



GÖTEBORGS
UNIVERSITET

Nu ska väl eleverna röra sig tillräckligt?

En kvalitativ studie om utökningen av undervisningstimmar för Idrott och hälsa på grundskolan

Namn Tobias Modigh
Program Ämneslärarprogrammet
med inriktning mot gymnasieskolan



Examensarbete: 15 hp
Kurs: LGID2A
Nivå: Avancerad nivå
Termin/år: VT/2019
Handledare: Andreas Fröberg
Examinator: Monica Petersson
Kod: VT19-2940-005-LGID2A

Nyckelord: Idrott och hälsa, utökning av timmar, lärares syn, patogent, salutogent

Abstract

Barn och ungdomar rör sig i allt mindre utsträckning, och studier har visat på att många barn och ungdomar inte når upp till rekommenderade 60 minuter av fysisk aktivitet på minst måttlig nivå. Idrott och hälsa har identifierats som en arena för fysisk aktivitet, och från och med skolåret 19/20 tilldelades ämnet ytterligare 100 undervisningstimmar på grundskolan. Dessa skall enligt rekommendationer från Skolverket fördelas på årskurs 6-9. I den här studien har fem nyexaminerade lärare intervjuats som arbetar med elever i årskurs 6-9 för att få en inblick i hur de ser på sitt uppdrag som lärare och hur de ser på utökningen av undervisningstimmar. Svaren har analyserats utifrån det patogena och det salutogena perspektivet. Det har därvid framkommit orosmoln som lyfts fram ur studiens resultat. Resultatet tyder på att lärare är glada över att få fler undervisningstimmar till sitt förfogande och att de i större utsträckning arbetar utifrån ett salutogent perspektiv. Resultatet tyder också på att det från lärarnas sida inte är helt klart vad dessa undervisningstimmar innebär för deras profession. Utökningen av antalet undervisningstimmar väntas bidra till mindre goda arbetsförhållanden för lärarna i form av brist på kvalitativ undervisningsmiljö. Intervjuerna visar också på en samsyn hos lärarna om att längre lektioner ger bättre utfall än fler (och kortare), vilket i kombination med de andra resultaten ger en bild av att utökningen av undervisningstimmar i ämnet inte givet kommer att leda till Skolverkets utsatta mål. Med det sagt menar författaren att det är viktigt att följa upp hur undervisningstimmar används och om de ger en förbättrad uppfyllnad av målen och ett utökat arbete med de delar av ämnet som Skolverket lyfter i sina rekommendationer. Studien pekar också på att behövs en översyn av undervisningsmiljöer för Idrott och hälsa, då det redan innan denna utökning av undervisningstimmar genomförs är ont om bra undervisningsmiljöer. Det är då rimligt att anta att det kommer att se ännu värre ut om tre år när hela utökningen är implementerad.

Förord

Jag vill rikta ett stort tack till min handledare Andreas Fröberg som med god insikt och gott tålamod lett mig genom den här studien.

Jag vill också tacka Julius Gerth och Lennart Graneld för ert engagemang i mitt arbete.

Sist men inte minst vill jag vill också tacka min kära fru så mycket för ditt stöd och den omtanke du givit mig under denna process. Du har med stor kärlek och engagemang hjälpt mig samtidigt som du inte bara tagit hand om våra två söner på ett föredömligt sätt utan också hunnit med graviditet och barnafödande under denna period.

Innehållsförteckning

1	Inledning	1
1.1	Syfte	2
1.2	Frågeställningar	2
2	Bakgrund	3
2.1	Ämnet Idrott och hälsa.....	3
2.2	Idrott och hälsa som kunskapsämne	4
2.3	Idrott och hälsa som (roligt) aktivitetsämne	5
2.4	Lektionens innehåll i Idrott och hälsa.....	6
2.5	Skolverkets uppdrag från regeringen.....	7
2.6	Teoretiskt ramverk.....	8
3	Metod.....	11
3.1	Design	11
3.2	Urval	11
3.3	Datainsamling	12
3.4	Databearbetning och analys	13
3.5	Etiska ställningstaganden.....	14
4	Resultat.....	15
4.1	Lärarnas om sitt uppdrag ur ett patogent perspektiv	15
4.2	Lärarnas om sitt uppdrag ur ett salutogent perspektiv	16
4.3	Utökningen av ämnet ur ett patogent perspektiv	17
4.4	Utökningen av ämnet ur ett salutogent perspektiv	18
4.5	Problem som identifierats med utökningen	19
5	Diskussion	23
5.1	Metoddiskussion	23
5.2	Resultatdiskussion	24
6	Slutsatser och implikationer.....	30
7	Referenslista.....	31
8	Bilagor	33

1 Inledning

Forskning visar att regelbunden fysisk aktivitet bidrar till förbättrad hälsa, högre livskvalitet, bättre kognition, stämningsläge och fysisk kapacitet (Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling, FYSS, 2017). Redan 2003 införde Skolverket (då som Myndigheten för skolutveckling) ett tillägg i dåvarande läroplanen för grundskolan, lpo94, som fortsatt är kvar i den nya LGR11 (Skolverket 2018a). Tillägget innebar ett uppdrag till samtliga skolor att ”sträva efter att erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen.” (Skolverket, 2018a, s.3). Detta skedde som ett led i arbetet att aktivera barn och ungdomar mera under skoltid. Detta uppdrag gäller alltså för hela skoldagen, inte endast för ämnet Idrott och hälsa som dock av Sallis et al. (2012) identifierats som en arena för att främja fysisk aktivitet men som har sina egna syften och mål (Skolverket, 2018a).

Rekommendationerna för barn och ungdomar är att röra sig minst 60 minuter per dag med måttlig till hög intensitet (Världshälsoorganisationen, WHO, 2010). Ämnet Idrott och hälsa kan enligt studier (Sallis et al., 2012; Hills, Dengel & Lubans, 2014; Fröberg, Raustorp, Pagels, Larsson, & Boldemann, 2016) bidra till att denna rekommendation uppnås bland eleverna. En studie av Nyberg (2017) visar dock på att få svenska barn och ungdomar lever upp till dessa rekommendationer, men också att barn och ungdomar rör sig mer under skoldagarna än helgerna.

Nilsson (2012) går så långt att han menar att lektionerna i Idrott och hälsa kan bli den sista möjligheten för elever som inte bedriver någon fysisk aktivitet utanför skoltid att överhuvudtaget vara fysiskt aktiva. Nilsson (2012) pekar på att den bristande spontanaktiviteten som ses hos ungdomar i årskurs 7-9 under raster visar på betydelsen av Idrott och hälsa. Skolverket (2019) vill nu också tydliggöra skolors uppdrag i att främja fysisk aktivitet utanför lektionerna i Idrott och hälsa.

Skolverket (2018b) har på uppdrag av regeringen infört en utökning av ämnet Idrott och hälsa med 100 undervisningstimmar med start höstterminen 2019. Denna utökning ska förläggas till grundskolan och rekommenderas av Skolverket (2018b) att fördelas över årskurserna 6 till 9. Det presenterade uppdraget innehåller rekommendationer och uppmaningar. Studien avser att undersöka hur lärare i Idrott och hälsa tänker kring, och hur de ämnar arbeta med de utökade undervisningstimmarerna i ämnet.

Studien vill också undersöka ur vilket perspektiv lärare ser på sin roll och den kommande utökningen av undervisningstimmar för Idrott och hälsa. Efter att ha följt diskussionstrådar på Facebook, inom grupper specifikt för lärare inom Idrott och hälsa, om hur olika skolor planerar att göra visar det sig att alla inte tänker likadant med de nya undervisningstimmarerna. Det kan inte anses helt klart hur lärare (och huvudmän) resonerar kring syftet med ökat antal undervisningstimmar i ämnet vilket kan tyda på att Skolverket inte är tydligt med sin information. Det lovar gott med ytterligare 100 undervisningstimmar, men sker det problemfritt och vad blir det i slutändan av det? Med det i åtanke skall det bli intressant att få fördjupa sig i några blivande kollegors tankar och idéer kring sin undervisning nu och i framtiden.

1.1 Syfte

Syftet med studien är att undersöka hur lärare i Idrott och hälsa resonerar kring sitt uppdrag idag och att synliggöra vad utökningen av antalet undervisningstimmar för ämnet kommer att innebära för deras profession.

1.2 Frågeställningar

- Hur resonerar lärarna om sitt uppdrag som lärare i Idrott och hälsa?
- Hur resonerar lärarna om vad utökningen av antal undervisningstimmar skall leda till?
- Går det att identifiera några problem med utökningen utifrån lärarnas resonemang?

2 Bakgrund

I bakgrunden kommer ämnet Idrott och hälsa presenteras och ge en bild av ett delat ämne. Dels lyfts idrott och hälsa som ett kunskapsämne, dels lyfts Idrott och hälsa som ett aktivitetsämne. Därefter givs en presentation av ämnets lektionsinnehåll som följs av en beskrivning av vad Skolverkets utökning av antalet undervisningstimmar som sker från och med hösten 2019 i ämnet. Slutligen presenteras det teoretiska ramverk som kommer att användas i analysen.

2.1 Ämnet Idrott och hälsa

Idrott och hälsa som ämne har funnits i skolan sedan 1800-talet och har under åren bytt skepnad ett antal gånger. Idag befinner sig ämnet i en identitetskris och har så gjort under en längre tid. Annerstedt (1991) påpekade redan i början av nittiotalet att ämnet Idrott och hälsa är kluvet och ses dels som ett kunskapsämne dels som ett rekreationsämne, ett påstående som lyftes av Skolverket (2004). Ämnet Idrott och hälsa ska dock anses vara ett kunskapsämne sedan skolreformen 1994 (Larsson, 2016). Annerstedt (2007) lyfter att tidigare forskning påvisat att det inte finns en gemensam bild hos lärarna av vad som är undervisningens mål. Skolverket (2004) menar att det behövs en diskussion om ämnets innehåll.

På frågan om de får inspiration till att vara fysiskt aktiva på fritiden från Idrott och hälsa så svarar fyra av tio elever att *det stämmer* (Skolverket, 2004). Även om ämnet är populärt och syftet är att bidra till att eleverna är fysiskt aktiva utanför skoltiden, så bidrar det nödvändigtvis inte till ökad fysisk aktivitet på fritiden. Samtidigt visar Skolverket (2004) att det innehåll som eleverna saknar går att koppla till lågaktivitetsområden i ämnet, såsom kunskap om ätstörningar, ifrågasättande av reklambilder, friluftsliv samt doping.

Observationerna från Skolinspektionen (2018) visar att en femtedel av eleverna inte regelbundet deltar i undervisningen. Skolinspektionen (2018) menar att detta är en alarmerande bild och rekommenderar att olika medel sätts in för att hindra den utvecklingen. Följande fyra faktorer lyfter de som avgörande till varför det ser ut som det gör: (1) lärandemiljön, (2) val av aktiviteter, (3) undervisningens organisation, (4) skolans regler och förhållningssätt där det exempelvis kan handla om att elever exkluderas om de inte är ombytta. Nilsson (2012) menar att lektionerna i Idrott och hälsa kan bli den sista möjligheten för elever som inte bedriver någon fysisk aktivitet utanför skoltid att överhuvudtaget vara fysiskt aktiva. Han pekar på att den bristande spontanaktiviteten som ses hos ungdomar i årskurs 7-9 under raster visar på betydelsen av ämnet Idrott och hälsa.

Ur ett internationellt perspektiv menar Bailey, Armour, Kirk, Jess, Pickup, Sandford och BERA Physical Education and Sport Pedagogy Special Interest Group (2009) att det finns starka bevis på att ungdomars sociala utveckling kan gynnas av idrottsmiljön på skolan. Det är dock beroende av olika faktorer i ledarskapet hos läraren. Bailey et al. (2009) lyfter vikten av möjligheten för elever att själva får vara med och påverka lektionens innehåll. Vidare menar de att undervisningens syfte tydligt skall betona socialsamverkan och att undervisningen har ett tydligt fokus på inlärningsprocesser. Vidare visar Bailey et al (2009) att det finns övertygande bevis på att fysisk aktivitet kan leda till förbättringar av elevernas koncentrationsförmåga. Något som kan bidra till ökad måluppfyllnad i andra ämnen. Undervisning i idrott skulle kunna förbättra elevers hälsa menar Hills et al. (2014) genom att fokusera på att ge eleverna de förutsättningar som krävs för ett fysiskt aktivt liv. Forskarna menar att det handlar om att ge eleverna kunskaper och erfarenheter som kan fungera som verktyg för det livslånga lärandet (Skolverket, 2018a)

2.2 Idrott och hälsa som kunskapsämne

Det är rimligt att ämnet Idrott och hälsa skall vara kopplat till ett lärande, menar Jacobsson (2016) som fått en bild av att många lärare i ämnet verkar ta elevernas lärande för givet och sällan diskuterar det med dem. Han menar inte att eleverna inte lär sig något. Istället menar han att eleverna tar med sig andra kunskaper än vad läraren förväntar sig. Skolinspektionen (2018) lyfter det faktum att elever mycket sällan får möjlighet under lärarens ledning att diskutera samt reflektera över sina arbetsinsatser och sitt lärande i Idrott och hälsa. Bedömningen är att det beror på att undervisningens koppling till ämnets syfte och de förmågor som eleverna skall utveckla är svagt. Att under ledning reflektera över sina arbetsinsatser, ger ökad breddning (förståelse och kunskaper) som gör att eleverna kan vidareutveckla sig. Och en brist på förståelse av vad ämnet ska ge eleverna, kan motverkas med tydligare koppling till ämnets syften och mål. En förutsättning för att skapa ett innehåll som elever tar till sig är att som lärare reflektera över vad och hur elever lär sig (Jacobsson, 2016).

Som ämnet ser ut idag så lyfts ofta ämnets positiva användningsområden som ett medel för hälsa, samarbete och skolframgång menar Larsson (2016). Han fortsätter med att de olika aktiviteter som lektionerna innehåller får ett recept över sig genom att motiveras med att vara bra och stärkande för hälsan, samarbetsutvecklingen och den kognitiva utvecklingen. Larsson (2016) tolkar kunskapsuppdraget ur ett konstruktionistiskt perspektiv (som har sin utgångspunkt i det salutogena perspektivet) och menar att vi inte skall lära elever vissa rörelser eller fakta om hälsa som lärare. Vårt uppdrag är att introducera rörelsekulturer samt att göra det möjligt för elever att förstå, delta i och anpassa sitt deltagande i aktiviteten efter överväganden om hälsa och välbefinnande. Motsatsen till ett konstruktionistiskt perspektiv är ett fysiologiskt perspektiv som ofta tar sitt ursprung ur det patogena perspektivet. Här ses rörelse och fysisk aktivitet som positivt för hälsan oavsett hur elevers erfarenhet och upplevelser av det var.

I sin rapport visar Skolinspektionen (2018) på att det är många elever som drar sig undan på lektionerna för att de inte känner sig bekväma, något som de noterat sker främst i tävlingsmoment. Det som Skolinspektionen (2018) sett är att det i tävlingsmoment uppstår stora skillnader mellan elever som redan har en god fysisk förmåga som går att koppla till aktiviteten och de elever vars fysiska förmåga inte räcker till. Skolinspektionen (2018) menar att det inte bara är aktiviteten i sig som skrämmer dessa elever utan också den hårda jargongen eleverna emellan. Flickor i allmänhet och de pojkar som inte sysslar med någon fysisk aktivitet på fritiden riskerar att bli utsatta och det gör att dessa elever inte ges samma möjlighet att utveckla sina färdigheter vilket i sin tur leder till sämre målluppfyllnad. Något som inte är unikt för Sverige har studier visat. Det i sig rimmar inte så väl med det faktum att Idrott och hälsa undervisningen enligt Skolverket (2018a)

... ska skapa förutsättningar för alla elever att under hela sin skoltid kontinuerligt delta i skolans fysiska aktiviteter och bidra till att eleverna utvecklar en god kroppsuppfattning och tilltro till sin egen fysiska förmåga. - Skolverket (2018a, s, 47).

Skolinspektionen (2018) trycker på att det är nödvändigt att lärare förstår vilka konsekvenser lektionsinnehållet kan ha när de planerar sin undervisning. Särskilt pekar Skolinspektionen (2018) på att redan idrottsaktiva pojkar gynnas av ett lektionsinnehåll som kräver styrka och prestation från eleverna. Lärarna tar många gånger elevers lärande för givet menar Jacobsson (2016) och utvecklar att det saknas reflektion från lärarnas sida om sitt sätt att lära ut. Att

använda sig av exergames¹ i undervisningen kan få konsekvenser i undervisningen säger Larsson (2016) och menar att de hälsoinriktade spelen kan föra med sig en del problematiska hälsobudskap i form av att sträva efter ett lägre Body Max Index (BMI). Larsson (2016) påpekar dock att särskilt de dansinriktade spelen går att använda sig av i undervisningen. De kan fungera som ett sätt för eleven att få feedback och ge ett tydligare fokus på undervisningens syfte. Larsson (2016) lyfter också att exergames kan fungera som ett sätt för att bygga en bro mellan dataspel och fysisk aktivitet.

Myndigheten för skolutveckling (2005) menar att målet ”Att utveckla undervisningen i Idrott och hälsa så att den bidrar till att utveckla ett livslångt intresse hos alla elever för att vara fysiskt aktiva/att röra sig i vardagen är en viktig fråga.” (s.6), något som Nilsson (2012) ifrågasätter är rimligt tillsammans med de andra läromålen på den korta tid som Idrott och hälsa har att tillgå.

2.3 Idrott och hälsa som (roligt) aktivitetsämne

Annerstedt (2007) menar att allmänheten inte ser ämnet Idrott och hälsa som något som eleven har nytta av i ett livsperspektiv. Det ses inte som bildande i den bemärkelsen att vara viktigt, men genom fysisk aktivitet och rörelse bidrar ämnet till bättre hälsa genom att eleven kan hålla sig mer frisk. Trots allt kan Idrott och hälsa kallas ett populärt och roligt ämne, vilket i många fall också är förväntningen på lektionen, att den ska vara kul.

Tre av fyra elever anger att det är viktigt att *ha roligt genom att röra på sig*, när de får frågan vad de anser vara viktigt inom Idrott och hälsa menar Skolverket (2004). I samma studie menar två av tre lärare att *det viktigaste är att ha roligt genom fysisk aktivitet*. Vidare går det att läsa att lektionsinnehållet präglas av att arbeta tillsammans genom exempelvis lekar och bollaktiviteter, men vad som saknas i undervisningen är diskussioner och reflektioner. Det är med andra ord görandet som står i fokus, istället för lärande.

Thedin Jakobsson (2005) visar på att lärare är väldigt måna om att det skall vara roligt för alla på lektionerna i Idrott och hälsa, men pekar samtidigt på att det inte är möjligt som ämnet ser ut idag att läraren skall kunna uppnå alla mål från skolverkets sida med sin undervisning samtidigt som det skall upplevas som roligt för alla. Hon menar att lärarna siktar in sig på den stora gruppen i mitten men att man då tappar de svagaste, men även de starkaste, när en skall tillfredsställa så många elever som möjligt med sin undervisning. I dessa fallen handlar det både om att ha roligt när syftet är att motionera, de gör det till en rolig(are) grej, men också att känslan i kroppen ska vara att detta är roligt på ämnet Idrott och hälsa. Detta kan då ses ur olika aspekter, dels som ett inlärningssätt som gör att eleverna tycker det är roligare och då lär sig mer (och främjar det livslånga lärandet), dels ur en rekreativ vinkel där idrottsundervisningen ses som avkoppling mellan de andra ämnena. Äldre lärare pekar på att ämnet Idrott och hälsa har ett helt annat krav på sig än tidigare. Idag handlar det mer om att ämnet skall upplevas som roligt, för att på så sätt stärka sin position och legitimera ämnet. Att legitimera ämnet genom att det skall vara roligt är kanske också just unikt för Idrott och hälsa menar Thedin Jakobsson (2005). Vidare lyfter hon att dagens samhälle kräver mer stimulans av lärare/ämne från eleverna. Upplevelsen står i fokus då valmöjligheterna är större. Det kan göra det svårare att dels fånga alla dels hålla kvar de som är intresserade. Den upprepande övningen, som är till för att eleven skall stärka sina kunskaper och färdigheter, kan upplevas tråkig och ifrågasätts på ett annat sätt i ämnet Idrott och hälsa än i andra ämnen. Att erbjuda ett smörgåsbord av aktiviteter för att stimulera alla och låta eleverna prova på, lyfts som

¹ samlingsnamn för digitala verktyg

viktigare än att läraren skall ställa större kunskapskrav. Det finns en oro från lärarna att elever ska tröttna när det är svårt eller tråkigt. Avslutningsvis menar Thedin Jakobsson (2005) att det försvåras ännu mer när lärarna själva inte har konkreta mål, vare sig själva eller eleverna i ämnet, när det kommer till vad eleverna skall uppnå i form av kunskap genom undervisning.

2.4 Lektionens innehåll i Idrott och hälsa

Även om vissa ser Idrott och hälsa som ett aktivitetsämne består ämnets lektioner till enbart 24% av fysisk aktivitet på minst måttlig nivå visar Fröberg et al (2016) i sin studie för elever i årskurs 8. Resultatet för eleverna i årskurs 8 var lägre än för årskurs 2 men något högre än för årskurs 5 i samma studie. Skillnaden mellan årskurs 5 och 8 var att flickorna i årskurs 8 var något mer aktiva än de i årskurs fem. Flickorna var marginellt mer aktiva än pojkarna i årskurs 8. Skolinspektionens (2018) kartläggning visar för första gången att flickors betyg nu är högre än pojkars i Idrott och hälsa. Idrott och hälsa som tidigare varit det enda ämne som pojkar haft högre snittbetyg i. Även när det kommer till nivån lätt fysisk aktivitet så är flickorna något mer aktiva än pojkarna i årskurs 8, visar Fröberg et al. (2016). Olika lektionsinnehåll har givit stora variationer och där lektioner med fokus på kondition och styrka gav högst procentuellt utfall på fysisk aktivitet på minst måttlig nivå. Bollspel var det enda lektionsinnehåll som visade markant skillnad mellan pojkarnas och flickornas rörelse, till pojkarnas fördel, vilket Fröberg et al. (2016) menar är viktigt då tidigare forskning visat att undervisningen i ämnet består mycket av bollspel. Larsson (2016) menar att bollspelandet som lektionsinnehåll många gånger missgynnar de elever som redan innan är tveksamma till ämnet. Bollspelade motiveras ofta med att det är bra för samarbete vilket Larsson (2016) menar inte stämmer, då de skilda kvaliteterna i elevgrupperna gör det väldigt svårt att samarbeta. Vilket gör att elever med sämre förmågor lätt hamnar utanför spelet menar Larsson (2016).

Olika typer av träning som ger hög puls, spelmoment såsom fotboll eller innebandy samt lekar med högt deltagande och hög aktivitets nivå, är de som får ta plats i undervisningen. Det medför att aktiviteter som inte har samma direkta effekt sett ur ett träningsperspektiv får stå tillbaka, vilket kan innebära att vistelse ute i naturen, diskussioner om hälsofrågor och ideal inte får samma plats i undervisningen enligt Quennerstedt (2007). Detta påvisas också i Skolinspektionens (2018) granskning 11 år senare, trots att det finns en ny kursplan som lyfter just dessa kunskapskrav (Skolverket, 2018a). Användande av bollspel samt bristande användande av naturmiljö lyfts också i Skolverkets (2018b) rekommendationer vad beträffar utökade undervisningstimmar för Idrott och hälsa.

Skolinspektionen (2018) påvisar att det som i huvudsak står i fokus under lektionerna i Idrott och hälsa är fysisk aktivitet i form av bollspel och bollekar, ett innehåll anpassat till de som redan är fysiskt aktiva utanför skolans tidsram. Cassel och Carlander (2019) visar dock att de elever som är fysiskt aktiva på sin fritid blir allt färre ju äldre de blir. Tävlingsmomenten som också är vanligt förekommande inom ämnet Idrott och hälsa gör att den fysiska statusen exponeras, vilket inte ger rättvisa förutsättningar för eleverna enligt Skolinspektionen (2018). Hälsa och livsstil integreras sällan i de fysiska lektionerna och det får också ett begränsat utrymme överlag i undervisningen, och det gäller även undervisningsområden kring friluftsliv och utevistelse (Skolinspektionen 2018). Idrott och hälsa bedrivs idag i många fall inomhus i lokaler avsedda för aktivitet och idrott, om än med stora variationer vad beträffar lokalens storlek och tillgång på material. När det däremot kommer till lektioner utomhus så kan det ofta vara på platser som inte alltid är avsedda för det ändamålet. Skolans geografiska placering, både vad beträffar en skola i stan eller på landet och en skola i norr eller söder kan

spela stor roll för vad som är möjligt att undervisa i utomhus, särskilt vintertid, menar Larsson (2016).

Internationell forskning (Webster, Webster, Russ, Molina, Lee och Cribbs, 2015) har sammanställt vad som rekommenderas att en idrottslärare har med sig från sin utbildning ut i arbetslivet. Där lyfts att de bör få med sig hur man planerar, genomför och utvärderar olika teoribaserade strategier för att främja fysisk aktivitet. Webster et al. (2015) betonar förmågan hos lärarna att förstå olika beteendeteorier samt kunskap om modifiering av fysiska aktiviteter som kan anpassas efter olika förutsättningar hos eleverna. Slutligen talar de om att studier funnit att idrottslärare kanske bättre skulle kunna användas som specialister inom fysisk aktivitet och kost. Detta innebär att de mer skulle kunna jobba som en skolsköterska. Detta kan ske delvis i grupp delvis enskilt för att kunna göra individuella handlingsplaner för rörelse och kost samt ha kontakt med hemmet. I och med en sådan utbildning menar de att man skulle kunna jobba främjande för fysisk aktivitet för hela skolan och området.

2.5 Skolverkets uppdrag från regeringen

Utökningen av 100 undervisningstimmar för ämnet Idrott och hälsa, samt de rekommendationer som Skolverket har kring upplägget för undervisningstimmarna går att läsa om i två olika dokument som går att finna på Skolverkets hemsida. Dels är det *Redovisning av uppdrag om mer rörelse i skolan, fördelning av timmar i Idrott och hälsa i grundskolan* som publicerades 2018-06-13 (senare i studien som Skolverkets 2018b) och dels är det *Redovisning av uppdrag om mer rörelse i skolan* som publicerades 2019-02-06 (senare i studien som Skolverket, 2019). Den som får anses mest intressant för utökningen av 100 undervisningstimmar, samt för detta arbete, är den som publicerades 2018.

Skolverket (2018b) presenterar först uppdraget som det erhållit från regeringen och presenterar sedan vad de kommit fram till i frågan om de 100 undervisningstimmar som nu ämnet Idrott och hälsa utökas med. Denna del om utökning av undervisningstimmar i ämnet är en del i ett mer omfattande uppdrag som presenteras i Skolverket (2019), där det också bland annat handlar om skolans uppdrag om daglig fysisk aktivitet, och hur det ska utformas. Detta kan göra att rubriken på Skolverkets (2018b) uppdrag vilseleder läsaren, något som får anses vara viktigt att ha med sig. Det blir som läsare, menar författaren till denna studie, lätt att missförstå vid en första och kanske snabb anblick att de utökade undervisningstimmarna är tänka medföra mer rörelse för eleverna under Idrott och hälsa. Så är inte fallet och nedan följer en närmare presentation vad Skolverket (2018b) vill att undervisningen skall utveckla och innefatta i och med utökningen av undervisningstimmar för ämnet.

2.5.1 Utökningen av undervisningstimmar i ämnet Idrott och hälsa

Skolverket har på uppdrag av regeringen utrett om det finns skäl att i grundskolan utöka Idrott och hälsas undervisningstimmar med ytterligare 100 timmar och var i grundskolans årskurser det anses vara lämpligast att utöka. Skolverket (2018b) finner goda skäl till att utöka undervisningstimmarna för Idrott och hälsa och anser det vara lämpligast att göra det för årskurserna 6-9. Större vikten av undervisningstimmarna skall ligga på årskurs 7-9 med 80 timmar och resterande 20 timmar rekommenderas att läggas på årskurs 6.

Om syftet är att skapa rutiner och motivera till daglig fysisk aktivitet samt att ge eleverna fler tillfällen att röra sig under skoltid, ska fördelningen ha tyngdpunkt på högstadiet och helst även omfatta årskurs 6. (Skolverket, 2018b, s. 5).

Om syftet är att de 100 timmarna ska användas till aktivitet, dvs. rörelse, måste kursplanen anpassas utifrån detta syfte, vilket får konsekvenser både för kursplanen och kunskapskraven. (Skolverket, 2018b, s. 5).

Skolverket (2018b) trycker på att regelbunden fysisk aktivitet är viktigt och ser hellre att skolor använder sig av fler lektioner per vecka i Idrott och hälsa, istället för längre lektionstimmar. Lektionerna skall dock helst inte vara kortare än 50 minuter. Skolverket (2018b) är också noggranna med att påpeka att om regeringen, i och med denna utökning, inte ämnar ändra innehållet i ämnets syfte och mål så skall det med dessa extra undervisningstimmar ges möjlighet till breddning och fördjupning i ämnet. Detta väntas leda till ökad måluppfyllnad hos eleverna i ämnet. Skolverket (2018b) poängterar att lärarens uppdrag inte är att aktivera eleverna men att läraren har ett ansvar att utbilda eleverna. Uppdraget för läraren är att nu och i framtiden få elever att röra sig mer, men inte i första hand i skolan.

Genom utökningen skall skolan se till att nå ännu fler elever med tonvikt på de som i dag inte deltar under lektionerna, eftersom dessa elever utgör majoriteten av de som inte når betyget E i ämnet. De gör läsaren uppmärksam på att utökningen kan innebära behov av särskilda åtgärder för att få med sig alla elever. Samtidigt är de tydliga med att "... undervisningen ska handla om rörelse och fysisk aktivitet för alla elever, inklusive elever med någon typ av funktionsnedsättning." (Skolverket 2018b, s. 7). Vidare vill de tydliggöra att de extra undervisningstimmar som skall läggas till i undervisningen inte är avsedda att innehålla föreningsidrott, och ger bollspel som enda exempel. Det måste också finnas möjlighet för elever att få stöd för att utveckla sina förmågor. Stödet behöver erbjudas och organiseras på ett väl genomtänkt sätt, där självkänsla, självförtroende och självbild inte riskeras, utan stärks. Det som Skolverket (2018b) menar att lärare skall fylla upp en del av undervisningstiden med är det som upplevs ha saknats i undervisningen (Skolinspektionen 2018). Dels handlar det om att öka användandet av naturmiljön i undervisningen, och då talar de inte om orientering, dels lyfter de fram möjligheter för lärarledd reflektion samt diskussion om lärande med eleven.

Skolverket (2018b) trycker på att kvalitén på lektionerna kan sjunka vid brist på behörig personal. De lyfter att det finns en lärarbrist i landet just nu och menar att ett lärarlyft kan vara en lösning. Det faktum att det kan bli problematiskt att hitta halltider att bedriva verksamheten i är också en punkt som kan komma att sänka kvalitén på undervisningen. Undervisning utomhus ger inte alltid rätt kvalitet. Vidare varnar de för att de elever som inte deltar under lektionerna i Idrott och hälsa kan drabbas negativt av en utökning av ämnet. De är tydliga med att det krävs specifika åtgärder för att få fler att delta i undervisningen och hänvisar till Skolverket (2019), där författaren till denna studie inte kan hitta något som ger klarhet i vad det skulle tänkas vara.

2.6 Teoretiskt ramverk

Quennerstedt (2010, 2019) lyfter i sin forskning två perspektiv på Idrott och hälsa, dels det patogena perspektivet som utgår ifrån fysisk aktivitet som sjukdomsprevention, dels det salutogena perspektivet som beskriver hälsa som något mer komplicerat. Hälsa beskrivs där som något som inte är stabilt, utan ständigt i rörelse. Ur dessa två perspektiv menar Larsson (2016) att det fysiologiska perspektivet och det konstruktionistiska perspektivet tar sin form. Nedan följer en längre beskrivning av perspektiven.

2.6.1 Patogent perspektiv

Det patogena perspektivet på hälsa talar om att risken för sjukdomar ökar vid för lite fysisk aktivitet, och fysisk aktivitet motiveras således genom att det motverkar sjukdomar och förbättrar hälsa. Det är ofta härifrån som det fysiologiska synsättet tar sitt avstamp. Det fysiologiska synsättet menar att fysisk aktivitet är något som är bra för människans kropp och att det är av största vikt att alla får möjlighet att röra sig tillräckligt. Det fysiologiska synsättet menar också att det sätt på vilket hälsa skall inkluderas i undervisningen är genom att det påvisas på vilket sätt den fysiska aktiviteten är nyttig samt vilka aktiviteter som ger störst hälsoeffekt (Larsson, 2016). Det patogena perspektivet och ämnet Idrott och hälsa visar på den enkla medicinska vägen enligt Quennerstedt (2010). Denne påpekar att många menar att träning leder till en vältränad kropp vilket leder till hälsa och att fysisk aktivitet nästan alltid ses som positivt för (elevers) hälsa. I skolvärlden kan det ses som att bara lärarna får eleverna att röra på sig så kommer det leda till bättre hälsa (Quennerstedt, 2019). Antonovsky (1996) menar att om arbetet sker likt det patogena perspektivet så missas komplexiteten av hälsa. Fokus hamnar på det sjuka och avvikande, att människan inte rör sig tillräckligt eller är otränad (Quennerstedt, 2010). Vidare menar Quennerstedt (2007) att lektionernas innehåll präglas

... av handlingar som främjar hög aktivitet hos eleverna vilket ska ge en god träningseffekt, ett positivt förhållningssätt vilket ska stimulera till goda motionsvanor samt av handlingar som ska främja elevernas kunskaper om konditions- och styrketräning. Perspektivet på hälsa som framträder är främst av förebyggande och preventiv karaktär, med en fokus på att förhindra skador, sjukdomar och risker med exempelvis dålig kondition, dålig styrka, en fysiskt inaktiv livsstil samt dålig kosthållning. - Quennerstedt (2007, S. 44).

Det som nämns ovan är något som fortsatt präglar svensk undervisning enligt Skolinspektionen (2018) och som också poängteras i Skolverkets (2018b) rekommendationer kring beslutet om utökningen av undervisningstimmar för Idrott och hälsa. Quennerstedt (2007) menar att undervisningens innehåll syftar till att få eleverna att anamma vanor kring fysisk aktivitet och kost som anses goda. Undervisningen skall också ge eleverna en fysisk träning samt ge eleverna möjlighet att utveckla sina kunskaper om fysisk träning. en

2.6.2 Salutogent perspektiv

Quennerstedt (2007) menar att den stora skillnaden, om bollspel tas som exempel är att det patogena synsättet alltid ser deltagande som positivt för hälsan medan det salutogena ser en potential i bollspel som hälsoutvecklande för eleven ur en mängd olika perspektiv. Det är erfarenheten av deltagande och den inhämtade kunskapen som blir det som är utvecklande, och inte bollspelet i sig, utan det är bara verktyget. Detta medför att det är viktigt att vara uppmärksam på alla de negativa konsekvenserna av bollspel som kan uppstå och som i stället, i det salutogena perspektivet, kan påverka hälsoutvecklingen i en negativ inriktning.

Det salutogena perspektivet ser hälsa som något som elever kan få med sig från fysisk aktivitet. De ska uppleva ska uppleva och känna att de mår bra av den fysiska aktiviteten (Larsson, 2016). Quennerstedt (2007) beskriver det salutogena perspektivet som ett alternativ till det patogena när han menar att hälsoutvecklingen är riktad mot alla människor och något som alla kan delta i. Det handlar inte bara om sjukdomar och övervikt utan det är mycket mer än så som påverkar hälsan hos en människa. Antonovsky (1996), som är den första som skrev om det salutogena perspektivet, talar om en metafor som ger en bild av vad som menas. Antonovsky menar att vi alla, hela tiden, befinner oss i en kraftig flod, kallad livet, och att det finns två saker vi måste fråga oss: hur farlig är flodens kraft och hur väl kan vi simma?

Quennerstedt (2010) talar om att hälsa inte är något statiskt som går att upprätthålla genom träning och kost utan något eleverna kan lära och utveckla i ämnet Idrott och hälsa. För att kunna hjälpa en människa att nå en bättre hälsa måste man ta hänsyn till alla delar av personen, vilket gör det mer komplext, menar Antonovsky (1996). Det är också enligt Quennerstedt (2010) viktigt att förstå att det är vi lärare och i många fall omgivningen, och samhället, runt eleven påverkar vad som anses vara god hälsa att sträva efter. Quennerstedt (2010) menar att det råder en brist på förståelse i debatten om hälsofrämjande livsstil och ökade aktivitetsnivåer. Med ett salutogent perspektiv krävs det andra frågor som skall besvaras för att den personliga hälsan skall bli bättre enligt Antonovsky (1996).

- Vad skapar hälsa?
- Vad bidrar till hälsoutveckling?
- Vad förklarar utveckling mot hälsa?

Dessa frågor är översatta av Quennerstedt (2007, s. 44) som också menar att Antonovsky inte vill ersätta det patogena synsättet, men att detta perspektiv och dessa frågor också är viktiga att ställa för att bredda förståelsen för hälsa och hälsoutveckling. Vidare argumenterar han för att det finns en risk om Idrott och hälsa-ämnet får som ansvar att besegra den fetmaepidemi som han väljer att kalla det. Då kan det handla om ett uppdrag som är alldeles för stort för ämnet.

Quennerstedt (2019) hävdar att rörelse eller fysisk aktivitet snarare än brist på fysisk aktivitet i det salutogena perspektivet kan anses som skadligt. Han anser också att det i vissa fall kan vara mer hälsofrämjande att avråda från att delta på lektionerna i Idrott och hälsa, för en bättre hälsa. Inom undervisningen menar Larsson (2016) att de färdigheter och kunskaper vi lär ut många gånger ses som rätt eller fel. Det kan bli problematiskt då styrdokumentet menar att elever skall få möjlighet att själva utforska, undersöka och skapa kunskaper. Lärare i Idrott och hälsa ska snarare arbeta för att främja inläring om hälsa, istället för att lära ut en livsstil som på förhand av läraren anses vara hälsosam (Quennerstedt, 2019).

3 Metod

3.1 Design

Studien har en kvalitativ tvärsnittsdesign där data har samlats in genom semi-strukturerade intervjuer. Studiens syfte är att undersöka hur lärare i Idrott och hälsa resonerar kring sitt uppdrag idag och att synliggöra vad de tror att utökningen av antalet undervisningstimmar för ämnet kommer att innebära för deras profession. Resonemangen kommer att analyseras utifrån de två perspektiv, det patogena och det salutogena, som finns beskrivna i det teoretiska ramverket. Slutligen kommer också problem med utökningen av undervisningstimmar som författaren har arbetat induktivt för att få fram ur informanternas svar.

3.2 Urval

Att utföra intervjuer och bearbeta dessa är något som tar mycket tid i anspråk. Därför är det viktigt att inte ha för många informanter (Dalen, 2015). Inledningsvis upprättades inklusionskriterium för studien för att kunna få deltaga som informant. Att informanterna har en relativt ny utbildning var ett inklusionskriterium, och detta innebar att utbildningen skulle vara avslutad efter 2013. Detta skulle innebära att den nya kursplanen borde ha diskuterats under delar av utbildningen. Ett annat inklusionskriterium var att de nu arbetar, och det till hösten är tänkt att de fortsätter arbeta, på högstadiet (årskurs 7-9) i ämnet Idrott och hälsa.

Författaren använde sig av ett bekvämlighetsurval när han sökte tänkbara informanter inom ramen för inklusionskriterierna. I det här fallet innebar det att bekantskaper till författare kontaktades, i det här fallet handlade det om bekantskaper som skapats genom utbildningen (Esaiasson et al., 2012). Författaren kontaktade utvalda informanter för att höra om de kunde ställa upp för en intervju. När det inte gav tillräckligt med informanter så tillfrågades de som valt att ställa upp om de kunde bistå med tips på någon som kunde tänkas ställa upp. Det innebär att först utfördes ett bekvämlighetsurval och därefter ett snöbollsurval. Att använda sig av dessa urvalsmetoder besparade författaren tid att komma åt informanter. Sex lärare i ämnet Idrott och hälsa kontaktades och de tackade alla ja. I slutändan genomfördes fem av dessa intervjuer. Studiens författare fick se till den tid och de resurser han hade tillbuds och avgöra när det var nödvändigt att gå vidare till bearbetningen av intervjuerna, trots att det ännu inte kunde avgöras om kravet på mättnad var uppfyllt (Kvale & Brinkmann, 2009). Studiens fem informanter arbetar i fem olika städer i Sverige och återfinns såväl i södra som norra Sverige. De är relativt nyexaminerade, den som arbetat längst sedan examen har jobbat i fem år. Fyra är utbildade i Göteborg och en i Stockholm. Tabell 1 sammanfattar de fem informanterna utifrån antal år i yrket och antal år med erfarenhet från undervisning i ämnet Idrott och hälsa i årskurs 7-9.

Tabell 1. Sammanfattning av de fem informanterna utifrån antal år i yrket och antal år med erfarenhet från undervisning i ämnet Idrott och hälsa i årskurs 7-9.

Vem	År i yrket	År som lärare i Idrott och hälsa i årskurs 7-9
Lärare A	1	1
Lärare B	1	1
Lärare C	2	2
Lärare D	5	5
Lärare E	3	3

3.3 Datainsamling

Valet föll på att använda sig av en kvalitativ metod eftersom den ger möjlighet till ett djup som den kvantitativa metoden saknar. Den ger ett mer nyanserat synsätt och en tydligare inblick, vilket också gör det möjligt för informanten att berätta hur den upplever sitt uppdrag som lärare i ämnet Idrott och hälsa och hur den arbetar med uppdraget. Detta under former där informanten ges möjlighet att ge hela sin syn på sitt läraruppdrag utifrån sitt eget perspektiv och sin värld. Metoden gör att det blir färre respondenter, men det hade varit svårt att få en ärlig bild om läraren inte fått beskriva fritt hur den arbetar och tänker (Kvale & Brinkmann, 2009).

Datainsamlingen utfördes med hjälp av en semi-strukturerad intervjuguide som hade förberetts innan första intervjun skedde (se bilaga 1). Intervjuguiden har tre rubriker med underliggande frågor. Rubrikerna var följande: (1) bakgrundsfrågor, (2) övergripande uppfattning kring ämnet Idrott och hälsa samt (3) utökad antal undervisningstimmar i ämnet Idrott och hälsa. Där den andra delen är kopplat till första frågeställningen och det sista temat främst kopplat till de två sista frågeställningarna. Att ha dessa övergripande rubriker gjordes för att säkerhetsställa att resultatet skulle bidra till att besvara syftet och frågeställningarna med studien vilket skulle ge en ökad validitet till studien (Kvale & Brinkmann, 2009). Frågorna under rubrikerna är utformade på ett neutralt och öppet sätt för att informanten inte ska känna sig ledd i sina svar. Detta för att stärka reliabiliteten (Kvale & Brinkmann, 2009).

I studiens användes en kvalitativ metod eftersom den ger möjlighet till ett djup som den kvantitativa metoden saknar. Den ger ett mer nyanserat synsätt och en tydligare inblick, vilket också gör det möjligt för informanten att berätta hur den upplever sitt uppdrag som lärare i ämnet Idrott och hälsa och hur den arbetar med uppdraget. Detta under former där informanten ges möjlighet att ge hela sin syn på sitt läraruppdrag utifrån sitt eget perspektiv och sin värld. Metoden gör att det blir färre respondenter, men det hade varit svårt att få en ärlig bild om läraren inte fått beskriva fritt hur den arbetar och tänker (Kvale & Brinkmann, 2009). Vid användandet av semi-strukturerade intervjuer är det viktigt att vara väl förberedd i ämnet när intervjuguiden arbetas fram. Annars finns risk för att det vid en intervjusituation kan uppkomma frågor eller situationer där det i efterhand känns som att det vore en god idé att utveckla intervjuguiden. Är studien då inne på den tredje intervjun så kan det anses som svårt att lösa. Därför är det viktigt att vara väl förberedd innan intervjuerna startar och att intervjuguiden belagts med de frågor som studien önskar få besvarade (Kvale & Brinkmann, 2009). Semi-strukturerade intervjuer ger den som intervjuar en större flexibilitet för hur frågorna ställs och till vilka informanter till skillnad från den strukturerade intervjun (Esaiasson et al., 2012).

Intervjuerna genomfördes på distans för att kunna anpassas till de olika lärarnas schema och det faktum att det krävde en del restid för oss parter att kunna mötas fysiskt. Studiens författare lät informanterna välja vilken tid som passade bäst för utförandet av intervjuerna, dels för att de ska kunna avgöra utifrån sitt arbetsschema när det passar dem bäst, dels för att de ska kunna finna sig bekväma i rollen som informant (Esaiasson, Gilljam, Oscarsson, & Wängnerud, 2012). Samtliga intervjuer skedde på samma sätt för att det ska ge respondenterna samma förutsättningar att svara på frågorna. Intervjuerna skedde genom programmet Skype och tog 25 till 55 minuter att genomföra. Intervjuerna genomfördes inom loppet av 17 dagar. Inspelning av intervjuerna skedde genom en applikationen *Ljudinspelare* på intervjuarens mobiltelefon. Under intervjuerna så valdes att läsa frågorna ordagrant, detta

för att de skulle framställas så likvärdiga som möjligt för informanterna. Även om studien använder sig av en semi-strukturerad intervju metod, där övriga frågor anpassades efter de svar som gavs så blev därför inte frågorna lika till respondenterna.

3.4 Databearbetning och analys

Intervjuerna har transkriberats ordagrant vilket för att minimera risken för att missuppfatta informanten (Esaiasson et al. 2012). Transkriberingen blir en översättning av en berättarform till den andra. Ett talat språk kan skilja sig från ett skriftligt språk vilket är viktigt att ha med sig enligt Kvale & Brinkmann (2009). Det är mycket som går förlorat när transkriberingen sker. Transkriberingen har det översatts ordagrant, dock har olika former av pauser inte noterats, inte heller olika läten som informanten gjort under pausen eller när den funderat som till exempel. "hmm". Det finns inga standardsvar hur transkribering skall ske, men dessa besluten har författaren tagit för att kunna genomföra transkriberingen på ett sätt som är lika för samtliga intervjuer (Kvale & Brinkmann, 2009).

Efter att transkriberingen var utförd lyssnades alla intervjuer genom igen, både en och två gånger, dels kontrollera att allt blev korrekt transkriberat, dels för att förstå vad det insamlade materialet handlade om (Dalen, 2015). Därefter påbörjades analysdelen av min empiri. Då markerades delar av empirin ut som skulle kunna falla in i patogent resp. salutogent synsätt. Här var det viktigt att till en början kategorisera och inte summera, för att på ett djupare sätt förstå vad informanterna talade om (Dalen, 2015).

Transkriberingen ledde sedan till en form av meningsskapande, kondensering och temaskapande i förhållande till forskningsansatsen. Denna analysmodell är en kvalitativ innehållsanalys där studien utgått från Graneheim och Lundmans (2004, s. 108) modell i en något förenklad variant då ett av stegen togs bort (för exempel, se bilaga 2). De stegen som användes var meaning unit, condense meaning units, sub-themes och themes, som beskrivs i korthet nedan:

- Meaning unit:
När sökning efter meningar sker skall det sökas efter meningar med samma centrala mening eller betydelse. Det kan, men behöver nödvändigtvis inte röra sig om samma ord som används i meningarna utan mer att de innehållsmässigt relaterar till varandra.
- Condense meaning unit:
En kortare och mer kraftfull mening som skall säga det viktigaste på ett sätt som blir mer tydligt, men med samma syfte och kärna som ursprungsmeningen.
- Sub theme och theme:
Här handlar det om att göra underteman av de kondenserade meningarna. Detta kräver reflektion och diskussion enligt Graneheim och Lundman (2004). Det var ett utmanande arbete att länka samman olika kondenserade meningar under ett undertema och samtidigt ha i bakhuvudet att dessa underteman sedan skulle kunna länkas samman under ett och samma tema. Detta gäller särskilt i den sista delen, där lärarnas tankar kring utökningen analyserades närmare. Där var det lite mera spritt än i de två andra, där arbetet skedde mer induktivt.

Genom analysprocessen bearbetades det insamlade materialet både induktivt och deduktivt (Esaiasson et al., 2012). Studien utgick från att bearbeta det insamlade materialet både ur det patogena och det salutogena perspektivet om hur lärarna ser på sitt uppdrag nu och vid utökningen. Detta kan ses som att analysen sker deduktivt, där det under analysen söktes efter tydliga meningar som besvarade dessa frågor. Meningarna färgmarkerades i olika färger under analysfasen. När det kommer till hur studien analyserat de problem som kan uppstå i och med utökningen så har så arbetade författaren mera öppet och induktivt för att se vad informanterna sa och utifrån studiens bakgrund och författarens kunskap.

3.5 Etiska ställningstaganden

Vid arbetet med denna studie har författaren utgått från de fyra grundläggande huvudkraven på forskning som Vetenskapsrådet (2009) presenterat. Dessa fyra krav är informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Nedan presenteras de grundligt tillsammans med hur författaren arbetat för att kunna uppfylla dessa krav.

Informationskravet innebär att författaren har informerat sina informanter om deras roll i detta projekt, villkoren som gäller deras deltagande samt upplysning om att det är frivilligt att delta och att de när som helst har rätt att avbryta sin medverkan. Detta krav uppfylldes genom min första kontakt med informanterna, som skedde via mejl. Där presenterades studien och förklarades vilken roll de skulle ha som informant. Vid intervjuens start informerades de om att det var en helt frivillig studie att delta i och att de hade full rätt att avbryta intervjun när som helst.

Samtyckeskravet avser forskarens ansvar att inhämta ett samtycke om deltagande från de tänkta informanterna. Detta har erhållits genom att informanterna har tillfrågats om de vill delta och svarat ja.

Konfidentialitetskravet avser all användning av etiskt känsliga uppgifter om alla enskilda personer som deltar i studien. Detta krav har uppfyllts genom att författaren lämnat ut sparsamt med uppgifter om de lärare som intervjuats samt vid ett fall valt bort ett stycke text som kunde varit intressant för studien men hade riskerat att identifiera en av informanterna. Hanteringen av all den dokumentation som gjorts i samband med mina intervjuer har skett på ett säkert sätt och informanterna har vid intervjuens start informerats om att de kommer att vara anonyma i studien.

Nyttjandekravet innebär att den information som inhämtats för studiens syfte inte kommer att användas senare eller lämnas vidare till någon annan. Den används endast av författaren till den aktuella studien. Informanterna har informerats om detta.

4 Resultat

Nedan följer tolkningarna av lärarnas syn på sitt uppdrag som lärare utifrån de två perspektiv som är presenterade i bakgrunden. Det *patogena perspektivet* utgår från att läraren styr eleverna och att fysisk aktivitet skall vara i fokus. I det *salutogena perspektivet* är synen på ämnet mer fördjupad och vidare. Därefter följer de problem med utökningen av undervisningstimmar som författaren till studien identifierat utifrån informanternas resonemang. Analysarbetet har givit följande teman som går att koppla till forskningsfrågorna:

- Lärarna om sitt uppdrag ur ett patogent perspektiv
- Lärarna om sitt uppdrag ur ett salutogent perspektiv
- Utökningen av ämnet ur ett patogent perspektiv
- Utökningen av ämnet ur ett salutogent perspektiv
- Problem som identifierats med utökningen.

Det sista temat, problem som identifierats med utökningen, har utmynnat i tre delar. Det första som belyses är problem utifrån att ta till sig Skolverkets uppdrag. Det följs av en identifierad lokalbrist som kan bidra till problem i undervisningen. Slutligen lyfts Skolverkets rekommendationer om kortare lektioner som går emot informanternas önskan om längre lektioner. Se bilaga 2 för exempel på hur analysen och tematiseringen tagit form.

4.1 Lärarnas om sitt uppdrag ur ett patogent perspektiv

När lärarna talar om sitt uppdrag är känslan att samtliga ser den mångdimensionella aspekten av Idrott och hälsa vilket gör att det var svårt att hitta något patogent i deras svar. Lärare B och C, har av olika anledningar i år har arbetat med ett relativt styrt och förutbestämt lektionsinnehåll:

Valmöjligheter i momentet, hur det skall gå tillväga. Just första året för mig har det varit att jag styr mest i och med att jag inte har så mycket bank, kan inte va spontant på det sättet. Mindre inflytande än vad jag hade velat men det är någonting jag jobbar mot - Lärare B

Vi har ju en kursplan och utgå ifrån och jag har känt att jag har klasser som inte riktigt, dom har varit ganska svåra på idrotten dom klarar inte när det blir för fritt. Då blir det mycket konflikter och slagsmål och ingen gör någonting. Så jag har styrt det ganska mycket under året vad vi gör och hur upplägget är, faktiskt - Lärare C

Lärare B ger samtidigt uttryck för att hen vill jobba mot större elevinflytande i framtiden och Lärare C menar att den tidigare arbetat så och ämnar göra så igen om hen anser att elevgruppen skulle gynnas utav det. Lärare C säger också att sättet som hen börjat arbeta på sedan hen kom till den nya skolan skiljer sig mot hur hen arbetat tidigare som en del i de förväntningarna på ämnet:

För att jag känner att det förväntas av mig på något sätt att man på en idrottsskola har mycket fysisk aktivitet. Jag har egentligen dragit ner känns det som på mina teori grejer, även om jag inte gjort det så mycket så har jag mindre delar av det. - Lärare C

Lärares C nya skola är en friskola med idrottsinriktning. För att ytterligare lyfta ut något från det patogena perspektivet så lyssnar vi till hur Lärare E beskriver sitt viktigaste uppdrag. ”Bortsett från detta är ett av mina främsta uppdrag att förmedla och lära mina elever så

mycket jag själv kan. Helst allting.” Lärare E talar sedan vidare om att med elever som spelar mycket dator krävs ett annat syfte i undervisningen för att nå dessa elever.

Med andra ord att göra allting förutom att spela datorspel. Enligt mitt tycke är just spelandet ett stort problem och syftet i detta fall är att få dessa elever förstå vikten av att ta vanliga promenader en liten stund varje dag. Syftet i detta fall är inte att få eleven förstå hur olika teknikövningar i styrketräning kan förebygga skador. Nej, här är syftet att få eleven förstå att motionsidrott eller fysisk aktivitet överlag är väldigt betydelsefullt för att få en bättre hälsa. - Lärare E

Här kommer också Lärare E in på vikten av fysisk aktivitet och kopplar det direkt samman med en bättre hälsa.

4.2 Lärarnas om sitt uppdrag ur ett salutogent perspektiv

När det kommer till hur lärare ser på sitt uppdrag så är de ganska eniga om att ämnet är någonting mer än bara att röra på sig. Ämnet syftar till att ge eleverna mer än bara en timmes rörelse, att lektionerna skall innehålla kunskap och teori är inget som är främmande för dessa lärare. Vi förstår också att lärarna är måna om sina elever och har en förståelse för sitt uppdrag som lärare att det även innefattar att vara lyhörd mot elever men också att kunna anpassa sin undervisning, dels efter eleverna dels efter kursplanen och vad den strävar efter att eleverna, och nu talar vi om alla eleverna, skall få med sig för kunskaper från ämnet Idrott och hälsa. Lyhördheten innefattar också att eleverna själva får påverka sin undervisning och dess innehåll. Det handlar om elevernas möjlighet till att demokratiskt påverka. Två av de intervjuade lärarna, Lärare A och E, visar på vilket sätt de tar in elevers olika önskemål på undervisning:

De fick de välja aktiviteter eller moment som vi skulle ha under läsåret. Det var allt från redskapsgymnastik till parkour och basket. Jag tar med mig deras önskemål och sammanställer varje klass önskeaktiviteter. - Lärare E

De har inflytande på så sätt att när jag började så pratade jag om vad kursplanen säger och det centrala innehållet säger att man ska göra, och så delar jag upp det i tre delar. Så som det är uppdelat i kunskapskraven med friluftsliv och utevistelse och rörelseförmåga och ja vad den sista delen nu är. Det kommer jag inte ihåg på rak arm, men det är tre olika delar så gick jag igenom dem och så tog jag sen in förslag på aktiviteter och vilken del av de här som dem helst vill göra. Jag kallar dem A, B och C och så sa jag vilken del vill man helst göra. Så skriver man på ett papper och ger man till mig och så kommer jag rikta innehållet i ämnet åt det hållet som klassen helst vill eller det som man mest vill ha. Och sen så kommer alla delar att göras men att vi kommer ha lite mer av det som man helst vill göra. - Lärare A

Vad som skiljer dem åt är att Lärare E arbetar med önskelektioner som kan passa in i olika teman längs vägen, medan Lärare A verkar arbeta med att elevernas önskemål styr innehållet i de olika delarna (A, B och C) som egna teman, och inte bara enstaka lektioner. Lärare D använder sig av en annan form av påverkan från elevernas sida:

Vi har utvärderingar varje termin och varje slutet på varje moment så vi får elevernas syn på hur undervisningen har varit, hur de tycker att den kan utvecklas och om det är något som fattas. Så via utvärderingarna får dom inflytande. - Lärare D

Lärarna menar vidare att det kräver en kompetens hos läraren att kunna vara tydlig mot eleverna om vad det är som de väntas ska tillgodogöra sig från undervisningen. Det kräver också från läraren att denne har förståelse för att elever tar in, och behöver arbeta med, saker på olika sätt. Idrott och hälsa-ämnet handlar inte om fysisk aktivitet och elitidrott i första hand utan det handlar om att få med sig en kunskap i ämnet och att alla får den möjligheten. Lärare A och C illustrerar här hur de arbetar efter individernas förutsättningar för att inkludera alla.

Det handlar om att få eleverna att finna att det är intressant samt att få eleverna att känna att det är begripligt för dem:

Vissa saker kanske passar en grupp och vissa saker kanske passar en annan grupp. Man behöver känna av sin grupp för att på så sätt anpassa innehållet och kan man anpassa innehållet så att, för givetvis så ska man lära sig nånting i det. Men jag tror att man lär sig mer om man tycker att det är roligt eller om läraren kan variera sina sätt att lära ut och jag hoppas att alla lärare på nåt sätt ändå försöker anpassa så att så att det blir ja men roligt kanske är fel ord då, Intressant, ja men om jag uttrycker mig så då. - Lärare A

Men just mycket att många och fler får möjlighet få delta på sina villkor, har man inte kläder med sig så kan man vara med så mycket man kan ändå. Och att man sätter en nivå som inte är, nu ska vi inte, man sätter en nivå som inte är elitidrott eller att man skall ut och köra föreningsidrott, man sätter en nivå att nu är det skolidrott och vi skall lära oss saker och det kan man göra på flera olika sätt under en hel lektion. På så sätt försöker jag inkludera alla. - Lärare C

De önskar arbeta efter individernas förutsättningar och inkludera alla. Lärare E trycker på förståelsen för att det är olika individer med olika livsuppfattningar som befinner sig i klassrummet samtidigt och att det gäller att arbeta därefter. Hen pekar på att det är viktigt att eleverna får med sig att ämnet innefattar så mycket mer än bara idrott:

Eleverna är olika, jag har i en klass 20 olika individer som inte har samma mål och uppfattning. Om jag kan nå varje elev och utgå från hans livssituation och den kan lära om hälsa och allsidiga kroppsliga förmåga, då är jag nöjd. - Lärare E

samt

När de går ut nian så vill jag att de har en idrottsryggsäck med sig där vi kan hitta olika regler av diverse idrotter, hälso- och friluftslivsaspekter. Jag vill givetvis att de ska förstå att allting inte handlar om idrott, utan deras livsstil och hälsa. - Lärare E

Sammanfattningsvis går det att utläsa att lärarna arbetar för att få varje elev att känna sig sedd och hörd men att omständigheter gör att det inte alltid är möjligt.

4.3 Utökningen av ämnet ur ett patogent perspektiv

Den pågående diskussionen om att elever rör sig för lite tycks inte ha undgått lärarna i denna studie. Och att utökningen av dessa undervisningstimmar är till för att eleverna skall få mer rörelse och minska sitt stillasittande tycks de också vara rörande överens om. Lärare D och E talar båda om att elever rör sig för lite och att undervisningstimmar kan vara införda därför.

Om man kikar på vad är för syfte som skolverket har så är det ju att de ska ha, vara aktiva mer, och minska stillasittandet. - Lärare D

Att utöka undervisningstimmar är kan väl förklaras som att få eleverna mer aktiverade under deras vardagar. Detta för att de ska må bättre och förstå innebörden av att vara aktiva under sina liv.- Lärare E

Lärare B betonar också det faktum att skolverket vill fördela undervisningen på fler lektioner, snare än att ha längre pass. Detta skulle vara ett tecken på att de vill främja rörelse under fler dagar för att uppnå de rekommendationer som finns.

Medans säkert skolverket eller, ah som tycker att barn ska aktivera sig mer, vill ha tre lektioner i veckan där dom rör sig 90% av lektionen kan jag tänka. För då blir det lite motion varje dag som rekommendationerna säger. - Lärare B

Att ämnet Idrott och hälsa i allmänhet och fysisk aktivitet i synnerhet skulle bidra till ökad måluppfyllnad och hälsa är ändå inget som undgått lärarna i studien. Lärarna talar om att den här utökningen av undervisningstimmar till ämnet är till för att elever skall ges möjlighet till träning som sedan skall ge positiv effekt på andra ämnen. Lärare A och B resonerar kring detta på följande vis:

Det är ju för att barn ska röra sig mer för att barn sitter still mycket mer, mer stillasittande och att man ser effekterna av det. Och att man vill främja det, man har fått mycket studier om att fysisk aktivitet främjar inlärning och sånt, så jag antar att det är det man vill, att aktivera barnen. - Lärare B

Det ena syftet tror jag handlar om att man vill få elever att röra på sig mer. Då viss forskning menar på att då ökar lärandet generellt om elever rör på sig. - Lärare A

Lärare C lyfter också in folkhälsoperspektivet, men i samma andemening som tidigare lärare om att minska stillasittandet och då få elever att prestera bättre i andra ämnen:

Då står just det här kring när man ser idrott och hälsa som ett syfte för att förbättra folkhälsan direkt typ. upplevde jag i och med hur det var formulerat kan man väl säga. Att man ville, man skulle liksom, amen man vet hur äldre eleverna blir ju mer stillasittande blir dom och att man därför skulle öka timmarna som dom fick röra sig i skolan, för att då kunna, dom då skulle kunna må bättre i skolan och kunna prestera bättre i andra ämnen, va väl lite min uppfattning av den texten jag läste. - Lärare C

Samtliga lärare talar om att de tror att utökningen sker för att elever rör sig för lite och att lektionstimmar skall innehålla mer rörelse för att motverka stillasittandet. Det skulle också hjälpa till att få eleverna att prestera bättre i andra ämnen.

4.4 Utökningen av ämnet ur ett salutogent perspektiv

Samtliga lärare talar sig varma om utökningen och tycker att det är positivt att Idrott och hälsa får mera tid. De är inte helt säkra vad det innebär att ämnet får mer tid men pratar samtliga i positiva ordalag om att det är välkommet med fler undervisningstimmar för ämnet. Dessa undervisningstimmar skulle då kunna användas till reflektion och fördjupning i ämnet. Lärare A och D menar att ämnet kräver mera tid:

Men så hoppas jag nånstans också att det handlar om att man känner att idrottsämnet behöver mer tid för att det är ett viktigt ämne och de är många kunskaper där i som man skulle kunna lära sig mycket djupare om man får mer tid att lära ut dem. - Lärare A

Men jag ser ju just den här utvecklingen att man kan, mer övningstillfällen för eleverna att de får öva rörelser. Jag upplever också att eleverna fått sämre, under bara den korta tiden jag har jobbat, så tycker jag att det är sämre motorik hos eleverna och sämre kondition och att det man får utveckla den kunskapen hos eleverna så de förstår hur viktigt det är att kunna fördjupa sig mer i kost/hälsa och kanske träna och testa på alternativa, att det inte bara är det här kamp spelet som man säger, basket/fotboll, utan att man får in mer möjligheter att få in yoga till exempel och andra former av träning också. - Lärare D

Lärare D menar på att hen under sin relativt korta tjänstgöring redan sett en försämring i elevernas förkunskaper. Lärare D är den lärare som arbetat längst i ämnet av de deltagande lärarna. Lärare E menar att det går att arbeta med reflektion och fördjupning när det finns mera tid till att möta varje elev, vilket dock förutsätter att lektionsserierna förlängs under ett moment.

Andra aspekter, som är bra med de ökade timmarna, är att vi får gjort mer, jag kan ha längre lektionsserier under ett och samma moment och får mer tid till att förklara, att vara med eleverna samt gå in djupare i ett område. - Lärare E

Att förlänga lektionsserierna och inte bara hoppa vidare till nästa moment är en poäng som också Lärare C tar upp. Samtidigt ställer hen sig frågande till om det verkligen kommer att bli mer fysisk aktivitet genom att arbeta på det här viset, något hon menar kan gå emot skolverkets idé om utökningen.

För att i idrott och hälsa kursplanen så har vi ju ett ämnesinnehåll som vi skal lära, och skall vi lära kan vi inte bara köra på, då kan vi inte bara göra saker hela tiden, utan då måste vi ibland stanna och tänka upp och reflektera och sitta och prata liksom. Då kommer man ju inte nödvändigtvis öka antalet timmar rörelse liksom. - Lärare C

Samtidigt som vi inte bara kör på utan också reflekterar menar Lärare C att det finns en risk med utökningen som man bör vara medveten om. Det finns elever som inte gillar ämnet. Dessa elever är det extra viktigt att lärare ser nu när utökningen kommer igång menar Lärare C:

Och sen är ju idrott och hälsa ett älska och hat ämne för många. Det finns ju många som tycker att det är det roligaste ämnet i skolan och många som tycker att det är det absolut värsta som finns liksom. Om man då tvingar dom här eleverna att göra mer av det här jobbiga, alltså mer, mer av det här, att dom måste liksom, att det blir mer föreningsidrott och bara det här göra, kasta in en boll och spela. Då kommer ju, dom kommer förmodligen att vara särskilt motiverad att delta i större grad liksom. utan på nått sätt måste man fortfarande ha en undervisning om man ska ha med alla. Så det kommer nog vara en utmaning för vissa. - Lärare C

Lärare måste se till att fånga upp de eleverna och anpassa innehållet efter dem. Utmaningar och problem för utökningen av Idrott och hälsa är något som studien tar upp i nästkommande kapitel, men Lärare C:s ord om att uppmärksamma de elever som inte tycker om ämnet får anses som viktiga att lyfta redan i denna del, där det ändå diskuteras hur det går att använda sig av den utökade tiden.

4.5 Problem som identifierats med utökningen

Nu följer lärarnas ord kring utökning av ämnet, sammanfattade under olika rubriker som studien identifierat som områden där problem kan inträffa. I analysfasen har det upptäckts att flera lärare talat om oklarheter kring skolverkets texter, brist på lokalutrymme och en diskussion om att utökningen av undervisningstimmar skall ge fler eller längre lektioner för att kunna ge ett kvalitativt lyft för undervisningen. Det gav tre teman som rubriker i denna del.

- Oklarheter från skolverket eller ej påläst?
- Lokalbrist
- Fler lektioner vs längre lektioner

4.5.1 Oklarheter från Skolverket eller ej påläst?

Lärarna antyder är att det råder en förvirring bland dem vad som egentligen skall gälla. Det handlar både om att de inte fullt ut läst på vad som gäller men dessutom uppfattas Skolverkets texter som svårtolkade och ej tydliga. Lärare C uttrycker här en fundering kring en av texterna:

Dom har väl inte sagt att det skall ske någon förändring för vad vi gör med de här timmarna egentligen. För det är det som jag tycker känns som det är så oklart med det. För när man skriver som dom skrev, i den proposition eller förslaget till regeringen att dom ville att dom skulle utreda det här, då antyder man ju att det skall gå till liksom dom här pulshöjande aktiviteterna, alltså ren rörelse. Vi går dit för att göra saker liksom. - Lärare C

Här är det inte helt klart vilken text Lärare C hänvisar till men det har oavsett gjort hen fundersam till vad det egentligen är som gäller med den här utökningen. Lärare C fortsätter att diskutera under frågan om vad hen anser om att Skolverket hellre önskar fler lektioner än längre lektioner:

Och då är det återigen, vad vill dom faktiskt att det ska vara till liksom. Skall vi bedriva bra undervisning, eller ska vi göra undervisning för att främja deras direkta hälsa liksom? Och syften i andra ändan. Jag tycker det är jätte spännande att vi lever i den, det sker så skilda diskussioner inom ämnet idrott och hälsa. Vi har dom som pratar jätte mycket om pulshöjande aktiviteter men samtidigt så ska vi ju ha ett lärande i ämnet. Och jag känner att vi inte hittat ett mellan läge hur vi skall hantera det. – Lärare C

Lärare A efterfrågar en tydligare beskrivning av vad föreningsidrotter innebär då hen menar att det är mycket som ryms under det begreppet. Lärare A önskar då hjälp med vad som skall inkluderas i undervisningen i stället:

Men om man ska, då får man vara tydlig med vad man skall göra med dom timmarna, om man i så fall så pass tydligt ska välja bort. Vad menar man med föreningsidrott, är det alla typer av aktiviteter som man kan göra i föreningar så är det ju ganska så mycket som försvinner, det blir dans och allt sådant är ju också en slags föreningsidrott skulle jag säga. så att om man är så tydlig med vad man inte skall göra så får man var tydlig med vad man ska nyttja de timmarna till också. Känns märkligt att man inte definierar på något sätt. Veldig lite kvar som inte är föreningsidrott. - Lärare A

Lärare A fortsätter vidare under en annan fråga att hen tycker det ser ut att bli en fortsatt stillasittande framtid för elever som redan nu sitter under lektionerna.

Dom kommer fortsätta sitta vid sidan skulle jag säga, alla mina elever som sitter vid sidan får någon typ av teoretisk uppgift. Så att dom kommer får skriva mer. Det blir idrott, så de drabbas idrottsmässigt. Eftersom man tar tid från annat, så annat försvinner ju så då kan det bli tuffare i andra ämnen. Dom kommer sitta lika stilla som innan, tyvärr är jag övertygad om - Lärare A

Samma lärare lyfter vidare att det finns en reservplan som innebär att de elever som inte deltar i den fysiska undervisningen kommer att få fler skriftliga uppgifter under lektionerna. Det kommer inte att bidra till att de eleverna deltar i större uträkning fysiskt men de fortsätter att delta teoretiskt likväl. De kan fortsätta att fördjupa sig i ämnet och inhämta kunskap men den fysiska biten verkar Lärare A ha gett upp och ser inte utökningen som en möjlighet till att ändra det. Lärare C säger att det antagligen inte kommer bli någon förändring i undervisningsupplägget. Lärare C arbetar på en idrottsskola där de redan har utökad idrott och menar att de inte pratat om utökningen. Lärare C tror inte kommer de behöva göra något med anledning av de utökade undervisningstimmar på sin skola inför nästa år. Lärare A och B säger sig inte ha läst på nämnvärt och Lärare B menar att det är på grund av att han som ny, inte engagerat sig, utan haft fullt upp med att sätta sig in i allting under sitt första år i yrket. Lärare A som också är ny har inte heller satt sig in vad utökningen får för följder men båda har koll på att det skall ske en utökning av undervisningstimmar.

Nej inte som jag tatt del av. I och med att det är första året för mig så har inte jag fokuserat på hur mycket mer idrott det blir. Jag har ju så många timmar jag har i idrott och sen om det blir färre klasser och längre tid är ju bara bra. Men det är inget jag lagt superstort fokus på mer än att det kommer bli mer idrott och mer matte och att elevens val och studiepasset kommer att försvinna för 7orna nästa år, men inte för 8or och 9or för de behåller ju sin timplan. - Lärare B

Nej det skulle jag inte säga att jag har gjort. Jag vet att det ska öka men jag har inte sett skolverkets. Jag följer en idrottslärargrupp på Facebook där jag har sett och jag har ju koll på att det ska bli mer men jag har inte sett vad skolverket har skrivit i frågan. Det har jag inte. - Lärare A

Lärare D lyfter det faktum att hen, liksom Lärare A och B, väntar på att huvudmannen skall ta ett beslut även om hen säger sig ha läst på och har lite koll.

Han har gått genom hur många extra timmar det blir för högstadiet. Och hur han har tänkt att det skall fördelas. Och han har pratat lite om pulshöjande aktiviteter som han pratar om. Så det är väl det jag tagit del av. Och vad man läst själv om på skolverket. - Lärare D

Lärare D talar vidare om att det blir förvirrande om det är som lärare D tror att rektorn på arbetsplatsen bara läst rubrik och syfte och är den som i slutändan bestämmer:

Det hör vi ju bara hur vår rektor pratar och jag tror han bara har läst rubriken och vad som är syftet med det lite kort, och inte inrikta sig in och han är ju helt inne på att det skall va ett pass med pulshöjande aktivitet, och det är klart han surrar med oss vad han tycker och vi surrar med han vad vi tycker och hur det ser ut. Men på nått sätt så står det ju att det är upp till huvudmannen att ta beslut. - Lärare D

Lärare D antyder att det kan ha skett missförstånd från rektorns sida vad beträffar utökningen av undervisningstimmar för att rektorn inte läst hela texten.

4.5.2 Lokalbrist

Det som alla lärare utom Lärare D är oroliga för är hur lokalerna, eller snare bristen på lokaler skall påverka utökningen och planeringen i ämnet. Det verkar vara trångt på alla de skolor som de intervjuade lärarna arbetar på och de uttrycker oro för att arbeta utomhus med eleverna under hela året, främst för att eleverna själva verkar väldigt svärmotiverade till det.

På skolan har vi lokalbrist som det är i vanliga lokalerna. Vilket betyder att man kanske måste vara ute mycket mer och då sätter ju det, ställer ju det krav på eleverna, dels att de ska ha rätt kläder, vilket inte alla har för att kunna vara ute mycket mer, sen ska man ju kunna motivera dom att gå ut och att vilja vara med. De är ju man känner ju ändå ett motstånd när man ska gå ut, och ska man då behöva göra det på vintrarna så kan det ju bli lite tufft med fler bänkstittare eller såna som bara skiter i det. Så det är ju framförallt lokalbrist som jag ser överlag både hall, omklädningsrum och klassrum, det är väl det negativa med mer tid när man inte har möjlighet att ha det på ett bra fungerande sätt. - Lärare B

Våra klassrum är gjorda på det sättet, vi får inte plats med mer elever än 20–22 i ett och samma klassrum. Nu när idrottstimmarna utökas blir det svårare att få till det, vi är många klasser som ska få plats i idrottshallen. Det är enbart tio minuter som skiljer klass A och B, det vill säga att klass A slutar halv tio och klass B börjar halv elva. Vissa dagar har vi tre klasser på raken för att kunna sluta innan 16. Nu vet jag faktiskt inte hur de ska lösa detta. Ingen vill ju sluta 17, 17.30. Vår idrottshall är ganska stor och den går att dela in i tre delar, detta är givetvis bra. Dock blir det problem om man just delar in den eftersom man har två klasser från två olika håll i värsta fall. Även utrymmet blir mindre. - Lärare E

Ett ytterligare problem som lyfts av Lärare B är att det också kan bidra till långa dagar för såväl lärare som elever. Detta är också Lärare D enig om. Att det kan bli en kostnadsfråga för friskolor menar Lärare C och utvecklar sina tankar med att friskolorna betalar mer än de kommunala för att ha tillgång till undervisningslokaler.

4.5.3 Fler lektioner vs långa lektioner

Lärare B, C och D menar samtliga att längre lektioner är att föredra för att få en kvalitativ utbildning för eleverna enligt deras synsätt. De lyfter fördelar som att det vore enklare schematekniskt och att de som lärare skulle hinna hjälpa fler. De tar också upp en önskan om att på ett bättre sätt kombinera teori och praktik för att få möjlighet till fördjupning i ämnet med hjälp av diskussion och reflektion. Nedan följer två röster från lärarna:

Jag är för lite längre lektioner. Mycket för att jag arbetar mer i projekt och att jag jätte gärna vill blanda det teoretiska och praktiska. Ideal lektionen är att man introducerar lektioner och talar om att vi ska lära oss det här, idag kommer vi jobba med det här och sen kunna göra olika aktiviteter där vi på olika sätt jobbar med innehållet och sen knyta ihop och avsluta med en diskussion och reflektion. Vad har vi gjort idag, vad har vi lärt oss och vilka effekter får det. Så man verkligen får alla delarna hela tiden och då tror jag man behöver längre lektionen, så jag hade gärna haft 90-80 minuters lektioner snarare än att ha 60 eller 50 minuters lektioner. - Lärare C

Ja, jag tror att längre vore bättre planeringsmässigt att lägga schema. tror jag. Det blir längre pass och man kan överlappa lite att man har teoretiskt i en sal och sen går in i hallen, så tar det inte lika mycket tid som om man har tre lektioner i veckan. Så i den aspekten, idrott och hälsa ämnets aspekt, så tycker jag att det är bättre med längre lektioner. – Lärare B

Lärare C och D antyder också att för korta lektioner bidrar till att lärarna inte hinner med allt som de vill och att det blir en sämre undervisning. För elevernas möjlighet till att bättre förstå ämnet och få med sig tänkt kunskap från lektionen så menar de att det krävs längre lektioner.

Jag skulle vilja ha längre pass. Just för det här med kortare pass, nu när vi har 60 minuters lektioner, för det första starta upp lektion och starta upp grejer, det blir bara en tjugo minuters aktivitet, för en måste man plocka undan, gå genom vad är det här, hur kopplar vi det här till Lgr 11, vilka kunskapskrav har vi arbetat med? Vad är bedömning vad har vi tittat på, då har man så kort tid att utföra själva aktiviteten. - Lärare D

Vidare menar Lärare C att om de skall få till en bra undervisning utifrån målet att fördjupa elevernas kunskaper så är det inte troligt att det bidrar till mer rörelse och därmed inte heller ett minskat stillasittande.

Och om vi ska undervisa såsom jag tolkar kursplanen då är det ju inte bara ren fysisk aktivitet som vi skall ut och göra utan vi måste faktiskt prata om det vi gör och då är det inte bara aktivitet som gäller. Och då är frågan hur mycket mer fysiskt aktivitet och hur mycket mindre stillasittande det kommer att resultera i liksom. - Lärare C

Så även om Skolverket vill ha fler lektioner, så är det inte säkert det blir mer rörelse för eleverna över fler dagar enligt Lärare C. Överlag låter det på lärarna som att undervisningen skulle bli bättre om de får möjlighet att arbeta med eleverna under längre lektionspass.

5 Diskussion

Nedan kommer studiens metod och resultat att diskuteras. I metoddiskussionen diskuteras studiens metod och i resultatdiskussionen kommer de olika kategorierna att diskuteras mot den forskning som tidigare presenterats i bakgrunden.

5.1 Metoddiskussion

I den här studien har det dels gjorts tolkningar av forskares teorier kring det patogena och det salutogena perspektivet, dels har intervjuerna analyserats. Studiens upplägg ger ingen möjlighet till att generalisera, men det ger en bild av hur relativt nya lärare tänker både kring sin lärarroll och vad de ser för problematik med utökningen av ämnet.

Det uppkom under studiens gång tillfällen där det hade varit lämpligt att justera i intervjuguiden, eller snarare så att den skulle ha uppdaterats med en fråga. För de kommande intervjuerna gick det bra att föra in frågan som en extra fråga när det passade, men det innebär att vissa informanter inte fick samma möjlighet att svara och utveckla sitt resonemang kring vissa frågor. Det går ändå att påstå att studien fick ut det som var önskvärt från samtliga informanter (Kvale & Brinkmann, 2009). Det är också troligt att intervjuerna påverkade varandra och framförallt att den första påverkade de efterföljande. Intervjuaren fick nya insikter vilket kan ha gjort att vissa intervjuer fick följdfrågor utifrån vilken riktning de tidigare intervjuerna tagit. Det gör att intervjuerna kan ha kommit närmare varandra i syfte men längre ifrån varandra i öppenhet för informanterna att uttrycka sig tack vare intervjuarens sätt att styra intervjun.

Att använda sig av bekvämlighets- och snöbollsurval kan skadat studiens tillförlitlighet och anseende. Förvisso var fyra av fem utbildade på Göteborgs Universitet och det går ändå att avläsa ur informanternas svar att de tycks vara påverkade av såväl den egna arbetsplatsen (skolan) som det egna tänkandet. Att använda sig av bekvämlighets- och snöbollsurval kan ha haft inflytande på vilka frågor jag ställde till informanterna. De informanter som föll under bekvämlighetsval är informanter som jag känner sedan tidigare och har skapat en relation till. Det kan ha gjort författaren mer bekväm att ställa frågor till och mer bekväm i situationen som intervjuare. Det kan ha gjort intervjusituationerna ojämna gentemot de informanter som kom till via ett snöbollsurval och gör att det kan uppfattas som en begränsning av studiens syfte (Kvale & Brinkmann, 2009).

Att låta intervjuerna ske genom Skype var också en förutsättning för att få ihop dessa intervjuer då bara en av informanterna arbetar inom den kommun som författaren till denna studie bor i. Det hade inte varit hållbart varken ekonomiskt eller tidsmässigt att utföra det på annat sätt. Det gav en likvärdig situation för samtliga. Positivt var också att de själva fick välja vilken tid som passade dem att bli intervjuade, för att undvika yttre påverkan som till exempel stress eller andra moment som kan påverka informanten. Det fick också konsekvensen att intervjuer fick ske på kvällstid för att kunna utföras, vilket fungerade bra för båda parter.

Analysen av resultatet var en utmanande process. Att sammanställa det material som var transkriberat ner till något som skulle höra ihop eller visa på något krävde både tid och tanke. Denna process handlar om tolkningar av det som informanterna sagt, som i sin tur sedan skulle sorteras in i författarens tolkningar av tidigare forskning och egna erfarenheter (Dalen, 2015). Studien har i analysen av svaren från informanterna främst valt att utgå från de punkter som Quennerstedt (2010) lyft, samt att utgå från den övriga bakgrunden kring begreppen

salutogent respektive patogent perspektiv. Därefter har tolkningar gjorts utifrån det som informanterna berättat kring sina tankar och idéer kring dels sin egen undervisning, dels kring hur de tolkat och kommer att arbeta med de utökade antal undervisningstimmar som kommer till hösten. Det finns en risk för att det längs vägen uppstått missuppfattningar som gör att den bakgrund eller de resultaten som ovan presenterats inte stämmer överens med vad forskarna eller informanterna menat. Det går därmed inte att utesluta att resultat och resultatdiskussion innehåller misstolkningar.

I resultatet har det tydligt klargjort vilken informant som står för vilket citat. Citaten har återgivits ordagrant och sammanhängande utifrån transkriptionen i ett så kallat blockcitat, vilket är ett av sätt som studier kan presentera sitt resultat enligt Dalen (2015). De citat som presenteras är också tänkt att fånga upp det väsentliga i det som informanterna talar om. Flera gånger har det dock blivit fler än ett citat för att påvisa något då informanterna skilt sig en del i det de talat om och det ansågs vara av vikt att belysa fler röster. Vid några fall har även ett citat tjänat som exempel för många (Dalen, 2015). Övervägande har gjorts för att upplägget skall bli tydligt för läsaren hur studien arbetat och tolkat resultatet. Resultatdelen har presenterats enligt den tematiska metoden, där huvudområdena för analysen har använts som rubriker och där citat kopplat till de olika huvudområdena samlats under respektive rubrik (Dalen, 2015).

5.2 Resultatdiskussion

5.2.1 Lärarnas syn på sitt uppdrag

När Lärare E talar om att lära eleverna allt den kan och fått uppleva inom ämnet Idrott och hälsa så. Sett till perspektiven så handlar det här om att en lärare skall lära en elev något som läraren vill förmedla vidare till eleven, ett patogent synsätt. I det salutogena perspektivet önskas att det är eleven själv som undersöker och ser till sin hälsa. Läraren finns där och gör det möjligt för eleven (Quennerstedt, 2019). Det kan vara värt att veta som lärare att en inte behöver kunna allt, det kan minska stressen och arbetsbördan. Som lärare kan du kunna mycket om mycket, men någon expert måste du inte vara. Eleverna själv skall själva utforska, undersöka och skapa kunskaper (Larsson, 2016; Skolverket, 2018a). Vidare talar Lärare E om datorspelet som det stora problemet, och att syftet är att få eleverna att förstå att fysisk aktivitet är väldigt betydelsefullt för att de ska erhålla en bättre hälsa. Detta kan synas problematiskt, dels för att läraren bestämmer riktning åt eleven (eleven skall själv vara upptäcktssökande), dels för att det är en bild vi lätt har som lärare (och samhället också) att veta vad som är den bästa hälsan. Det kan upplevas som om läraren satt på sanningen, och det är nog många i samhället som tycker sig sitta på den, men varje individ skall få möjlighet att söka sin egen väg till hälsa enligt det salutogena perspektivet (Quennerstedt, 2010). Det kan vara bättre i ett sådant fall att försöka bygga en bro mellan dator och ämnet, för att få eleverna mer motiverade enligt Larsson (2016).

Lärarna försöker också arbeta demokratiskt mot eleverna, genom att låta dem få inflytande över sitt lärande bland annat via möjlighet att påverka lektionsinnehållet, vilket Bailey et al. (2009) och Quennerstedt (2010) förordar. Även om Lärare B och C inte har givit särskilt mycket inflytande åt eleverna denna termin så är det något som de talar i positiva ordalag om och som de önskar införa mer av. De andra lärarna tycks visa på ett bra sätt hur de kan inkludera elever i sitt eget lärande genom att de får vara med och tycka till om sin undervisning och dess innehåll. Lärare E trycker på att förståelsen för att det är olika individer med olika livsuppfattningar som befinner sig i klassrummet samtidigt och att det gäller att arbeta därefter. Hen pekar på att det är viktigt att eleverna får med sig att ämnet innefattar så

mycket mer än bara idrott. Det är också viktigt att komma ihåg att Quennerstedt (2007, 2010, 2019) inte vill syfta till att det salutogena perspektivet skall vara det enda, utan det skall ses som ett komplement till det patogena synsättet. Sammanfattningsvis går det att utlösa att lärarna arbetar för att få varje elev att känna sig sedd och hörd men att omständigheter gör att det inte alltid är möjligt. Att ämnets syfte är att tillföra något mer än bara rörelse och träning under lektionen är något studien visar att lärarna är överens om. Lektionerna skall innehålla syfte och mål och ge möjligheter till förståelse och fördjupning i olika delar snarare än att bara komma dit och *göra*, som informanterna uttrycker sig. Att *göra*, är just det att bara utföra något, i avsikt att aktivera sig men inte att behöva inhämta så mycket kunskap. Att lärarna i studien ser på ämnet på det här viset visar att nya lärare avser att göra mer än bara kasta in en boll till eleverna. Informanterna är eniga om vad kursplanen vill och vad de själva vill som lärare och att arbetet sker med en planering och tanke bakom undervisningen (Thedin Jakobsson, 2015). Dessutom arbetar de på olika sätt när det handlar om att ifrågasätta sin undervisning, i utvecklingsyfte, och vill bland annat utveckla undervisningen genom elevpåverkan på ämnets innehåll. Ofta i samband med det tydliggörs mål och syfte med hela kursen. Det ger eleverna möjlighet att fördjupa sig, fundera och ta ställning över sitt lärande vilket (Bailey et al. 2009; Quennerstedt, 2010) förordar.

Lärare D har noterat att den motoriska förmågan hos högstadiel elever blivit sämre under sin tid i yrket. Detta är något som går ihop med att allt fler elever inte utför någon fysisk aktivitet fritiden (Cassel & Carlander, 2019). Lektioner i Idrott och hälsa i Sverige generellt (Skolinspektionen, 2018) innefattar därmed aktiviteter som gynnar allt färre. Något som låter som skapar en mer jämlik undervisningen men inte är en bra undervisning. Bollsporter är det som fortsatt är mest på schemat men inte alltid är kompatibelt med styrdokumentet, särskilt inte som de används idag enligt Skolinspektionen (2018). Rekommendationen är tydliga i att inte bruka de utökade undervisningstimmar till bollsporter och uppfattningen efter intervjuerna, och Skolinspektionens resultat 2019 sett till tidigare forskning från Skolverket (2004), är att det är något som är på väg att bli bättre. Som Lärare A säger så pratas det numera mycket på lärarutbildningen om lektionsinnehåll och att bollspel inte skall ha den plats det haft förut. Det kan vara en av orsakerna till att det blivit bättre, att fler nya lärare kommer in och sätter sin prägel på undervisningen och eleverna. Med det i ryggen blir det intressant att se hur de tolkar utökningen av undervisningstimmar.

5.2.2 Lärarnas syn på utökningen av undervisningstimmar

Gentemot utökningen av timmar går det att utläsa att lärarnas tankar sprider sig lite. Skolverket (2018b) menar att utökningen av ämnet Idrott och hälsa skall syfta till en fördjupning och breddning av elevernas kunskapar. Det är så informanterna önskar att arbeta med sina elever men det är inte riktigt den bilden som de fått av utökningens syfte. Det kommer fram i intervjuerna att många tror att de nya timmarna ska användas till pulshöjande aktiviteter, att det har att göra med att eleverna inte rör sig tillräckligt under dagen så att Idrott och hälsa skall innehålla och bidra till mer rörelse för eleverna.

Det finns två bidragande orsaker till detta missförstånd enligt författaren. Den ena är att det blir förvirrande med rekommendationen från Skolverket (2018b) att förlägga undervisningen på fler dagar, snarare än längre lektionstimmar om så är möjligt. Det är ju för att det ska främja att elever rör sig under flera dagar som Skolverket (2018b) ger den rekommendationen. Dock så är syftet med utökningen inte att eleverna skall röra sig mer på Idrott och hälsa-lektionerna. Det andra är, som tidigare nämnts att det står under en rubrik som förvirrar läsaren, *Redovisning av uppdrag om mer rörelse i skolan*. Det behandlas i ett uppdrag som har fler botten än bara att utöka undervisningstimmar för Idrott och hälsa-

undervisningen. Det gör att det lätt uppstår missförstånd menar studiens författare. Det tillsammans med rekommendationen att ha undervisningen över fler dagar i veckan gör det än mer förvirrande för lärarna. Men om hela rapporten (2018b) läses genom så är det rimligt att anta att de skulle göra en helt annan tolkning. En tolkning skulle kunna vara att lärarna av någon anledning inte har satt sig in i vad förändringen innebär. Utökningen av undervisningstimmar kommer till för att elever rör sig för lite, det är sant, men den är inte till för att elever nödvändigtvis skall röra sig mer i skolan, utanför att de skall röra sig mer på fritiden. Den kommer till för att Idrott och hälsa skall ge en större möjlighet till fördjupning och breddning. Det kommer till för att ge en ökad måluppfyllnad. Skolverket (2018b) talar också om att eleverna skall röra sig mer på fritiden men inte nödvändigtvis i skolan, att det ska bidra till det hälsofrämjande arbetet. Ett uppdrag som Quennerstedt (2007) pratat om att lärare i Idrott och hälsa kanske inte är ämnade för. Att det inte bidrar till mer rörelse under skoltid talar ju också Lärare C om att det fanns risk för. Det blir förvirrande när Skolverket (2018b) rekommenderar skolorna att lägga ut utökningstimmar på fler dagar för att elever ska röra sig oftare men samtidigt själva menar att ämnet inte är till för att elever ska röra sig mer i skolan. De lyfter reflektionsmöjligheter för eleverna ledda av lärare och friluftsliv som det som saknas mest i undervisningen, vilket inte talar för jättemycket ökad aktivitet.

Som lärare arbetar informanterna utifrån målet att försöka nå alla individer och få dem intresserade. Men det talas också om Idrott och hälsa som något mer än bara aktivitet. När informanterna diskuterar vill de gärna lyfta att det är annat som är Idrott än bara rörelse, och framför allt annat som är viktigt. Resonemangen landar i att uppdraget mår bra av mera tid och att det vi idag gör skall breddas och fördjupas, vilket Skolverket (2018b) nämner. Informanterna menar att den teoretiska delen med reflektion och dialog med eleven som arbetssätt för att eleven skall utvecklas, vilket är en av de punkterna Skolverket (2018b) betonar. Samtidigt skall det vara ett ämne för alla, utifrån sina olika förutsättningar, även om det är lite svårt och oklart hur Skolverket (2018b) menar att lärarna skall arbeta för att få med sig alla eleverna inkludera alla.

5.2.3 Identifierade problem

Även om lärarna är mycket positiva till utökningen av undervisningstimmar så har studien lyckats identifiera några orosmoln. Här lyfts problem med utökningen som studien menar kommer gå ut över undervisningen. Lärarna talar om att utökningen väntas bidra till lokalmässiga bekymmer vilket studiens författare menar får konsekvenser för kvalitén på undervisningen. Studien menar också att det finns en problematik med rekommendationerna från Skolverket då de ser ut att bidra till svårigheter att jobba ur ett salutogent perspektiv i undervisningen.

5.2.3.1 Oklart eller ej påläst?

Det kan finnas en problematik i två olika avseenden som skulle kunna leda till att vi får en undervisning som inte leder mot Skolverkets rekommendationer. Något som studiens författare uppfattat från lärarna och som även antytts i bakgrunden, är att det inte är helt klart vad allt innebär som Skolverket (2018b) har presenterat. Men intervjuerna tyder också på att lärare och rektorer ännu inte, trots att de verkar vara inne i planeringsfasen inför hösten, läst Skolverkets text så noga. Utifrån lärarnas utsagor är det tydligt att det råder en oklarhet kring hur de skall jobba till hösten i och med denna utökning. Lärarnas arbetssätt låter i mångt och mycket som ett arbete ur ett salutogent perspektiv, men tankarna kring utökningen är fyllda med patogena idéer. Det som också uppstår i intervjuerna är argument om att det skulle vara lite oklart från Skolverket (2018b) vad de egentligen menar att utökningen syftar till och vad

den skall leda till. Det som också går att skönja är att varken lärare eller rektorer är tillräckligt pålästa trots att det faktum att det är planeringstider. Att informanterna skall läsa på bättre är av vikt inför hösten, oavsett vilket upplägg huvudmannen väljer att användas sig av. Annars är det troligt att även innehållet (lektionsinnehållet och det eleverna skall lära sig och utveckla) och inte bara formen av utökningen (timmar per vecka samt fördelningen av undervisningstillfällen i veckan) riskerar att bli fel och inte enligt rekommendationerna från Skolverket (2018b). Detta kan bidra till ett ännu mer klivet ämne (Annerstedt, 2007). Idrottsskolan (Lärare C) har förvisso redan uppfyllt kravet med undervisningstimmar sedan tidigare, men uppfyller de syftet och rekommendationerna med utökningen? Kommer de andra informanternas skolor arbeta utifrån de syften och rekommendationer? Alla informanterna är relativt nya lärare och utbildade i den senaste kursplanen, vilket äldre lärare och rektorer (kanske) inte är på samma sätt. Med detta sagt hade det varit intressant att se ett större ansvar hos de nya lärarna att vilja diskutera och få tillfälle att tycka till mer i planeringen.

5.2.3.2 De redan inaktiva

Det är bara en av lärarna som explicit nämner att det är viktigt att i samband med utökningen se till de elever som redan nu inte deltar på lektionerna. Andra lärarna är inne på att de extra timmarna ger mer tid att möta alla elever och ger möjlighet att utveckla och fördjupa elevernas kunskaper. Informanterna verkar jobba hårt för att anpassa innehållet på lektionerna, vilket Webster et al. (2015) menar att lärare skall få med sig från sin utbildning. Det vill säga att läraren varierar och har ett innehåll som bygger på annat än rent bollspel, att det finns en tanke med undervisningen. Vilket både Skolinspektionen (2018) samt Skolverket (2018b) menar är viktigt och bra. Det är viktigt att lärare inser att de måste vara tydliga med hur de lägger upp sin undervisning och sitt undervisningsinnehåll samt att lektionen avslutas med reflektion och återkoppling (Skolinspektionen, 2018; Skolverket, 2018b). Vilket också Jacobsson (2016) och Quennerstedt (2019) lyfter då det visar sig också att lärare som strävar efter att arbeta så också når goda resultat. Resultaten för denna studien visar de informanter som deltagit strävar efter att arbeta så. Sedan är det inte alltid läraren når dit, men där finns ambition och tanke.

Lärare A är dock rak när hen menar att ”dom kommer att sitta ändå, det är jag säker på”. Här går det att utläsa uppgivenhet hos läraren, men det är viktigt att poängtera att det är delvis för att kunna utveckla lektionsinnehållet och möta alla elever som ämnet givits mer tid. Speciellt för att kunna nå de elever som inte är deltagande (Skolverket, 2018b). Hänvisningen till kommande text från Skolverket (2019) för ytterligare vägledning hur lärare skall jobba med de som inte deltar ger inget, vilket känns väldigt olyckligt när de gör en sådan markant utökning av ämnet. Dock ska sägas att genom att hålla elever aktiva med teorimaterial, som Lärare A gör, ger lärarna eleverna en möjlighet att ta eget ansvar för sin utveckling inom ämnet och att kunna utvecklas trots att de ej kan medverka fysiskt. Det får ändå ses som positivt att de inkluderas i undervisningen (Skolinspektionen, 2018) och det kan också ses som en del i utvecklingen för deras (ökade) deltagande (Bailey et al. 2009). Det blir svårt för lärare och huvudmän att veta vad som skall göras och hur det skall utföras, dessutom nu när konkurrensen är större om elevernas intresse (Thedin Jakobsson, 2015). Det gör att förutsättningarna från början är dåliga med införandet, och lägg därtill problematiken med undervisningsmiljöer (Larsson, 2016; Skolinspektionen, 2018; Skolverket, 2018b).

5.2.3.3 Längre lektioner>Fler lektioner

Lärarna i studien ser alla ut att ha sin planering sprungen ur det salutogena perspektivet. Det gör att när Skolverket (2018b) lägger in en rekommendation om att lektionerna i Idrott och hälsa skall lägga ut på fler tillfällen istället för längre lektioner låter det som att det kommer att få bakslag. Lärarna föredrar längre lektioner för att få en fördjupad inläring hos eleverna. Som Lärare C antyder skulle ändå inte utökningen innebära mer fysisk aktivitet. Varje lektion innefattar förvisso 24% av fysisk aktivitet på minst måttlig nivå (Fröberg et al., 2016), och om en lektion är 60 minuter så innebär det dryga 15 minuter av de 60 minuterna som är den dagliga rekommendationen från WHO (2010).

Inte nog med att Skolverkets (2018b) rekommendationer om att utökningen skall innebära fler lektioner i ämnet under veckan bidrar till förvirring över utökningens syfte, så tycks det bidra till att det blir svårt för informanterna att få önskad kvalitet på undervisningen. Informanterna önskar arbeta genom att ge eleverna en fördjupad bild av ämnet och att utveckling skall ske individuellt. Ett arbetssätt som Skolverket (2018b) och Skolinspektionen (2019) efterfrågar. Rekommendationerna från Skolverket (2018b) kan dock begränsa undervisningskvaliteten och därmed elevernas inlärnings- och utvecklingsmöjligheter. Dock skall vi komma ihåg att undervisningen inte behöver bli sämre om det blir fler lektioner (istället för längre lektioner) än den lärarna bedriver idag utan snarare tyder studien på att undervisningen genom utökningen av undervisningstimmar kunde blivit bättre med längre lektioner. Målet är att eleverna ska röra sig mer under skoldagen men inte under lektioner i Idrott och hälsa. Målet med utökningen av undervisningstimmar är att öka elevernas möjligheter till lärarledd reflektion och fördjupning, att ge dem en mer kvalitativ undervisning i friluftsliv (som inte innefattar orientering) samt att arbeta med de elever som sitter och därmed inte deltar enligt Skolverket (2005, 2018b, 2019). Därför blir det konstigt att de vill få fler dagar med rörelse för eleverna, när de vet att Idrott och hälsa-undervisningen inte skall bedrivas i det syftet och forskning visar att de inte rör sig så mycket under en lektion (Fröberg et al., 2016).

5.2.3.4 Svårigheter med undervisningsmiljöer

Det är lätt att uppleva en oro när lärarna talar kring denna utökning som skall ske. Förutom att informanterna inte upplevs att ha läst på så noga kring de rekommendationer och uppmaningar som står att finna från Skolverket (2018b) så delar de ändå en del av de orosmoln som Skolverket (2018b) lyfter fram. Ett av orosmolnen är undervisningsmiljöer, eller snarare bristen på undervisningsmiljöer. Med undervisningsmiljöer åsyftas såväl idrottshallar (i alla dess former och storlekar), som klassrum samt utemiljöer. Från lärarnas håll lyfts samtliga som problematiska med utökningen. Att det redan nu, innan utökningen av undervisningstimmar införts, finns dåligt med utrymmen att bedriva undervisningsverksamhet i förvånar kanske ingen men bekräftas av informanterna. Att det sedan ska gå att få in ännu mer undervisning inomhus, såväl fysisk som teoretisk, ser lärarna som utmanande. Dessutom lyfts problematiken upp, och som också bekräftas av Larsson (2016), om undervisning utomhus som både svår och utmanande för läraren att planera eller att bedriva. Det vittnas även om att eleverna inte alltid har rätt utrustning och/eller inställning till att vara ute, särskilt under vissa årstider. Vad som dessutom också tas upp var att det kan bli en ekonomisk fråga, särskilt för friskolor, att få tag i och hyra lokaler att bedriva den utökade undervisningen i. Allt detta går ut över elevernas möjligheter att skaffa sig kunskaper och få en god undervisning. Det går även att anta att det kan bli en påfrestande arbetssituationen för lärare med många byten av lokaler, bokning av lokaler, svårigheter att planera när elevantalet skiftar samt långa arbetsdagar för lärare (och elever). Dessutom torde det bli svårt att bedriva en verksamhet som har ett gemensamt mål (Thedin Jakobsson, 2005, Annerstedt, 2007) om

förutsättningarna är så olika när det kommer till hallar, klassrum och andra miljöer att bedriva verksamheten i (Larsson, 2016).

6 Slutsatser och implikationer

Lärarna ser på sin roll och ämnet som ett viktigt ämne där mer än bara rörelse skall ske under lektionstimmarna. Önskvärt även från lärarnas sida är att de utökade undervisningstimmarna mer går till fördjupning än rörelse. Dock kan utökningen innebära problem för elevernas undervisningssituation. Dels att bristen på lokaler kan göra att kvalitén på lektionerna ojämn, dels för att kvalitén på lektionerna verkas gynnas av att bli längre istället för fler, dels för att det inte tydliggjorts tillräckligt hur lärarna skall arbeta för att få alla att delta och ta del av utökningen av undervisningstimmar. Lägg därtill att lärare och huvudmän inte i tid sätter sig in vad utökningen ska bidra till, vilket kan leda till att utökningen inte får önskad effekt.

Önskvärt för att nå djupare med studien hade varit om samtliga informanter hade haft mer kunskap vad beträffar den utökning som väntas gälla. Det var en del frågetecken från informanternas sida. Dock kan det ge en bild av att det är såhär det ser ut i verkligheten, att inte alla lärare tar del av de utskick som Skolverket gör mellan kursplanerna. Det säger kanske något om hur lärare arbetar och hur deras situation ser ut.

Studien ger en liten möjlighet till implikationer. Vi ser att lärare och huvudmän kan bli bättre på att ta till sig de uppgifter som Skolverket lämnar ifrån sig samtidigt som studien visar på att Skolverket själva skulle kunna bli tydligare med den information de vill lämna ut till de lärare som skall utföra uppgifterna. Detta skulle gynna lärarnas arbetssituation, elevernas möjlighet till att lära och den likvärdiga skolan i Sverige. Studien ger också en bild av att miljön där Idrott och hälsa skall undervisas i, på många ställen i Sverige inte prioriterats. Det bör ske ett lyft av undervisningsmiljön i ämnet snarast.

Framtida forskning bör särskilt titta på om det ger en ökad måluppfyllnad som Skolverket avser med denna utökning. Forskningen bör också titta på hur lärare väljer att arbeta. Följde de riktlinjerna, varför/varför inte och vad gav det för olika effekter i undervisningen? Det som forskning bör slutligen titta på är vilka som gynnades av denna utökningen och hur gick det för dem som bara sitter?

7 Referenslista

- Annerstedt, C. (1991). *Idrottslärarna och idrottsämnet: utveckling, mål, kompetens – ett didaktiskt perspektiv*. Göteborg: Institutionen för pedagogik, Göteborgs universitet.
- Annerstedt, C. (2007). *Att (lära sig) vara lärare i Idrott och hälsa*. Göteborg: Multicare.
- Antonovsky, A. (1996). The Salutogenic Model as a Theory to Guide Health Promotion. *Health Promotion International*, 11(1), 11–18.
- Cassel, S & Carlander, A. (2019). *Pep-rapporten 2018*. (SOM-rapport nr 2019:01). Göteborg: Göteborg Universitet.
- Dalen, M. (2015). *Intervju som metod. 2:a upplagan*. Malmö: Gleerups.
- Esaiasson, P., Gilljam, M., Oscarsson, H. & Wängnerud, L. (2012). *Metodpraktikan - konsten att studera samhälle, individ och marknad. 4:e upplagan*. Stockholm: Nordstedts Juridik.
- Fröberg, A., Raustorp, A., Pagels, P., Larsson, C., & Boldemann, C. (2016). Levels of physical activity during physical education lessons in Sweden. *Acta Paediatrica*, 106(1), 135-141. doi: 10.1111/apa.13551
- Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling, FYSS. (2017). *FYSS 2017*. (3. uppl.) Stockholm: Läkartidningen Förlag.
- Graneheim, U. H. & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Educ Today*, 24(2): 105-12. doi: 10.1016/j.nedt.2003.10.001
- Hills, A. P., Dengel, D. R., & Lubans, D. R. (2014). Supporting Public Health Priorities: Recommendations for Physical Education and Physical Activity Promotion in Schools. *ScienceDirect*, 57(4), 368–374. doi: 10.1016/j.pcad.2014.09.010
- Jacobson, A. (2016). Träffar vi alltid rätt? Elevers lärande i idrott och hälsa. I Larsson, H., Lundvall, S., Meckbach, J., Peterson, T & Quennerstedt, M. (red). *Hur är det i praktiken? Lärare utforskar ämnet idrott och hälsa*. (s. 17–27). Stockholm: TMG Taberg.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Larsson, H. (2016). *Idrott och hälsa - i går, i dag och i morgon*. Stockholm: Liber.
- Myndigheten för skolutveckling. (2005). *Fysisk aktivitet för bättre kunskapsutveckling: slutrapport 2005-09-01*. Stockholm: Myndigheten för skolutveckling.
- Nilsson, J. (2012). Att bli sin egen intresserade tränare – träningslära i idrott och hälsa. I Larsson, H & Meckbach, J. (red), *Idrottsdidaktiska utmaningar*. (s. 193-203). Stockholm: Liber.

- Nyberg, C. (2017). *Få unga rör sig tillräckligt*. Stockholm: Karolinska Institutet.
- Quennerstedt, M. (2007). Hälsa eller inte hälsa – är det frågan? I *Utbildning & Demokrati*, 16(2), 37-56.
- Quennerstedt, M. (2010). Warning: Physical Education can Seriously Harm Your Health’— it all Depends on Your Health Perspective. I S. Brown, *Issues and Controversies in Physical Education: Policy, Power and Pedagogy*. (s.46–56). Auckland, NZ: Pearson Education.
- Quennerstedt, M. (2019). Healthying physical education - on the possibility of learning health. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 24(1), 1-15.
doi:10.1080/17408989.2018.1539705
- Sallis, J. F., McKenzie, T. L., Beets, M. W., Beighle, A., Erwin, H., & Lee, S. (2012). Physical Education’s Role in Public Health: Steps Forward and Backward Over 20 Years and HOPE for the Future. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 83(2), 125-135. doi: 10.1080/02701367.2012.10599842
- Skolinspektionen. (2019). *Kvalitetsgranskning Idrott och hälsa 2018*. Dnr: 400-2017:3948
- Skolverket. (2004). *Nationella utvärderingen av grundskolan 2003*. Huvudrapport – bild, hem- och konsumentkunskap, idrott och hälsa, musik och slöjd. Stockholm: Fritzes.
- Skolverket. (2018a). *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet – Reviderad 2018*. Tillgänglig:
- Skolverket. (2018b). *Redovisning av uppdrag om mer rörelse i skolan, fördelning av timmar i idrott och hälsa i grundskolan*. Dnr: U2018/1430/S
- Skolverket. (2019). *Redovisning av uppdrag om mer rörelse i skolan*. Dnr: U2018/01430/S, U2018/02965/S
- Världshälsoorganisationen, WHO. (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. Schweiz: World Health Organization.
- Vetenskapsrådet (2009). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

8 Bilagor

8.1 Bilaga 1 – Intervjuguide

Bakgrundsfrågor

- Kön
- Ålder
- Är verksam som lärare
- Är verksam som lärare i ämnet Idrott och hälsa
- Är slutförd utbildning
- Årskurser som undervisas (6-9, 7-9 eller endast 7, 8 eller 9 etc.)?
- Antal lärare som undervisar i ämnet Idrott och hälsa på skolan?
- Hur många minuter undervisning i ämnet Idrott och hälsa har årskurserna idag?
 - Minuter fördelade på antal lektioner?
- Har eleverna inflytande på innehållet i ämnet Idrott och hälsa och i sådant fall, på vilket sätt?

Övergripande uppfattning kring ämnet Idrott och hälsa

- Vad anser du vara syftet med ämnet Idrott och hälsa? Vad anser du att ämnet Idrott och hälsa ska leda till/bidra med?
- Vad anser du vara dina främsta uppdrag som lärare i ämnet Idrott och hälsa?

Utökad antal undervisningstimmar i ämnet Idrott och hälsa

- Har du tagit del av Skolverkets utlåtande gällande utökad antal undervisningstimmar i ämnet Idrott och hälsa?
- Enligt din uppfattning, vad är syftet med att utöka antalet undervisningstimmar i ämnet Idrott och hälsa? Vad ska fler antal undervisningstimmar i ämnet Idrott och hälsa leda till/bidra med?
 -
- Vilka möjligheter och utmaningar anser du finnas i relation till utökad antal undervisningstimmar i ämnet Idrott och hälsa?
 - Lokaler
 - Innehåll
 - Övrigt
 - Hur vill du ha upplägget?
- Kommer du förändra ditt sätt att arbeta i och med utökad antal undervisningstimmar i ämnet Idrott och hälsa?
 - Pratar du i grupp eller enskilt?
 - Mindre teori?
 - Hur arbetar andra lärare på skolan?
 - Diskuteras detta?
 - Fördelar med 3x60 min?
- Vad anser du vara särskilt viktigt att fokusera på under dessa extra undervisningstimmar?
 - Hur ska du/ni på skolan arbeta med detta?
- Skolverket menar att de extra timmarna inte skall användas till föreningsidrotter och nämner bollsporter som ett exempel. Hur tolkar du det?
- Är det något mer som du vill tillägga?

8.2 Bilaga 2 – Exempel på analysfas

Meaning unit	Condensed meaning unit	Sub theme	Theme
När de går ut nian så vill jag att de har en idrottsryggsäck med sig där vi kan hitta olika regler av diverse idrotter, hälso- och friluftslivsaspekter. Jag vill givetvis att de ska förstå att allting inte handlar om idrott, utan deras livsstil och hälsa	Eleverna skall få en förståelse att allt inte handlar om idrott.	Utökad förståelse om uppdraget	Salutogent synsätt på sitt uppdrag
Eleverna är olika, jag har i en klass 20 olika individer som inte har samma mål och uppfattning. Om jag kan nå varje elev och utgå från hans livssituation och den kan lära om hälsa och allsidiga kroppsliga förmåga, då är jag nöjd.	Eleverna tar in kunskap baserat utifrån sig själva.	Arbeta efter individernas förutsättningar och inkludera alla.	
Vissa saker kanske passar en grupp och vissa saker kanske passar en annan grupp. Man behöver känna av sin grupp för att på så sätt anpassa innehållet och kan man anpassa innehållet så att, för givetvis så ska man lära sig nånting i det. Men jag tror att man lär sig mer om man tycker att det är roligt eller om läraren kan variera sina sätt att lära ut och jag hoppas att alla lärare på nåt sätt ändå försöker anpassa så att så att det blir ja men roligt kanske är fel ord då, Intressant, ja men om jag uttrycker mig så då.	Anpassa innehållet och göra det intressant för alla elever genom varierad undervisning.		
Men just mycket att många och fler får möjlighet få delta på sina villkor, har man inte kläder med sig så kan man vara med så mycket man kan ändå. Och att man sätter en nivå som inte är, nu ska vi inte, man sätter en nivå som inte är elitidrott eller att man skall ut och köra föreningsidrott, man sätter en nivå att nu är det skolidrott och vi skall lära oss saker och det kan man göra på flera olika sätt under en hel lektion. På så sätt försöker jag inkludera alla.	Nivåanpassa och individ anpassa lektionerna för att få med alla.		
De fick de välja aktiviteter eller moment som vi skulle ha under läsåret. Det var allt från redskapsgymnastik till parkour och basket. Jag tar med mig deras önskemål och sammanställer varje klass önskeaktiviteter.			
De har inflytande på så sätt att när jag började så pratade jag om vad kursplanen säger och det centrala innehållet säger att man ska göra, så delar jag upp det i tre stycken delar. Så som det är uppdelat i kunskapskraven med friluftsliv och utevistelse och rörelseförmåga och ja vad den sista delen är, det kommer jag inte ihåg på rak arm, men det är tre olika delar så gick jag igenom dem och så tog jag sen in förslag på aktiviteter och vilken del av de här som dem helst vill göra. Jag kallar dem A, B & C så sa jag vilken del vill man helst göra. Så skriver man på papper och ger man till mig och så kommer jag rikta innehållet i ämnet åt det hållet som klassen helst vill eller det som man mest vill ha.	Eleverna fick vara med och önska innehållet	Demokratisk undervisning	