med tillhörande svarsalternativ (44).

5. Resultat

5.1 Elevernas bakgrund

Resultaten är baserade på de sammanlagt 161 elever som på korrekt sätt besvarat enkäten, vilket totalt ger enkätundersökningen en svarsfrekvens på 85,19 %. Av dessa går 96 elever i årskurs fem och 65 elever i årskurs åtta. De 161 eleverna består av 80 killar och 81 tjejer, inom årskurs fem är fördelningen 50 % vardera och inom årskurs åtta är det 49,2 % killar och 50,8 % tjejer.

Av de 161 eleverna bor 75,8 % (122 elever) tillsammans med båda sina föräldrar medan 24,2 % (39 elever) av eleverna har föräldrar som inte är sammanboende. Elever som bor i radhus är i majoritet, 34,8 % (56 elever) följt av både villa och lägenhet med 32,9 % (53 elever) respektive 29,8 % (48 elever), fyra elever uppgav annan typ av boende. Av de elever som bor med båda föräldrarna bor 41,8 % i radhus (51 elever) och 36,9 % i villa (45 elever) och 20,5 % (25 elever) i lägenhet. Fördelningen är den omvända för de elever som inte har sammanboende föräldrar, 59 % (23 elever) bor i lägenhet, 20,5 % (8 elever) bor i villa samt 12,8 % (5 elever) som bor i radhus.

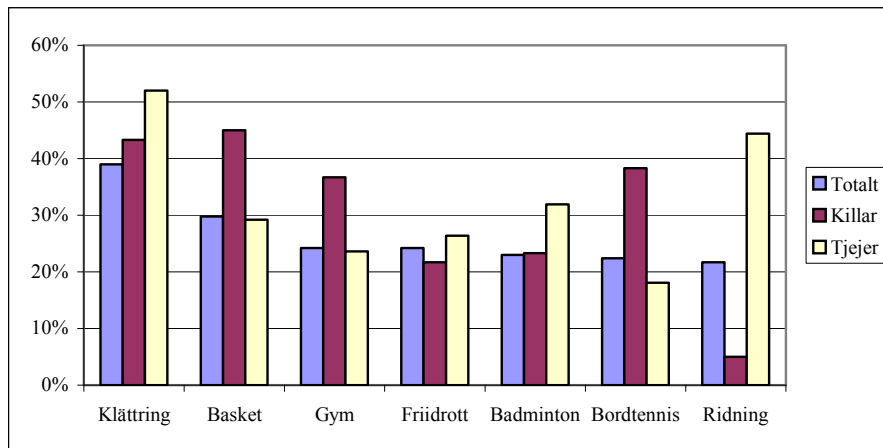
Av de 161 eleverna är det 96,3 % (155 elever) som har syskon, 3,7 % (6 elever) har inga syskon. Av alla elever är det 89,3 % (142 elever) som bor tillsammans med minst ett syskon. Av dessa är det 52,8 % (84 elever) som bor med ett syskon, 23,9 % (38 elever) som bor med två syskon och 12,6 % (20 elever) som bor med tre syskon eller fler.

5.2 Elevernas uppfattning om Handslaget

5.2.1 Saknade aktiviteter

Av eleverna uppgav sammanlagt 82,5 % (132 elever) att de saknat någon slags aktivitet, 17,5 % (28 elever) uppgav att de inte saknade någon aktivitet, det interna bortfallet i denna fråga var en elev. De sju mest saknade aktiviteterna, se figur 1, var inom könen fördelade så att de motsvarar sju utav tjejernas mest saknade aktiviteter och killarnas sex mest saknade aktiviteter, de saknade dessutom handboll.

Figur 1: De sju mest saknade aktiviteterna totalt sett inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning.



5.2.2 Fått lust att börja med fysisk aktivitet

Handslaget har medfört att 37,3 % (60 elever) av eleverna uppgett sig ha fått lust att börja med någon form av fysisk aktivitet. I årskurs fem har fler uppgett sig ha fått lust att börja med någon form av fysisk aktivitet på grund av Handslaget än i årskurs åtta, 43,8 % (42 elever) respektive 27,7 % (18 elever). Inom årskurserna skiljer sig fördelningen åt enligt tabell 1.

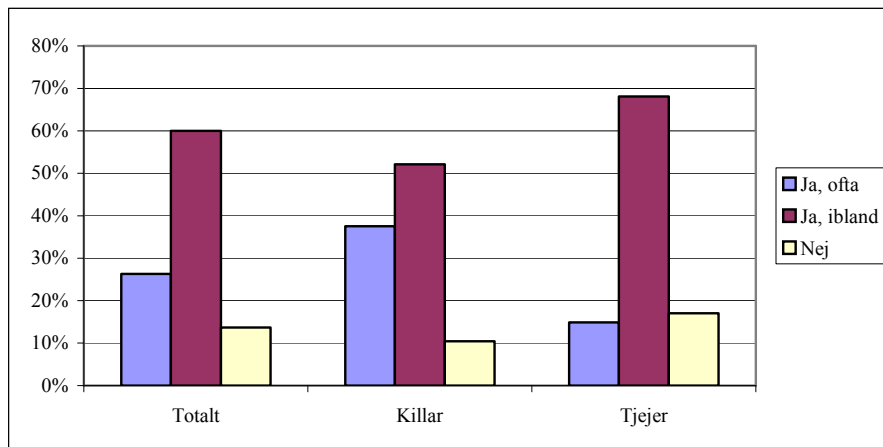
Tabell 1: Andel elever som uppgett att de fått lust att börja med någon form av fysisk aktivitet inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning.

| Kön | Årskurs | Andel (%) | Antal elever |
|--------|---------|-----------|--------------|
| Killar | 5 | 37,5 % | 18 |
| | 8 | 9,4 % | 3 |
| Tjejer | 5 | 50 % | 24 |
| | 8 | 45,5 % | 15 |

5.2.3 Användning av utrustning

Killar och tjejer i årskurs fem har besvarat frågan ”Har du använt de bollar och klubbor som klassen fick av Handslaget?”. Sammanlagt uppgav 26,3 % (25 elever) att de ofta använt utrustningen, 60 % (57 elever) att de använt den ibland och 13,7 % (13 elever) uppgav att de inte använt utrustningen, se figur 2, det interna bortfallet för frågan var en elev.

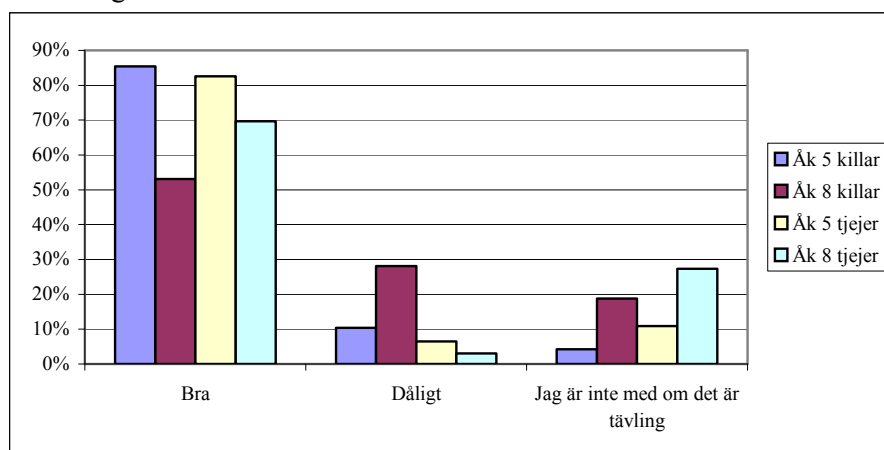
Figur 2: Användning av rastutrustning erhållen från Handslaget inom årskurs fem totalt och med könsfördelning.



5.2.4 Uppfattning om Handslagets tävlingsmoment

På frågan ”Vad tycker du om de tävlingsmoment som fanns i de olika Handslagsaktiviteterna?” svarade sammanlagt 74,8 % (119 elever) av alla elever att de tyckte att tävlingsmomenten var bra, 11,3 % (18 elever) svarade att de tyckte att dessa var dåliga, 13,8 % (22 elever) uppgav att de inte är med om det är tävling, det interna bortfallet för frågan var två elever. Könsfördelningen inom årskurserna ses i figur 3.

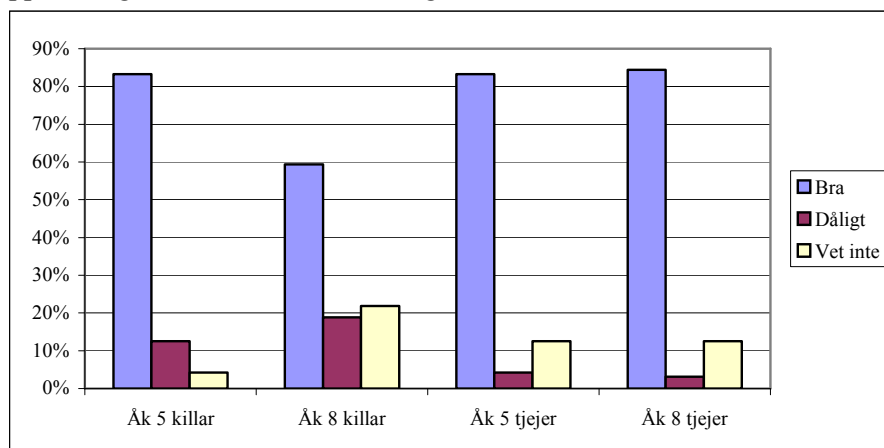
Figur 3: Uppfattningen om Handslagets tävlingsmoment inom respektive årskurs med könsfördelning.



5.2.5 Uppfattning om ledarna för Handslaget

Eleverna i de båda årskurserna besvarade frågan ”Vad tycker du om ledarna för Handslagsaktiviteterna?”, se figur 4. Totalt svarade 78,8 % (126 elever) att Handslagsledarna var bra, 9,4 % (15 elever) att de var dåliga samt 11,9 % (19 elever) att de inte vet, det interna bortfallet för frågan var en elev. Inom årskurs fem svarade totalt 83,3 % (80 elever) att de tyckte Handslagsledarna var bra, 8,3 % (8 elever) uppgav att de var dåliga samt 8,3 % (8 elever) att de inte visste. Inom årskurs åtta uppgav 71,9 % (46 elever) att ledarna var bra, 10,9 % (7 elever) att de var dåliga och 17,2 % (11 elever) att de inte visste.

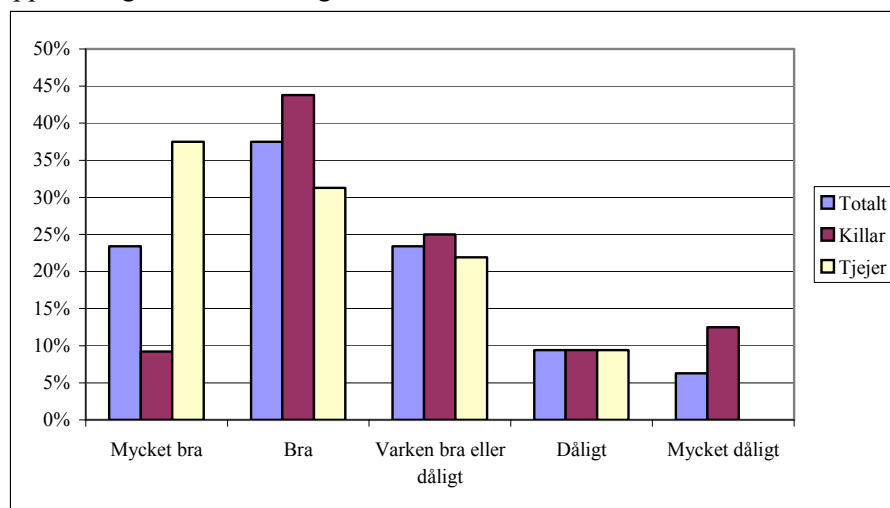
Figur 4: Uppfattning om ledarna för Handslaget inom årskurserna med könsfördelning.



5.2.6 Uppfattning om Handslaget som helhet

Totalt angav 60,9 % (39 elever) av eleverna i årskurs åtta att de tycker att Handslaget i sin helhet är bra eller mycket bra, 15,6 % (10 elever) uppgav att de upplevt Handslaget som dåligt eller mycket dåligt och 23,4 % (15 elever) uppgav att de upplevt Handslaget varken som bra eller dåligt, det interna bortfallet för frågan var en elev. Skillnaderna påvisas i figur 5.

Figur 5: Uppfattningen om Handslaget som helhet inom årskurs åtta med könsfördelning.

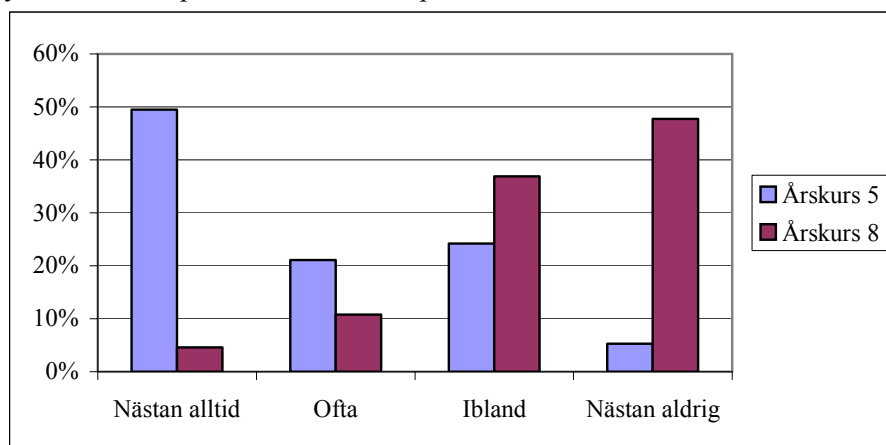


5.3 Elevernas vanor och attityder

5.3.1 Fysisk aktivitet på skolraster

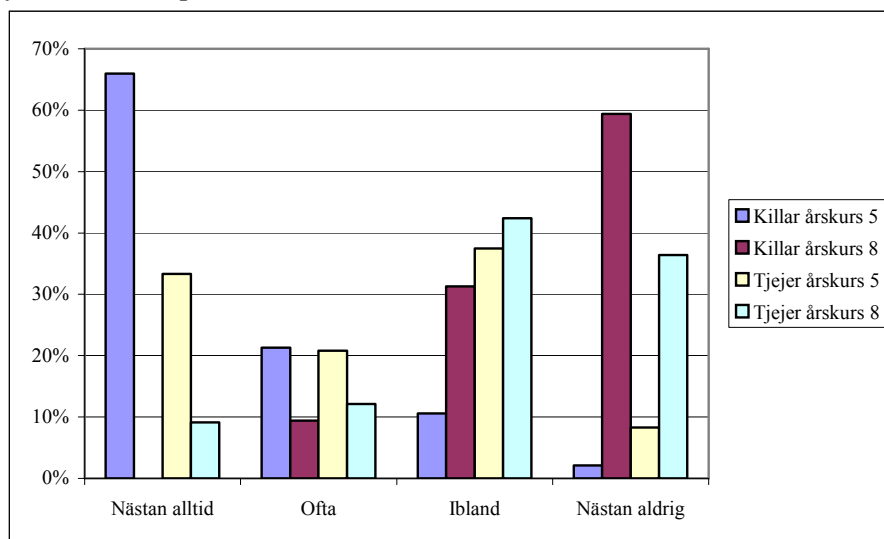
Elevernas fysiska aktivitet på rasterna skiljer sig åt mellan årskurserna, av eleverna i årskurs fem uppgav 49,5 % (47 elever) att de nästan alltid är fysiskt aktiva på rasterna, motsvarande siffra för årskurs åtta var 4,6 % (3 elever), det interna bortfallet för frågan var en elev. På andra ändpunkten av samma fråga återfanns de som uppgett sig nästan aldrig vara aktiva på rasterna, 5,3 % (5 elever) av eleverna i årskurs fem mot 47,7 % (31 elever) i årskurs åtta, se figur 6.

Figur 6: Fysisk aktivitet på rasterna fördelat på årskurs.



Även inom könen skiljde det sig åt enligt figur 7.

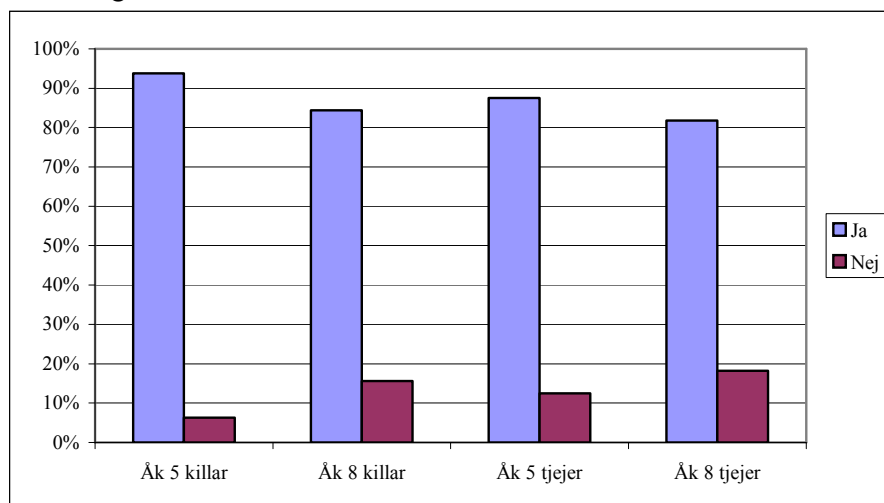
Figur 7: Fysisk aktivitet på rasterna inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning.



5.3.2 Fysiskt aktiv året innan Handslaget

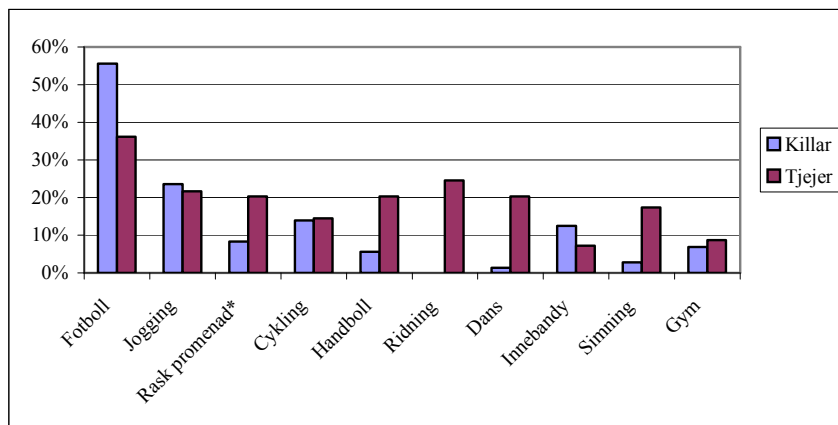
På frågan ”Var du fysiskt aktiv på din fritid året innan du började gå på Handslagsaktiviteter?” svarade totalt 87,6 % (141 elever) av alla eleverna att de varit fysiskt aktiva året innan Handslaget, 12,4 % (20 elever) svarade att de inte varit det. Inom årskurs fem var det 90,6 % som svarade att de var fysiskt aktiva mot 83,1 % i årskurs åtta. Könsfördelning inom årskurserna enligt figur 8.

Figur 8: Fysisk aktivitet på fritiden året innan Handslaget inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning.



För att illustrera de aktiviteter som eleverna utövade under året innan Handslaget visas i figur 9 de tio mest utövade fritidsaktiviteterna i fallande ordning med könsfördelning.

Figur 9: De mest utövade fritidsaktiviteterna med könsfördelning.



* minst 15 minuter

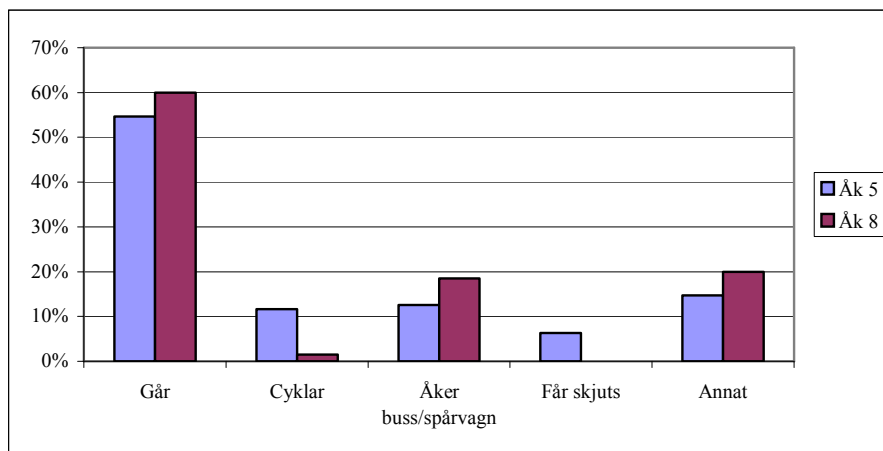
5.3.3 Börjat med fysisk aktivitet

Av alla elever uppgav 9.9% att de börjat med fysisk aktivitet på sin fritid på grund av Handslaget. Detta motsvarar 16 elever och dessa uppgav att de har börjat med 20 aktiviteter. Innebandy, fysträning, simning, bågskytte och gym var de sporter som de flesta börjat med, här har två eller fler elever per aktivitet börjat.

5.3.4 Färd sätt till och från skola

Utifrån frågan ”Hur tar du dig till och från skolan för det mesta?” svarade 56,9 % (91 elever) att de går, 15 % (24 elever) att de åker buss eller spårvagn, 7,5 % (12 elever) att de cyklar och 3,8 % (6 elever) att de får skjuts till och från skolan. De elever som svarade annat var 16,9 % (27 elever), av dessa elever uppgav 25 blandade varianter av ovanstående alternativ, en elev uppgav att den tar sig fram och tillbaka med skateboard och en elev uppgav att den åkte moped. Det interna bortfallet för frågan var en elev. Årskursfördelning av svaren presenteras i figur 10.

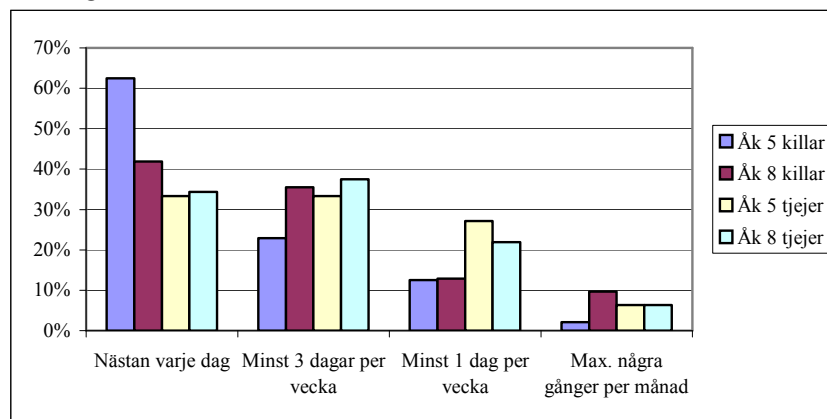
Figur 10: Färd sätt till och från skolan bland årskurs fem och åtta.



5.3.5 Fysiskt aktiv på fritiden – frekvens

Av alla 161 elever uppgav 44 % (70 elever) att de är fysiskt aktiva nästan varje dag på sin fritid, 31,4 % (50 elever) uppgav att de är fysiskt aktiva minst tre dagar per vecka. En grupp på 18,9 % (30 elever) uppgav att de är fysiskt aktiva minst en dag per vecka och 5,7 % (9 elever) uppgav att de var fysiskt aktiva maximalt några gånger per månad, det interna bortfallet för frågan var två elever. Skillnaderna mellan killar och tjejer inom de båda årskurserna ses i figur 11.

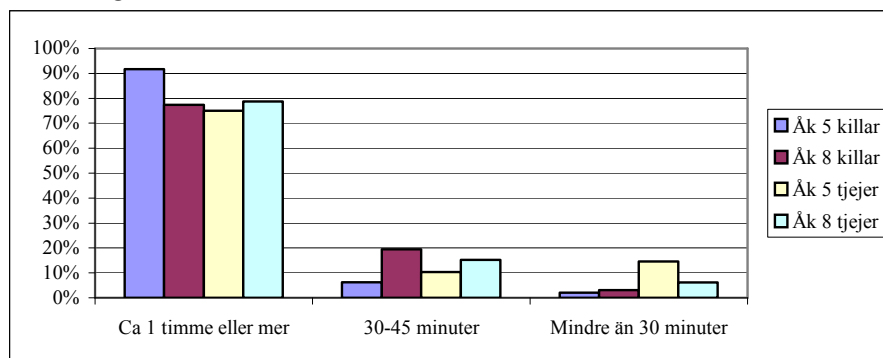
Figur 11: Frekvens av fysisk aktivitet på fritiden inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning.



5.3.6 Fysiskt aktiv på fritiden – duration

På frågan ”Hur länge håller din fysiska aktivitet på vid varje tillfälle under din fritid?” svarade 81,3 % (130 elever) att de var fysiskt aktiva cirka en timme eller mer vid varje tillfälle, 11,9 % (19 elever) svarade att de var fysiskt aktiva 30-45 minuter vid varje tillfälle, 6,9 % (11 elever) uppgav sig vara fysiskt aktiva mindre än 30 minuter vid varje tillfälle, det interna bortfallet för frågan var en elev. Skillnaderna mellan killar och tjejer inom de båda årskurserna ses i figur 12.

Figur 12: Duration av fysisk aktivitet på fritiden inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning.

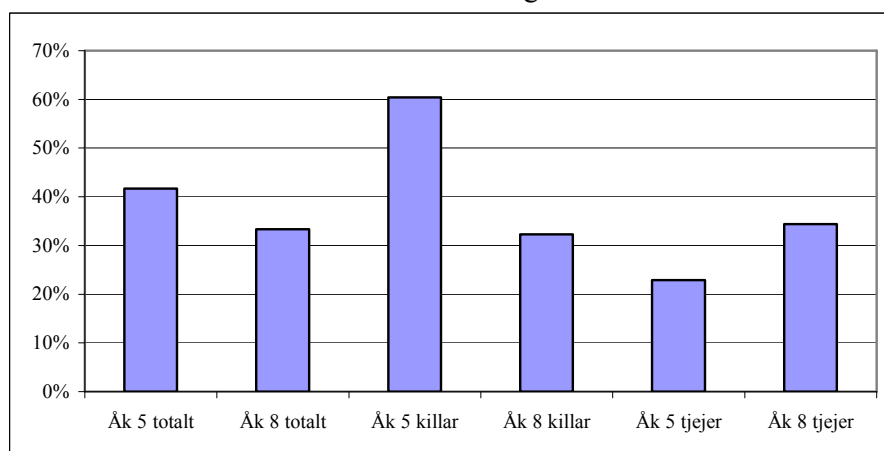


5.3.7 Fysiskt aktiv på fritiden – frekvens och duration

För att kunna se hur stor andel elever som når upp till rekommenderad daglig mängd fysisk aktivitet har vi i figur 13 sammanställt de elever som uppgav sig vara fysiskt aktiva cirka en

timme eller mer vid varje tillfälle och som också svarade att de var fysiskt aktiva nästan varje dag. Totalt var det 38,4 % (61 elever) av alla 161 elever som var fysiskt aktiva i den utsträckning som rekommenderas, det interna bortfallet bestod av två elever som inte svarade på en av de båda frågorna och därför räknas bort från sammanslagningen.

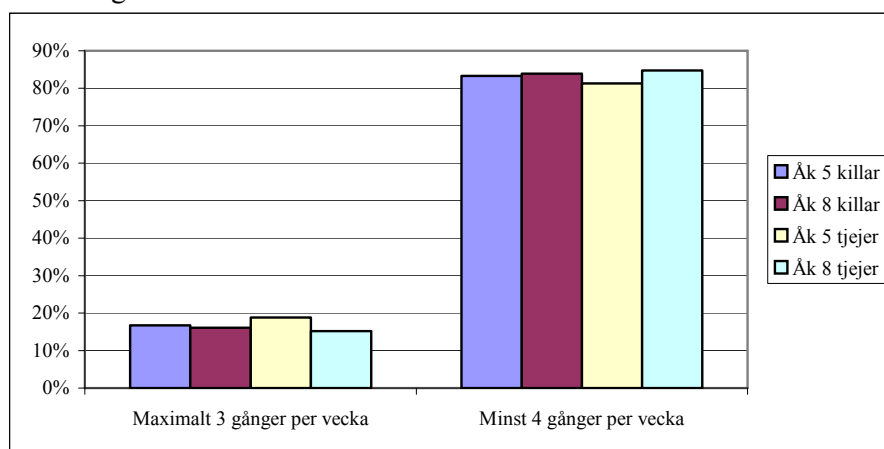
Figur 13: Andel elever som uppfyller rekommenderad daglig träningsdos totalt sett för årskurserna fem och åtta och med könsfördelning årskursvis.



5.3.8 Matvanor – frukt/grönsaker

Totalt sett uppgav 71,9 % (115 elever) att de äter frukt och/eller grönsaker nästan varje dag, 11,3 % (18 elever) att de äter frukt och/eller grönsaker cirka fyra till fem dagar per vecka, 8,8 % (14 elever) uppgav att de äter frukt och/eller grönsaker cirka två till tre gånger per vecka, 3,8 % (6 elever) sa att de äter frukt och/eller grönsaker cirka en gång per vecka. Den sista gruppen på 4,4 % (7 elever) uppgav att de nästan aldrig äter frukt och/eller grönsaker, det interna bortfallet för frågan var en elev. I figur 14 visas per kön och årskurs de elever som äter frukt och/eller grönsaker fyra eller fler gånger per vecka som en kategori, det samma gäller för de som äter frukt och/eller grönsaker tre eller färre gånger per vecka.

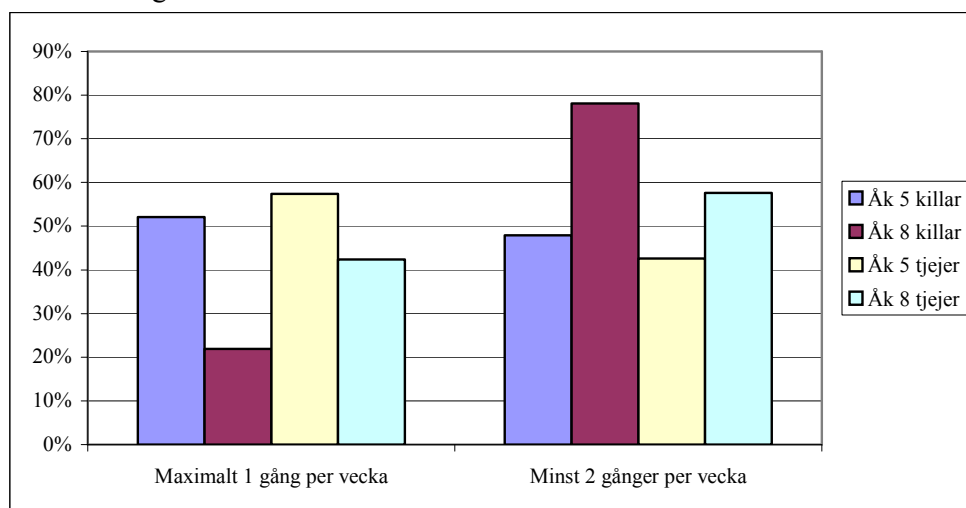
Figur 14: Konsumtion av frukt och grönsaker inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning.



5.3.9 Matvanor – godis eller liknande

På frågan ”Hur ofta äter du godis/glass/kakor/dricka eller liknande?” uppgav totalt sett 11,9 % (19 elever) att de nästan aldrig åt detta, 33,8 % (54 elever) uppgav att de äter detta cirka en gång per vecka. De som uppgav att de äter godis/glass/kakor/dricka eller liknande cirka två till tre gånger per vecka var 40 % (64 elever), 8,8 % (14 elever) att de äter detta cirka fyra till fem gånger i veckan och 5,6 % (9 elever) svarade nästan varje dag. Det interna bortfallet för frågan var en elev. I figur 15 visas per kön och årskurs de elever som äter godis/glass/kakor/dricka eller liknande en gång i veckan eller mindre som en kategori. Det samma gäller för de som äter detta cirka två gånger i veckan eller mer.

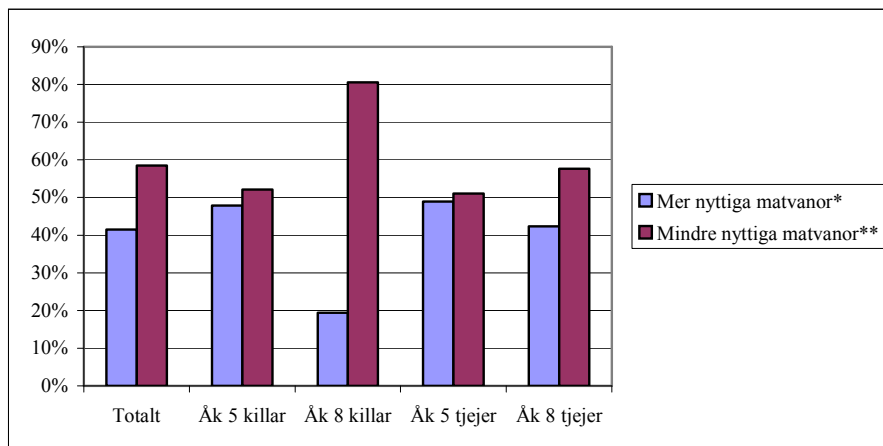
Figur 15: Konsumtion av godis eller liknande inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning.



5.3.10 Matvanor – godis eller liknande och frukt/grönt

Vid korstabulering av svaren från frågorna ”Hur ofta äter du godis/glass/kakor/dricka eller liknande?” och ”Hur ofta äter du frukt och/eller grönsaker?”, figur 16, visade det sig att totalt 41,5 % (66 elever) uppgav att de åt godis eller liknande en gång per vecka eller mer sällan och att de dessutom åt frukt och/eller grönsaker fyra gånger per vecka eller oftare, det interna bortfallet bestod av två elever som inte svarade på en av de båda frågorna och därför räknas bort från sammanslagningen.

Figur 16: Matvanor totalt inom årskurserna med könsfördelning.



* *Frukt och/eller grönsaker minst fyra gånger i veckan samt godis eller liknande maximalt en gång per vecka.*

** *Frukt och/eller grönsaker maximalt tre gånger per vecka samt godis eller liknande minst två gånger per vecka.*

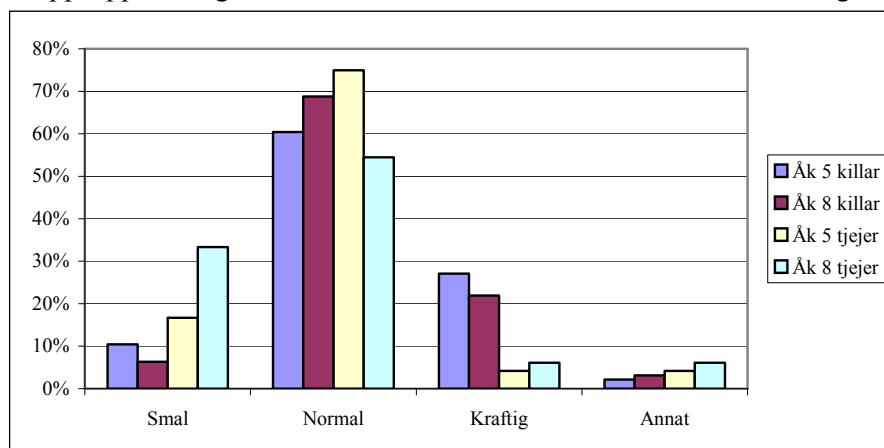
5.3.11 Fysisk aktivitet och matvanor

Vi jämförde matvanorna mellan de som var mer aktiva och de som var mindre aktiva. Till de mer aktiva räknades de elever som uppnådde rekommenderad daglig mängd fysisk aktivitet och till de mindre aktiva räknades de elever som inte uppnådde den rekommenderade mängden. Vid jämförelsen kunde konstateras att 44,6 % (62 elever) i den mer aktiva gruppen mot 20 % (4 elever) i den mindre aktiva gruppen uppgav sig äta frukt och/eller grönsaker minst fyra gånger per vecka och godis eller liknande maximalt en gång per vecka, bland de som uppgav sig äta frukt och/eller grönsaker maximalt tre gånger per vecka samt godis eller liknande minst två gånger per vecka var förhållandet omvänt, 9,4 % (13 elever) var bland de mer aktiva och 35 % (7 elever) bland de mindre aktiva.

5.3.12 Kroppsupplevelse

På frågan ”Hur upplever du din kropp?” svarade 16,1 % (26 elever) smal, 65,2 % (105 elever) normal och 14,9 % (24 elever) kraftig, 3,7 % (6 elever) svarade annat, av dessa uppgav tre elever att de är vältränade, två att de är feta och en elev uppgav sig ha anorexi. I figur 17 visas uppdelningen från frågan per årskurs och kön.

Figur 17: Kroppsuppfattning inom årskurserna fem och åtta med könsfördelning.



5.4 Förslag på förbättringar

Från de 161 besvarade enkäterna erhöll vi från den sista frågan, ”Om du har några förslag på hur Handslaget skulle kunna bli bättre, var snäll och skriv några rader här”, 90 elevers kommentarer vilket är 55,9 %. Kommentarererna delades in i sex kategorier med olika antal uttalanden i varje kategori. Kommentaren från en elev kunde ibland få delas in i fler kategorier då eleven gjort uttryck för flera saker i sin kommentar, detta föranledde att det till slut blev 108 olika kommentarer.

De sex kategorierna med antal inlägg är:

| | |
|--------------------------|-----------|
| 1 Aktiviteter | 33 inlägg |
| 2 Värderande kommentarer | 14 inlägg |
| 3 Ledare | 26 inlägg |
| 4 Tid | 8 inlägg |
| 5 Valfrihet | 14 inlägg |
| 6 Övrigt | 13 inlägg |

I tidskategorin har samtliga elever förespråkade mer tid till Handslaget. I aktivitetskategorin har kommentarer skilt sig åt, sammantaget handlar det om önskemål kring aktiviteter, bland annat fler och eller nya sorters aktiviteter där en del elever gett konkreta förslag medan andra allmänt efterfrågat roligare aktiviteter samt att en del har velat ta bort vissa av de tolv Handslagsaktiviteterna. I valfrihetskategorin har eleverna uttryckt mer allmänt än i föregående kategori att man som elev skall få större valfrihet inom Handslaget. I kategorin om ledare finns två typer av uttalanden, det ena är klagomål på att aktiviteten blir inställd om ledarna är sjuka, eller att ledarna borde ha vikarier (3 kommentarer). Den andra typen av uttalande rör sig kring att Handslagsledarna borde vara bättre på olika sätt, bland annat bete sig bättre, inte svära åt eleverna, visa uppmärksamhet, inte prata i telefon under den timme aktiviteten pågår samt att de borde vara snällare (24 kommentarer). Kategorin med värderande kommentarer består av åtta stycken allmänt positiva samt sex stycken allmänt negativa kommentarer. Kategorin övrigt innehåller kommentarer som önskemål om att friskolor skall delta i Handslaget eller att man skall få spela fotboll på gräs.

5.4.1 Elevernas konkreta förslag på förbättringar inom Handslaget

- Mer tid för transport till och från aktiviteter, mer tid för ombyte samt längre tid för aktiviteterna.
- Eleverna har sammanlagt nämnt fler aktiviteter som saknade än de sju som tidigare presenterats.
- Att man skulle få prova på annorlunda aktiviteter som man inte får chans till annars.
- Att man kunde testa varje aktivitet färre gånger för att på så sätt hinna med fler.
- Mer variation på aktiviteterna, exempelvis mindre andel bollsporter.
- Eleverna vill kunna välja ganska fritt.
- Dela upp sig på killar och tjejer eller mindre grupper.
- Att ledarna inte tvingar eleverna till olika saker de inte vill, samtidigt säger några att man i alla fall bör prova på.
- Ledarna skall inte prata i mobiltelefon under tiden aktiviteten pågår.
- Ledarna skall inte svära eller säga andra dumma saker.
- Vuxna ledare istället för tonåringar.
- Att ledarna måste närvara under hela tiden aktiviteten pågår.
- Ledarna måste skaffa vikarier i de fall de är sjuka eller av annan anledning är frånvarande.

6. Diskussion

6.1 Metoddiskussion

6.1.1 Metod

Den metod vi använt oss av har visat sig ha många fördelar. Utifrån syftet att ge alla elever en möjlighet att få komma till tals om sina uppfattningar kring Handslagsprojektet i Tuve-Säve var enkäter det enda verktyg vi kunde finna relevant. Vi vill också betona den demokratiska aspekt vi upplever att enkätundersökningen bidragit till då vi inte behövde göra ett urval utan kunde utföra en totalundersökning där alla fick samma chans att höras. Ett annat alternativ som kanske hade kunnat vara lämpligt istället för enkätundersökning var strukturerad intervju med fasta svarsalternativ men detta var inte tidsmässigt genomförbart på grund av den stora målgruppen.

I bästa fall skulle vi ha sänt ut enkäten med post till de frånvarande eleverna. Enkäterna hade då behövt modifierats för att inkludera frågor om vilken klass samt skola eleven kom ifrån. Vårt förfarande hade också behövt förändras då vi hade tvingats ta reda på elevens identitet och adress vilket förmodligen hade krävt en annan form av medgivande från både föräldrar och skola och då hade vi inte heller säkrat elevernas anonymitet.

Bland eleverna i årskurs åtta valde fyra elever som närvarade vid utdelningstillfället att inte besvara enkäten, det är viktigt att inte nonchalera det externa bortfallet från dessa elever (44). Att de inte ville medverka tyder på att de skiljer sig från majoriteten som faktiskt ville delta i enkäten. Gällande de vid enkätutdelningstillfället frånvarande eleverna i årskurs åtta har vi dessutom fått intrycket att vissa inte kan räknas som representativa för gruppen som helhet utan att de tillhörde den grupp av elever som inte närvarat lika mycket som majoriteten av eleverna i Handslaget. För vårt syfte skulle det varit extra intressant att få de inte lika intresserade elevernas perspektiv på Handslaget i Tuve-Säve.

6.1.2 Enkät

De tidsramar vi hade till förfogande satte gränser för det arbete vi kunde lägga ner på enkätens frågor. Nu i efterhand kan vi se att trots att en del förändringar i enkäten borde göras ifall den skulle användas igen så har en del av svaren varit överförbara på tidigare forskning och vi bedömer den som bra till sin helhet.

De förändringar man kan tänka sig är att göra vissa förflyttningar av frågornas positioner i enkäten. Vi märkte under tiden eleverna fyllde i enkäterna att vissa av dem hade frågor kring vad vi menade med ”mängden tävlingsmoment” och utifrån denna vetskap kunde vi se att en del av eleverna fyllt i den enkätfrågan på ett sätt vi utifrån andra svar uppfattade som lite märkligt, varför vi valde bort den frågan i analysen. En fråga vi i efterhand inte alls är nöjda med är ”Har du varit med på alla Handslagsaktiviteterna de gånger som du inte varit sjuk eller när aktiviteten varit inställd?”. De elever som svarade ”nej” på frågan fick följdfrågan ”Hur många av de tolv olika Handslagsaktiviteterna var du inte med på?” och skulle där uppge antal aktiviteter de missat helt. Frågan har strukits från analysen då eleverna missuppfattat det vi åsyftade som ”missade aktiviteter”, de verkar ha uppfattat frågan som ”missade tillfällen”, vilket vi i efterhand har förståelse för. Dessutom verkar meningsbyggnaden av huvudfrågan har varit på en för svår nivå för eleverna för en del av dem har svarat både att de alltid varit med och sedan uppgett antal missade aktiviteter.

En del saker i enkäten borde ha preciserats bättre, exempelvis att ”får skjuts” i frågan om hur man tar sig till och från skolan inte betyder ”skolskjuts”. Eller att ”varje tillfälle” i frågan om träningsduration snarare skulle bytas mot ”för det mesta” samt att i frågan om ledarna med svarsalternativ ”de flesta ledare är bra” inte lämnat underförstått att en del ledare därmed också är dåliga utan skrivit ut det i klartext.

Efter att enkäterna besvarats av årskurs fem uppmärksammade vi att en viktig fråga saknades, därför lade vi inför enkätutdelning till årskurs åtta in frågan ”Vad tycker du om Handslaget som helhet?”. Förklaringen vi i efterhand kan ge till detta är att vi var så fokuserade på att formulera frågor kring Handslagets olika delar att vi inte var uppmärksamma på att en fråga om helheten saknades.

6.1.3 Inkodning

Vi har lagt in alla enkäter tillsammans i SPSS vilket har inneburit att vi tillsammans bestämt hur vi skall göra med tillstötta problem och att de behandlats på samma sätt i alla enkäter. De som istället för att kryssa för svarsalternativen skrivit någon form av förklaring har på olika sätt tagits hänsyn till. Den elev som skrivit att klassen inte fått bollar och klubbor från Handslaget blev ett internt bortfall då vi inte kan kategorisera dennes svar. I enstaka fall har elever lagt till en egen ruta med ett eget svarsalternativ men då elevens alternativ egentligen rymts inom våra kategorier har vi valt att placera dem i rätt ruta, exempel på detta är vid frågan om hur ofta eleven äter frukt och/eller grönsaker och denne i sin egen ruta skrivit ”varje dag” istället för att fylla i det från oss givna svarsalternativet ”nästan varje dag”.

Hos det fåtal enkäter där besvararen fyllt i ”nej” som alternativ på frågan men sedan besvarat följdfrågan tillhörande det jakande svaret har vi tolkat detta som att eleven egentligen menat ”ja”. Som exempel kan nämnas frågan om ”Har du saknat någon aktivitet bland Handslagsaktiviteterna?” och eleven först kryssat för ”nej” för att därefter kryssa för ett eller flera alternativ på aktiviteter som denne saknat.

Vid inmatning av rådata till SPSS borde vi för vår egen skull ha skapat en variabel där vi sammanställde summan för hur många alternativ eleverna valt för exempelvis vilka aktiviteter de tyckte var roligast, tråkigast eller saknade, sammanlagt var antalet frågor där detta kunde varit aktuellt fem stycken.

6.1.4 Validitet – Reliabilitet – Generaliserbarhet

Med validitet menas giltighet, det vill säga att det som enligt syftet avses att mätas också är det som mäts (45). Validiteten i respektive fråga eller frågeavsnitt är beroende av att frågan eller avsnittet utgår från syftet (44). Då vi i våra frågeställningar och frågeavsnitt utgått från vårt syfte med studien anser vi att vi uppfyller validitetskraven.

Med reliabilitet menas tillförlitlighet, det vill säga att mätningen som gjorts är stabil och att inte slumpen spelat in (45) och att upprepade mätningar skulle ge samma resultat (44). Precisionsreliabilitet innebär undersökarens sätt att registrera svaren men också utformningen av enkäten, desto lättare det är för besvararen att fylla i enkäten desto större är precisionen. Om undersökarna registrerar samma saker på samma sätt menas det att objektiviteten är hög, vilket i detta fall har att göra med hur vi tolkat de olika kryssen i enkäterna och att vi lagt in all data på samma sätt. För att säkerställa objektiviteten valde vi att föra in all data från alla enkäter tillsammans, där vi alltid hade samma roll som kodare respektive inläsare (45). Då vi

har använt oss av frågeställningar som i de flesta fall bara bygger på en mening och så vardagliga ord som möjligt för att alla så långt som möjligt skall uppfatta frågan på samma sätt anser vi oss enligt Trost uppfylla kriterierna för reliabilitet (45). Svaren från vissa av våra frågeställningar visar dessutom liktydiga resultat med tidigare forskning inom området vilket stärker vår uppfattning om att vår enkät har hög reliabilitet.

För att enkätresultaten skall gå att generalisera krävs att det inte är ett för stort bortfall samt att urvalet skett korrekt och att det speglar de som resultatet skall gälla för (44). Då vi uppnått en svarsfrekvens på drygt 85 % och kunnat utföra en totalundersökning anser vi att generaliseringsvillkoren uppfyllts. För att kunna dra generella slutsatser utifrån det analyserade materialet bör validiteten och reliabiliteten vara höga, vilket vi argumenterat för ovan.

6.2 Innehållsdiskussion

Under den tid vi arbetat med uppsatsen har vi ibland önskat att vi hade ställt fler frågor, att ha kunskap om avstånd till skolan eller hur lång tid det tog för eleverna att ta sig fram och tillbaka till skolan skulle ha gett ytterligare en dimension till svaren på frågan om hur eleverna transporterar sig till och från skola respektive fritidsträning. En fråga om klubb- eller föreningsmedlemskap hade också varit intressant, liksom att ha med en fråga om fritidsaktiviteternas intensitet och inte endast frekvens och duration vilket skulle ha givit oss en bättre uppfattning om elevernas totala träningsdos.

Vi har i vår litteraturgenomgång funnit några sakförhållanden som stödjer de enkätresultat som vi erhållit. Som exempel kan nämnas att en utvärdering som gjorts av skolämnet Idrott och hälsa visar att elever i liten utsträckning anser sig intresserade av tävlan och konkurrens vilket vi också anser oss ha sett tendenser till. Det talas i samma utvärdering om att flickor i större utsträckning än killar uppvisar ett mer heterogent idrottsintresse, detta har vi sett tecken på i frågan om utövade aktiviteter året innan Handslaget där tjejer har uppgett en större bredd av aktiviteter än vad killarna gjort.

Det finns vissa svårigheter med att benämna Handslaget som en preventiv intervention då det uttalade målet för Handslaget inte var att minska risken för sjukdom senare i livet utan att få fler barn och unga aktiva i lokala idrottsföreningar. Vi finner att interventionerna i vårt bakgrundsavsnitt är svåra att jämföra med Handslagets ”pröva-på-verksamhet” då de innehåller beteendeförändrande aspekter vilket inte Handslaget kan sägas göra. Detta innebär att många av våra enkätresultat inte är jämförbara med tidigare forskning då frågorna på ett eller annat sätt utgår från Handslaget.

Utifrån vårt syfte att ta reda på så väl positiva som negativa aspekter har vi funnit att Handslaget har bidragit till att nära på 10 % av de deltagande eleverna har börjat med någon form av fysisk aktivitet på fritiden. Ytterligare positiva aspekter är att nära 40 % av eleverna tack vare Handslaget har fått lust att börja med någon form av fysisk aktivitet på sin fritid. Den största andel som uppgett lust att börja med fysisk aktivitet återfinns bland tjejerna inom årskurs fem där hälften av tjejerna uppgett detta, tätt efter följer tjejerna inom årskurs åtta där knappt hälften också uppgett detta. Då ett av målen med Handslaget varit att få tjejer engagerade anser vi att detta är positivt.

Angående den fysiska aktiviteten på fritiden hade vi inte förväntat oss att så stor andel av eleverna skulle uppge sig vara aktiva året innan Handslaget, 141 aktiva elever av 161

sammanlagt. Eventuella samband mellan de mer och de mindre fysiskt aktiva elevernas uppfattning av exempelvis Handslaget har därför varit svåra att uttolka. De skillnader vi kunnat se mellan de mer och de mindre fysiskt aktiva har varit i deras matvanor. Där kunde vi utläsa att de som i större utsträckning var mer fysiskt aktiva också i större utsträckning hade en vad vi kallar nyttigare matvana.

Vad gäller fysisk aktivitet kan skillnader ses både mellan årskurserna och mellan könen, den största skillnaden i fysisk aktivitet under raster kan ses årskurserna emellan. Av eleverna i årskurs fem uppger ca 50 % att de nästan alltid är fysiskt aktiva under raster mot mindre än 5 % i årskurs åtta och av de som uppger sig nästan aldrig vara fysiskt aktiva är förhållandet årskurserna emellan det motsatta. Eleverna i årskurs fem har från Handslaget erhållit rastutrustning bestående av bollar och klubbor. Av de som uppgett att de inte alls använt utrustningen är nästan dubbelt så många tjejer, på grund av detta anser vi att man om möjligt inför framtida satsningar skulle ge även annan typ av utrustning som kanske passar tjejers önskemål om fysisk aktivitet bättre.

Trots den stora andel som uppger sig vara fysiskt aktiva bör det poängteras att bara bland killarna i årskurs fem uppfyllde mer än hälften av eleverna den rekommenderade nivån för fysisk aktivitet. Killarna i årskurs fem uppger sig dessutom vara både mer frekvent fysiskt aktiva och under längre tid än övriga grupper. Att killarna i årskurs fem är de mest fysiskt aktiva stämmer överens med vad vi på förhand antog. Förvånande var att fler tjejer i årskurs åtta var fysiskt aktiva på rekommenderade nivåer jämfört med tjejerna i årskurs fem då ungdomar som regel blir mindre fysiskt aktiva med ökad ålder. En gissning vi har är att detta kan ha samband med den samhälleliga utvecklingen där vi anser att idealet om att vara smal blir allt tydligare. Dock kunde vi förvånande nog i frågan om hur eleverna uppfattade sin kropp se att de som i störst utsträckning ansåg sig själva vara smala var tjejerna i årskurs åtta. Positivt var att så många elever uppfattade sin kropp som normal.

Handslaget som helhet uppfattades av drygt 60 % av eleverna i årskurs åtta som bra eller mycket bra. Tjejerna i årskurs åtta tyckte i mycket större utsträckning att Handslaget som helhet var mycket bra jämfört med killarna i årskursen. Tvärtom uppger mer än 10 % av killarna att de upplevde Handslaget till sin helhet som mycket dåligt medan inga tjejer uppger detta. För båda årskurserna kan man utläsa skillnader i uppfattning om ledare och tävlingsmoment. Killarna i årskurs åtta skiljer sig från de övriga genom att knappt 60 % uppgett sig positiva till ledarna, för de andra är siffran drygt 80 %. Även på frågan om tävlingsmoment särskiljer sig killarna i årskurs åtta genom att i högre utsträckning uppge att de tycker tävlingsmomenten i Handslaget är dåliga. Elever i årskurs åtta, både killar och tjejer, uppger i större utsträckning än elever i årskurs fem att de inte deltar vid tävlingsmoment. Sammanlagt uppger en fjärdedel av alla elever att de tyckte att tävlingsmomenten var dåliga eller inte deltog i dem. Detta anser vi vara en så stor andel att det skulle behöva beaktas inför framtida satsningar.

En ökning av skolans idrottslektioner skulle förmodligen inte fungera utjämnande mellan de fysiskt mer aktiva och de fysiskt mindre aktiva eleverna utan skulle istället förstärka skillnaderna dem emellan om inget gjordes för att ändra på innehåll och pedagogik, detta för att nå och motivera de mindre fysiskt aktiva. I Handslagets fall kan vi tänka oss viss problematik kring pedagogiken då ideella ledare ofta saknar pedagogisk utbildning. När målet är att utjämna skillnaderna kan vi tänka oss att tillfällen som ges där man får prova på annorlunda aktiviteter kan ha positiv effekt. Vid tillfällen då ingen på förhand är "bäst i

klassen” kan balansen och strukturen mellan de mer och de mindre aktiva rubbas och de som tidigare betraktats som mindre bra kan få en chans att framhäva sig själva.

Vi kan tänka oss att ledarna för Handslaget ser på eleverna utan någon på förhand bestämd uppfattning då de inte haft idrottslektioner med eleverna tidigare och att detta kan verka positivt på de elever som i vanliga fall är fysiskt mindre aktiva. Handslagsledarna bör ta i beaktande att de inte i första hand deltar för att rekrytera de bästa eleverna till föreningarna utan inse vikten av att uppmärksamma alla elever. Ett problem som framkommit är att de unga ledare som några av de olika Handslagsföreningarna använt sig av saknar erfarenhet av att leda barn och unga vilket bland annat har resulterat i brister i deras uppförande gentemot de något yngre eleverna. Trots att den utbildningsdag som tidigare nämnts debiteras föreningarna när de blir del av ett Handslag deltog bara ledare från två av de tolv föreningarna som medverkat i Handslaget i Tuve-Säve. Vår uppfattning efter att ha tagit del av elevernas enkätsvar är att utbildningsdagen i framtiden skulle kunna göras obligatorisk för att föreningar skall få medverka i de olika Handslagen samt att de medföljande lärarnas roll utvecklas.

Vanligen ger inte den öppna fråga som ofta återfinns allra sist i enkäter eller andra frågeformulär mer än 10 % svarsfrekvens (45) och kan då inte ge någon större verkan på resultaten. I vår enkät svarade drygt 55 % av eleverna på den öppna slutfrågan, vilket ledde till att vårt syfte i större utsträckning kunde besvaras. Eleverna har som förslag för att förbättra Handslaget bland annat förespråkat mer tid, fler och ovanligare aktiviteter och framförallt bättre ledare. En övergripande fråga som vi utgått ifrån har varit hur Handslagets olika komponenter skulle kunna förbättras inför framtiden om detta skulle visa sig bli aktuellt. De komponenter som vi anser skulle kunna vara förändringsbara är bland annat den tid som avsätts, de medföljande lärarnas roll, ledarnas roll, antal ledare per aktivitet och deras utbildning. Andra förändringsbara komponenter är val av aktiviteter samt transporter till och från dessa. Kanske skulle även den målgrupp som får ta del av Handslaget kunna både ändras och breddas.

Källförteckning

1. Riksidrottsförbundet. <http://www.rf.se/t3.asp?p=77127>, Om Handslaget, 2007-05-10
2. Statens folkhälsoinstitut & Livsmedelsverket. Goda matvanor och ökad fysisk aktivitet – underlag till handlingsplan. <http://www.fhi.se/upload/ar2005/rapporter/handlingsplanmatfys0502.pdf>, 2007-05-23
3. Flodmark CE, Marcus C, Britton M. Interventions to prevent obesity in children and adolescents: a systematic literature review. *International Journal of Obesity* 2006;30:579-589
4. Pate RR, Ward DS, Saunders RP, Felton G, Dishman RK, Dowda M. Promotion of physical activity among high school girls: a randomized control trial. *American Journal of Public Health* 2005;95(9):1582-87.
5. Müller MJ, Danielzik S, Pust S. School- and family based interventions to prevent overweight in children. *Proceedings of the Nutrition Society* 2005;64:249-54.
6. Summerbell CD, Waters E, Edmunds LD, Kelly S, Brown T, Campbell KJ. Interventions for preventing obesity in children. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2005, Issue 3. Art. No.: CD001871. DOI: 10.1002/14651858.CD001871.pub2.
7. Centers for Disease Control and Prevention. Public health strategies for preventing and controlling overweight and obesity in school and worksite settings: a report on recommendations of the Task Force on Community Preventive Services. *MMWR* 2005;54(No. RR-10).
8. Skolverket. Nationella utvärderingen av grundskolan 2003, Idrott och hälsa. (Ämnesrapport till rapport 253, 2005). <http://www.skolverket.se/publikationer?id=1440>, 2007-05-23
9. Nationellt Centrum För Främjande av god hälsa hos barn och ungdom. Fokus tonårsflickor: Förhållningssätt till och deltagande i idrott, fysisk aktivitet och skolämnet Idrott och hälsa. Örebro: Örebro universitet. (NCFE skriftserie 2006:1).
10. Socialstyrelsen. Folkhälsorapport 2005. <http://www.socialstyrelsen.se/NR/rdonlyres/7456A448-9F02-43F3-B776-D9CABC727A9/6169/20051114.pdf>, 2007-05-11.
11. Health Education Authority. Edited by Stuart Biddle, James Sallis and Nick Cavill. Young and Active?: Young people and health –enhancing physical activity, evidence and implications. A report of the Health Education Authority symposium Young and active. <http://www.nice.org.uk/page.aspx?o=502301>, 2007-05-22
12. Nationellt Centrum För Främjande av god hälsa hos barn och ungdom. http://www.oru.se/templates/oruExtNormal_21919.aspx, Fysisk aktivitet – en definition, 2007-05-11.
13. Samhällsmedicin, Stockholms läns landsting och Statens folkhälsoinstitut. Rasmussen F, Eriksson M, Bokedal C och Schäfer Elinder L. Fysisk aktivitet, matvanor, övervikt och självkänsla bland ungdomar. COMPASS – en studie i sydvästra Storstockholm. Rapport. Stockholm: Samhällsmedicin, Stockholms läns landsting och Statens folkhälsoinstitut. (Rapport 2004:1.)
14. Statens folkhälsoinstitut. J Faskunger & L Schäfer Elinder (red). Fysisk aktivitet och folkhälsa. http://www.fhi.se/upload/ar2006/Rapporter/R200613_Fysisk_aktivitet_0701.pdf, 2007-05-23. (R2006:13)
15. Statens folkhälsoinstitut. FYSS: Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling. Sandviken, 2003. (Rapport nr 2003:44)
16. Schantz, Peter (2006). Rörelse, hälsa och miljö: utmaningar i en ny tid. <http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:gih:diva-180>, 2007-05-23.
17. Örebro universitet: institutionen för idrott och hälsa. Skolämnet Idrott och hälsa i Sveriges skolor - en utvärdering av läget hösten 2002.

- <http://www.oru.se/oru/upload/Institutioner/Idrott%20och%20h%C3%A4lsa/Forskning/rapport.pdf>, 2007-05-10
18. Nationellt Centrum För Främjande av god hälsa hos barn och ungdom. Barns fysiska aktivitet och framtida hälsovinster: vad säger forskningen? <http://www.oru.se/oru-upload/%C3%96vrig%20verksamhet/NCFE/Dokument/NCFE%20rapport%20Barns%20fysiska%20aktivitet-webbversion.pdf>, 2007-05-23
 19. Nationellt Centrum För Främjande av god hälsa hos barn och ungdom.Handledning: hur man motiverar föräldrar att inte skjutsa sina barn i bil till skolan. <http://www.oru.se/oru-upload/Övrig%20verksamhet/NCFE/Dokument/Hur%20man%20motiverar%20föräldrar%20att%20inte%20skjutsa%20barn.pdf>, 2007-05-11
 20. Riksidrottsförbundet. Ett handslag med idrotten: Bakgrund och plan för genomförande av år 1. (RF874/03:25)
 21. World Health Organisation. The European Health Report 2005, <http://www.euro.who.int/document/e87325.pdf>, 2007-05-02
 22. Janlert U. Folkhälsovetenskapligt lexikon. Stockholm: Bokförlaget Natur och Kultur, 2000.
 23. Statens beredning för medicinsk utvärdering. Mini – ordlista. <http://www.sbu.se/ordlista/list.asp?s=evidens>, Förklaringar av termer för utvärdering av medicinska metoder, 2007-05-09.
 24. Statens beredning för medicinsk utvärdering. Rapport: Metoder för att främja fysisk aktivitet - en systematisk litteraturöversikt. Stockholm, 2006 http://www.sbu.se/filer/content0/dokument/fysisk_sammanf.pdf, 2007-05-23
 25. Regeringen: Justitiedepartementet. Regeringens handslag med svensk idrott för Sveriges barn och ungdomar. (Faktablad Ju 04.03)
 26. Socialdemokraterna. Valmanifest: Tillsammans för trygghet och utveckling. Socialdemokratiskt valmanifest 2002-2006. <http://www.socialdemokraterna.se/upload/12762/Valmanifest.pdf>, 2007-05-02
 27. Regeringen. Regeringens skrivelse: Redovisning av regeringens insatser för barn och unga i statsbudgeten för år 2004. Stockholm. (Skr 2003/04:143) <http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=37&rm=2003/04&bet=143&typ=prop>, 2007-04-15
 28. Riksidrottsförbundet & SISU idrottsutbildarna. Handslagets andra år. <http://www.rf.se/files/%7B342A0FD0-FEB4-4C50-BB01-57A7B26A91AE%7D.pdf>, 2007-05-10
 29. Västsvenska Idrottsförbundet. <http://www.vsif.o.se/t3.asp?p=75883>, start för Handslagets 4:e år!, 2007-05-10.
 30. Riksidrottsförbundet. <http://www.rf.se/Organisation.asp?WCI=wiStart>, Distriktidrottsförbund (DF), 2007-05-10
 31. Regeringen. Regeringens skrivelse: Ett Sverige för barn – redogörelse för regeringens barnpolitik. Stockholm. (Skr.2005/06:206). <http://www.orebro.se/download/18.435147a910da8a6993b7fff6479/regeringens+skrivelse+-+ett+sverige+f%C3%B6r+barn.pdf>, 2007-05-23.
 32. Riksidrottsförbundet, SISU Idrottsutbildarna, Nationellt Centrum För Främjande av god hälsa hos barn och ungdom, Sveriges skollärförbundet, Lärarförbundet, Svenska idrottslärares föreningen. Ett handslag mellan idrotten och skolan. <http://www.rf.se/files/%7B83324C27-EEC1-4D16-AEA0-D15E4CB19915%7D.pdf>, 2007-05-10.
 33. Västsvenska Idrottsförbundet. <http://www.vsif.o.se/t3.asp?p=86649>, Så här söker ni, 2007-05-10.

34. Västsvenska Idrottsförbundet. <http://www.vsif.o.se/t3.asp?p=86648>, Viktiga förtydliganden innan ansökan, 2007-05-10.
35. Västsvenska Idrottsförbundet. <http://www.vsif.o.se/t3.asp?p=86647>, Mål, 2007-05-10.
36. SISU Idrottsutbildarna.
<http://www.sisuidrottsutbildarna.se/templates/Page.aspx?id=563&idSub=125>, Ledarförsörjning, 2007-05-10.
37. Göteborgs Stad. www.tuve-save.goteborg.se, Välkommen till Tuve-Säve, 2007-05-11.
38. Göteborgs Stad. <http://www.goteborg.se/statistik>, Göteborgsbladet, SDN 19 Tuve-Säve, 2007-05-10.
39. Göteborgs Stad. <http://www.goteborg.se/statistik>, Göteborgsbladet, Göteborgs stad, 2007-05-10.
40. Tuve-Säve Stadsdelsförvaltning. Handlingsplan för folkhälsoarbete 2006-2010. Göteborgs Stad Tuve-Säve. [http://www.tuve-save.goteborg.se/prod/туve-save/dalis2.nsf/vyFilArkiv/Handlp_folkhalsa.pdf/\\$file/Handlp_folkhalsa.pdf](http://www.tuve-save.goteborg.se/prod/туve-save/dalis2.nsf/vyFilArkiv/Handlp_folkhalsa.pdf/$file/Handlp_folkhalsa.pdf), 2007-05-10
41. Personlig kommunikation: Högenberg Madeleine, Folkhälsosamordnare, SDF Tuve-Säve, Göteborgs kommun. Göteborg, maj 2007.
42. Göteborgs Stad.
<http://www.hisingsforeningar.goteborg.se/prod/Hisingsforeningarna/dalis2.nsf/vyPublicerade/58ACDA74E807A2F4C1256F6B0047D2B4?OpenDocument>, Föreningar i Tuve-Säve, 2007-05-10
43. Ejlertsson G. Statistik för hälsovetenskaperna. Lund: Studentlitteratur, 2003.
44. Ejlertsson G. Enkäten i praktiken. (2 uppl.) Lund: Studentlitteratur, 2005.
45. Trost J. Enkätboken. (2 uppl.) Lund: Studentlitteratur, 2001.
46. Personlig kommunikation: Nuñez L, avdelningen för allmänmedicin, Göteborgs universitet, mars 2007. Enkät: Levnadsvanor och hälsa.
47. Landstinget Västernorrland. Epibarn – barns och ungdomars livsmiljö i Västernorrland. Frågor hälsosamtal: Förskoleklass; Åk 4; Åk 7.
http://www.lvn.se/templates/Page_6444.aspx, 2007-05-23
48. DePoy E, Gitlin LN. Forskning - en introduktion. Lund: Studentlitteratur, 1999.
49. Nationalencyklopedin.
http://www.ne.se.ezproxy.ub.gu.se/jsp/esse/web_translate.jsp?t_word=bias, Översatt till eller från engelska, 2007-05-17.
50. Nationalencyklopedin.
http://www.ne.se.ezproxy.ub.gu.se/jsp/esse/web_translate.jsp?t_word=compliance, Översatt till eller från engelska, 2007-05-17.
51. Riksidrottsförbundet. Ungdomars tävlings- och motionsvanor – en statistisk undersökning våren 2005. (FoU-rapport 2005:6). <http://www.rf.se/files/%7BAD294A31-BCC8-4FFC-9C90-521AFD7FAFC9%7D.pdf>, 2007-05-14.
52. Patel R, Davidsson B. Forskningsmetodikens grunder. (3 uppl.) Lund: Studentlitteratur 2003.

Bilaga 1

Frågor om handslaget:

#1 Kryssa för den eller de Handslagsaktiviteter som du tycker är **roligast**.

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Bangolf | <input type="checkbox"/> Brottning |
| <input type="checkbox"/> Bågskytte | <input type="checkbox"/> Fotboll |
| <input type="checkbox"/> Fysträning | <input type="checkbox"/> Ishockey |
| <input type="checkbox"/> Innebandy | <input type="checkbox"/> Orientering |
| <input type="checkbox"/> Salsa | <input type="checkbox"/> Simning |
| <input type="checkbox"/> Tennis | <input type="checkbox"/> Volleyboll |
-

#2 Kryssa för den eller de Handslagsaktiviteter som du tycker är **tråkigast**.

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Bangolf | <input type="checkbox"/> Brottning |
| <input type="checkbox"/> Bågskytte | <input type="checkbox"/> Fotboll |
| <input type="checkbox"/> Fysträning | <input type="checkbox"/> Ishockey |
| <input type="checkbox"/> Innebandy | <input type="checkbox"/> Orientering |
| <input type="checkbox"/> Salsa | <input type="checkbox"/> Simning |
| <input type="checkbox"/> Tennis | <input type="checkbox"/> Volleyboll |
-

#3 Har du **saknat** någon aktivitet bland Handslagsaktiviteterna?

- Nej
 Ja

OM JA: Vilken eller vilka har du **saknat** i Handslaget?

- | | |
|-------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Badminton | <input type="checkbox"/> Basket |
| <input type="checkbox"/> Bordtennis | <input type="checkbox"/> Friidrott |
| <input type="checkbox"/> Gymnastik | <input type="checkbox"/> Gym |
| <input type="checkbox"/> Handboll | <input type="checkbox"/> Klättring |
| <input type="checkbox"/> Ridning | <input type="checkbox"/> Annat: _____ |
-

#4 Har du genom Handslaget **fått lust att börja** med någon form av fysisk aktivitet men ännu inte kommit igång?

- Nej
 Ja
-

#5 Tror du att du kommer att **fortsätta** vara fysiskt aktiv efter att Handslaget upphört?

- Nej
 Ja
-

ENDAST ÅK 5:

#6 Har du **använt de bollar och klubbor** som klassen fick av Handslaget?

- Ja, ofta
 Ja, ibland
 Nej
-

#7 Vad tycker du om de **tävlingsmoment** som fanns i de olika Handslagsaktiviteterna? Exempelvis olika matcher, turneringar eller cuper.

- Bra
 - Dåligt
 - Jag är inte med om det är tävling
-

#8 Vad tycker du om **mängden tävlingsmoment**?

- För lite
 - Lagom
 - För mycket
-

#9 Har du **varit med** på alla Handslagsaktiviteterna de gånger som du inte varit sjuk eller när aktiviteten varit inställd?

- Nej → **Hur många** av de **tolv** olika Handslagsaktiviteterna var du **inte** med på? _____stycken.
- Ja

OM NEJ: Varför inte?

- Aktiviteten var tråkig
 - Aktiviteten var pinsam
 - Aktiviteten var för jobbig
 - Annat: _____
-

#10 Hur har du upplevt **åkandet** till och från Handslagsaktiviteterna?

- Mycket bra
 - Bra
 - Dåligt
 - Mycket dåligt
 - Vet inte
-

#11 Vad tycker du om **ledarna** för Handslagsaktiviteterna?

- Nästan alla ledare är bra
 - De flesta ledare är bra
 - De flesta ledare är dåliga
 - Nästan alla ledare är dåliga
 - Vet inte
-

ENDAST ÅK 8:

Vad tycker du om Handslaget som helhet?

- Mycket bra
 - Bra
 - Dåligt
 - Mycket dåligt
 - Varken bra eller dåligt
-

Nu kommer några frågor om din allmänna fysiska aktivitet:

#12 Är du fysiskt aktiv på **raster**na i skolan? Exempelvis att spela fotboll eller hoppa rep.

- Nästan alltid
 - Ofta
 - Ibland
 - Nästan aldrig
-

#13 Var du fysiskt aktiv på din **fritid året innan** du började gå på Handslagsaktiviteter?

- Nej
- Ja

OM JA: **Vad** tränade du på din fritid?

- | | |
|---|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Aerobics | <input type="checkbox"/> Basket |
| <input type="checkbox"/> Cykling | <input type="checkbox"/> Dans |
| <input type="checkbox"/> Fotboll | <input type="checkbox"/> Friidrott |
| <input type="checkbox"/> Gym | <input type="checkbox"/> Gymnastik |
| <input type="checkbox"/> Handboll | <input type="checkbox"/> Innebandy |
| <input type="checkbox"/> Ishockey | <input type="checkbox"/> Jogging |
| <input type="checkbox"/> Rask promenad (minst 15 min) | <input type="checkbox"/> Ridning |
| <input type="checkbox"/> Simning | <input type="checkbox"/> Volleyboll |
| <input type="checkbox"/> Annat: _____ | |
-

#14 Har du **börjat** med någon fysisk aktivitet **på din fritid** på grund av Handslaget?

- Nej
- Ja

OM JA: **Vad** har du börjat med för fysisk aktivitet?

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Bangolf | <input type="checkbox"/> Brottning |
| <input type="checkbox"/> Bågskytte | <input type="checkbox"/> Fotboll |
| <input type="checkbox"/> Fysträning | <input type="checkbox"/> Ishockey |
| <input type="checkbox"/> Innebandy | <input type="checkbox"/> Orientering |
| <input type="checkbox"/> Salsa | <input type="checkbox"/> Simning |
| <input type="checkbox"/> Tennis | <input type="checkbox"/> Volleyboll |
| <input type="checkbox"/> Annat: _____ | |
-

#15 Hur **ofta** är du fysiskt aktiv på din **fritid**?

- Nästan varje dag
 - Minst 3 dagar per vecka
 - Minst 1 dag per vecka
 - Några gånger per månad
 - Minst 1 gång per månad
 - Mindre än 1 gång per månad
-

#16 Hur länge håller din fysiska aktivitet på vid varje tillfälle under din fritid?

- Mer än 1 timme
 - Cirka 1 timme
 - 45 minuter
 - 30 minuter
 - Minst 15 min
 - Mindre än 15 min
-

#17 Hur tar du dig till och från din fritidsträning för det mesta?

- Går Cyklar
 - Åker buss eller spårvagn Får skjuts
 - Jag tränar i eller nära hemmet
 - Annat: _____
-

#18 Hur tar du dig till och från skolan för det mesta?

- Går Cyklar
 - Åker buss eller spårvagn Får skjuts
 - Annat: _____
-

Till sist ställer vi några bakgrundsfrågor om dig:

#19 Är du

- Tjej
 - Kille
-

#20 Med vem eller vilka bor du för det mesta?

- Bara med pappa
 - Bara med mamma
 - Med både mamma och pappa som bor tillsammans
 - Mina föräldrar är skilda, jag bor mest hos pappa
 - Mina föräldrar är skilda, jag bor mest hos mamma
 - Mina föräldrar är skilda, jag bor lika mycket hos mamma som hos pappa
 - Andra: _____
-

#21 Har du syskon? Som syskon räknas helsyskon, halvsyskon, fostersyskon och liknande.

- Nej
- Ja

OM JA: Hur många syskon bor du tillsammans med?

- 1 Syskon
- 2 Syskon
- 3 Syskon
- 4 Syskon
- 5 Syskon
- Fler än 5, hur många? _____

#22 Hur **bor** du för det **mesta**?

Villa

Annat: _____

Radhus

Lägenhet

OM LÄGENHET: **Vilken typ** av lägenhet?

Hyresrättslägenhet

Bostadsrättslägenhet

Vet inte

#23 Hur ofta äter du **frukt och/eller grönsaker**?

Nästan varje dag

Ca 4-5 gånger i veckan

Ca 2-3 gånger i veckan

1 gång i veckan

Nästan aldrig

#24 Hur ofta äter du **godis/glass/kakor/dricka** eller liknande?

Nästan varje dag

Ca 4-5 gånger i veckan

Ca 2-3 gånger i veckan

1 gång i veckan

Nästan aldrig

#25 Hur **upplever** du din kropp?

Smal

Normal

Kraftig

Annat: _____

Om du har **förslag** på hur Handslaget skulle kunna bli bättre, var snäll och skriv några rader här:

Bilaga 2

Frågans tidigare utseende

#20 Med vem eller vilka bor du för det mesta?

- Bara pappa
- Bara mamma
- Mamma och pappa
- Pappa och annan partner
- Mamma och annan partner
- Andra: _____

Frågans nuvarande utseende

#20 Med vem eller vilka bor du för det mesta?

- Bara med pappa
- Bara med mamma
- Med både mamma och pappa som bor tillsammans
- Mina föräldrar är skilda, jag bor mest hos pappa
- Mina föräldrar är skilda, jag bor mest hos mamma
- Mina föräldrar är skilda, jag bor lika mycket hos mamma som hos pappa
- Andra: _____



Till dig som har barn i åk. 5 eller åk.8 i stadsdelen Tuve-Säve

Sedan den 30/8 -06 har ditt barn deltagit i ett Handslagsprojekt och fått prova på olika former av fysisk aktivitet. Då projektet lider mot sitt slut kommer de 12 föreningarna som hjälpt till att möjliggöra Handslaget och de klasser som deltagit tillfrågas om sina synpunkter.

Vi är två studenter från Göteborgs universitet som studerar sjätte terminen på Folkhälsovetenskapligt program och som i och med detta skriver vår C-uppsats. Vi ska genomföra en utvärdering av det Handslagsprojekt som ditt barn deltar i. Syftet med utvärderingen är att få en bild av ditt och de andra barnens upplevelser om och kring Handslagsprojektet.

Vi kommer därför under vecka 16 genomföra en enkätundersökning i alla de klasser i Tuve-Säve som deltar i Handslagsprojektet.

Då ditt barn är under 15 år är det etiskt korrekt att informera dig som förälder. Du har för ditt barns räkning rätt att avböja medverkan. Givetvis kommer även ditt barn kunna tacka nej vid utdelningen av enkäterna.

All medverkan är frivillig, men för att i framtiden kunna förbättra projekt som riktar sig till skolelever är det viktigt att så många som möjligt deltar.

Ditt barns medverkan är helt anonym.

Om du som förälder godkänner ditt barns medverkan i enkäten behöver du inte svara på detta brev. I fall du **inte** vill att ditt barn ska medverka, vänligen kontakta Madeleine Högenberg, stadsdelens kontaktperson för Handslagsprojektet, **senast den 16/4 kl.12.00.**

Vi tackar dig för att du tagit dig tid att läsa detta brev och vill åter igen påtala vikten av ditt barns medverkan.

Göteborg den 3/4 -07

Med vänliga hälsningar

Anna Arvidsson och Sara Lennartsdotter

Kontaktuppgifter:

Madeleine Högenberg

Vik. Miljö- och folkhälsosamordnare

Tuve-Säve SDF, Göteborgs Stad

Telefon: 031-366 80 26

E-post: madeleine.hogenberg@tuve-save.goteborg.se