

“Inkludering i skolämnet Idrott och hälsa”

En forskningsöversikt om inkludering av elever med funktionsnedsättning i ämnet Idrott & hälsa.



*Johansson Tobias, Rancinger Julius
Ämneslärarprogrammet*

Uppsats/Examensarbete: 15 hp
Kurs: L9ID2G
Nivå: Grundnivå
Termin/år: VT 2022
Handledare: Heléne Bergentoft
Examinator: Konstantin Kougioumtzis
Kod: VT22-2940-009-L9ID2G

Nyckelord: Physical education, disabilities, inclusion, special needs, teachers experience

Abstract

Idag finns det över 200 000 barn med någon form av funktionsnedsättning. De flesta lärare kommer någon gång i sin yrkeskarriär undervisa för elever med funktionsnedsättning. Detta bidrar till större belastning hos lärare eftersom elever med funktionsnedsättning ska inkluderas i den ordinarie undervisningen. Denna forskningsöversikt hade som syfte att undersöka hur undervisningen anpassas så elever med funktionsnedsättning inkluderas i Idrott och hälsa. Forskningsöversikten sammanställdes utifrån 8 kvalitativa och kvantitativa studier. Resultatet är uppdelat efter varje frågeställning och resultatet visade att lärare generellt är positiva till inkluderande undervisning men upplever även utmaningar med inkludering på grund av olika faktorer. Kompetens, brist på utbildning om elever med funktionsnedsättning, anpassning i faciliteter, klasstorlek är några faktorer som problematiserar för en inkluderande undervisning. Anpassningar kräver att det finns rätt utrustning, då kan tydliga regler och instruktioner vara anpassningar läraren gör. Slutsatsen är att lärarutbildningen i Idrott och hälsa behöver fokusera mer på hur inkludering av elever med funktionsnedsättning fungerar i undervisningen. Vidare forskning inom området är att undersöka mer inriktat efter varje specifik funktionsnedsättning, men även hur ämnesområdet kan integreras mer i utbildningen.

Förord

De flesta lärare kommer i sin yrkeskarriär undervisa för elever med funktionsnedsättning. Då det är ett relativt nytt forskningsområde ansåg vi det var intressant att utveckla våra kompetenser inom ämnet för att vara bättre förberedda i våra yrkesliv. Att inkludera elever med funktionsnedsättning är en av de utmaningar lärare ställs inför och att lärare upplever saknad kompetens inom området poängterar vikten av att fler behöver fördjupa sina kunskaper i ämnet. Vi vill även tacka vår handledare Helene Bergentoft, som under hela arbetet hjälpt oss med idéer och nya infallsvinklar och bra diskussioner.

Arbetsuppgift	Procent utfört av Julius/Tobias
Planering av studien	50/50
Litteratursökning	50/50
Datainsamling	50/50
Analys	50/50
Skrivande	50/50
Layout	50/50

Innehållsförteckning

1. Inledning.....	1
1.1 Syfte.....	2
1.2 Frågeställningar.....	2
2. Bakgrund.....	3
2.1 Historiskt perspektiv på inkludering av elever med funktionsnedsättning i Idrott och hälsa.....	3
2.2 Centrala begrepp i forskningsöversikten.....	3
2.3 Styrdokument och skollagen om barns rättigheter.....	4
2.4 Tidigare forskning om inkludering i ämnet Idrott och hälsa.....	4
3. Metod.....	6
3.1 Datainsamling.....	6
3.1.1 Inklusions- och exklusionskriterier.....	6
3.2 Databearbetning.....	7
4. Resultat.....	8
4.1 Vilka anpassningar gör lärare i Idrott och hälsa för att inkludera elever med funktionsnedsättning i undervisningen i Idrott och hälsa?.....	8
4.1.1 Anpassningar i olika undervisningsmiljöer.....	8
4.1.2 Hur materialet kan anpassas i Idrott och hälsa.....	8
4.1.3 Anpassningar utifrån lärares förhållningssätt.....	9
4.2 Hur upplever lärare och elever i Idrott och hälsa att anpassningar i undervisningen fungerar i syfte att främja inkludering?.....	9
4.2.1 Upplevda möjligheter med en inkluderande undervisning.....	9
4.2.2 Hur ett undervisningsperspektiv upplevs utifrån elevernas syn på inkludering.....	9
4.3 Vilka faktorer påverkar lärare syn på inkludering av elever med funktionsnedsättning vid undervisning i Idrott och hälsa?.....	10
4.3.1 Faktorer som påverkar en inkluderande undervisning.....	10
4.3.2 Erfarenheter och relationer till människor med funktionsnedsättning.....	11
4.3.3 Lärautbildning och vidareutbildning kopplat till elever med funktionsnedsättning.....	11
5. Diskussion.....	13
5.1 Metoddiskussion.....	13
5.2 Resultatdiskussion.....	15
5.3 Slutsatser och implikationer.....	18
6. Referenser.....	19
7. Bilagor.....	22
Bilaga 1 - Sökhistorik.....	22
Bilaga 2 - Prisma 2009 Flow Diagram.....	23
Bilaga 3 - Bedömningsmall för att mäta studiens kvalitet.....	24
Bilaga 4 - Artikelöversikt.....	28

1. Inledning

Forskning visar att majoriteten av lärare är positiva till att inkludera elever med funktionsnedsättning i den ordinarie undervisningen men få anser sig ha kompetens till att göra det (Rekaa m.fl., 2018). Idrott och hälsa är ett ämne där fysisk aktivitet är en förutsättning för att kunna delta i undervisningen. Att vara fysiskt aktiv påverkar hälsan positivt och kan motverka och förebygga sjukdomar. Enligt Folkhälsomyndighetens (2022) rekommendationer ska barn och unga mellan 6–18 år vara fysiskt aktiva med pulshöjande aktivitet i snitt 60 minuter per dag. För att uppnå detta kan ämnet Idrott och hälsa bidra både till att eleverna är fysiskt aktiva i undervisningen och även ge eleverna kunskap om fördelarna att leva ett aktivt liv. Vanor skapas tidigt och om barn får goda vanor om fysisk aktivitet ger det bättre förutsättningar för att leva ett långt och hälsosamt liv. Att inte bli inkluderad i undervisningen på grund av lärares kompetensbrist är ett allvarligt problem som kan få stora konsekvenser för de elever som drabbas.

I Sverige finns det omkring 200 000 barn mellan 12–18 år med någon form av funktionsnedsättning (Statistikmyndigheten SCB, 2018). Enligt UNICEF Sverige (2021) har barn med funktionsnedsättning sämre tillgång till utbildning än andra barn. Forskare konstaterar att eleverna får en sämre utbildning och att de inte inkluderas i lektionerna på samma sätt som övriga klasskamrater, vilket kan bero på bristande kunskaper och en osäkerhet hos läraren (Rekaa m.fl., 2018). Lärare lyfter ofta upp problem att det saknas tid då vissa lärare anser att det är mer tidskrävande vad gäller lektionsplanering för elever med funktionsnedsättning, vilket i sin tur leder till att övriga elever får en sämre undervisning (Rekaa m.fl., 2018). Detta är en diskriminering mot de utsatta barnen och förekommer över hela världen. År 1989 började FN arbeta fram regler för att människor med funktionsnedsättning skulle bli mer jämlika i samhället (Regeringen, 2008). År 1993 antogs dessa regler från FN i Sverige som innebar att människor med funktionsnedsättning har samma rättigheter och skyldigheter som andra medborgare. I FN:s konvention om barns rättigheter, även kallad barnkonventionen, är en av grundprinciperna att alla barn ska ha samma rättigheter, värde samt att ingen får diskrimineras (UNICEF Sverige, 2021). Detta innebär att synen samhället har på människor med funktionsnedsättning har förändrats på ganska kort sikt.

I ”Läroplanen för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet” (Lgr11, 2019) står det att ingen i skolan ska utsättas för diskriminering på grund av funktionsnedsättning. Det står även om alla människors lika värde och hur det ska gestaltas och förmedlas genom skolan. Det finns ett behov av att ta reda på metoder lärare har för att uppfylla detta. Denna forskningsöversikt kommer ur undervisningsperspektiv studera hur elever med funktionsnedsättning inkluderas i Idrott och hälsa, samt belysa vilka faktorer som påverkar lärare i deras inkluderande arbete. Med hjälp av forskningsöversikten är förhoppningen att kunna bidra till att lärare får en ökad kunskap om inkludering i undervisningen för elever med funktionsnedsättning.

1.1 Syfte

Syftet med forskningsöversikten är att utifrån ett undervisningsperspektiv undersöka forskning om anpassad undervisning för inkludering av elever med funktionsnedsättning i ämnet Idrott och hälsa.

1.2 Frågeställningar

1. Vilka anpassningar gör lärare i Idrott och hälsa för att inkludera elever med funktionsnedsättning i undervisningen?
2. Hur upplever lärare och elever i Idrott och hälsa att anpassningar i undervisningen fungerar i syfte att främja inkludering?
3. Vilka faktorer påverkar lärares syn på inkludering av elever med funktionsnedsättning vid undervisning i Idrott och hälsa?

2. Bakgrund

Författarna kommer i bakgrunden fördjupa sig i det problem som berördes i introduktionen samt ge en kort förklaring i hur det sett ut i ett historiskt perspektiv för människor med funktionsnedsättning. Även förklara och definiera centrala begrepp som inkludering och funktionsnedsättning som är återkommande i forskningsöversikten.

2.1 Historiskt perspektiv på inkludering av elever med funktionsnedsättning i Idrott och hälsa

Det har skett stora förändringar i skolan historiskt sett utifrån synen på elever med funktionsnedsättning. År 1842 skapades folkskolan i Sverige och i takt med detta började allt fler ungdomar i skolan. Detta gjorde att man snabbt såg skillnader på eleverna vilket skapade svårigheter för lärarna i undervisningen. Med hjälp av bland annat läkare plockades de barn som ansågs ha någon funktionsnedsättning bort från klasserna. År 1882 infördes skolplikten men då inkluderades inte barn med funktionsnedsättning utan de blev istället kvar i sina hem utan utbildning (Funktionsrätt Sverige, 2012). Under början av 1900 talet skapade man särklasser samt klasser för de som var svagt begåvade vilket skulle bidra till barnets bästa och att de skulle bli samhällsnyttiga medborgare. Detta är något som det med tiden väcktes kritik mot att barnen skulle bli segregerade från sina kamrater och från samhället (Skolverket, 2015).

År 1993 kom nya regler från FN som gav människor med funktionsnedsättning samma rättigheter och skyldigheter som övriga medborgare i samhället (Regeringen, 2008). 1994 fick grundskolan en ny läroplan där kursplanerna för första gången någonsin var gemensam mellan grundskolan, sameskolan, specialskolan och särskolan. Detta innebar att alla skolor hade samma mål och värdegrund (Funktionsrätt Sverige, 2012). År 2006 ändrade FN rättigheterna för individer med funktionsnedsättning som förtydligade att alla oavsett funktionsnedsättning har samma rättigheter. I Sverige började detta gälla år 2009. Detta var en fortsättning på arbetet som påbörjades av FN 1993 (Regeringen, 2008).

Idag är det tydligt i Läroplanen, Skollagen och Barnkonventionen att alla människor har rätt till utbildning och att ingen ska diskrimineras. Detta har bidragit till att skolorna och dess lärare idag har ett stort ansvar till att inkludera och anpassa undervisningen för elever med funktionsnedsättning då ingen ska diskrimineras på grund av funktionsnedsättning (Lgr11, 2019).

2.2 Centrala begrepp i forskningsöversikten

Funktionsnedsättning innebär att en person har en nedsatt fysisk, psykisk eller intellektuell förmåga. Människor kan födas med en skada eller sjukdom vilket medför en funktionsnedsättning. Personen kan även utsättas för en förvärvad funktionsnedsättning (Socialstyrelsen, 2021).

Inkludering innebär en process som syftar till att man ska kunna möta alla elevers behov oavsett elevens tidigare bakgrund och kunskaper. Det är en process som ska öka åtkomsten till ett lärande i skolan och minska en exkludering (UNESCO, 2008). Hultén (2013) menar att begreppet inkludering även innebär att individen ska känna samhörighet med övriga elever och inte exkluderas från grupper och att en inkluderande undervisning bidrar till att människor lär sig att alla är olika. UNESCO (2008) menar att skolan har en central roll gällande inkludering. Undervisningen i skolan måste utformas olika då varje unik elev har olika behov av anpassningar. I Lgr11 (2019) framkommer det att alla som arbetar inom skolan har en skyldighet att stödja de elever som är i behov av extra anpassningar. Även Skollagen (SFS 2010:800) 3 kap. 5 § står det att eleven ska ges stöd i extra anpassningar inom ordinarie undervisning.

2.3 Styrdokument och skollagen om barns rättigheter

Skollagen (SFS 2010:800) 1 kap. 4 § påvisar att skolan ska främja utveckling för alla barn och elever och även ge individerna kunskap och respekt för de mänskliga rättigheterna. Skolan har också ett ansvar att se till varje individs bästa och se till dennes specifika behov.

Enligt Skollagen (SFS 2010:800) 1 kap. 5 § har lärare och övrig personal inom utbildning en skyldighet att främja de mänskliga rättigheterna och arbeta för att kränkande behandling inte förekommer. Angående elever med funktionsnedsättning redogörs det tydligt i (SFS 2010:800) 3 kap. 2 § att om dessa individer har svårt att uppnå målen för utbildningen ska det ges stöd som i så stor utsträckning som möjligt motverkar de konsekvenser som funktionsnedsättning kan ge. Detta styrks i Lgr11 (2019) att lärare ska vara uppmärksamma och ge ett extra stöd till elever som har svårigheter eller är i behov av extra anpassningar. Vidare står det i Läroplanen att ingen ska diskrimineras på grund av sin funktionsnedsättning (Lgr11, 2019).

Enligt Barnkonventionen står det att alla barn ska ha samma rättigheter, att alla är lika mycket värda, att ingen ska diskrimineras och att i alla beslut som fattas ska barnets bästa vara i centrum (UNICEF Sverige, 2021). Detta går i linje med det som både Skollagen och Läroplanen lyfter. Barnkonventionen skriver att barn med funktionsnedsättning har samma rättigheter till ett fullvärdigt liv och att aktivt kunna delta i samhället. De nämner även att alla barn har rätt till likvärdig skolgång vilket inkluderar människor med funktionsnedsättning. Att anpassa undervisningen för att alla har lika möjligheter till att delta ska vara en självklarhet (UNICEF Sverige, 2021).

2.4 Tidigare forskning om inkludering i ämnet Idrott och hälsa

Ovanstående tyder på att det idag finns lagar och regler som visar alla människors lika värde och att alla barn har rätt till en inkluderande utbildning oavsett funktionsnedsättning. Trots de tydliga ramar som finns inom området är det fortfarande ett dilemma för många lärare hur de praktiskt ska arbeta för att nå en inkluderande undervisning (O'Connor & McNabb, 2020). Tidigare forskning visar att flera lärare lyfter extra stödpersonal som en positiv faktor som kan bidra till en mer lyckad inkluderande undervisning för elever med funktionsnedsättning men att det ofta saknas ekonomiska resurser för detta (Braga m.fl. (2018). Block m.fl. (2013) menar att

första mötet mellan lärare och en elev med funktionsnedsättning är viktig för lärares fortsatta arbete mot en inkluderande undervisning. En lyckad inkluderingsituation bidrar till att läraren även fortsättningsvis har en positiv attityd till liknande situationer.

Hutzler m.fl. (2019) visar att nyexaminerade lärare tenderar att visa en mer positiv attityd till att inkludera elever med funktionsnedsättning i ämnet Idrott och hälsa. Den pedagogiska kompetensen lärarutbildningarna idag tillför har blivit bättre än hur det sett ut historiskt. Statistikmyndigheten SCB (2018) visar att det i Sverige finns ungefär 200 000 barn mellan 12–18 år som har någon typ av funktionsnedsättning. Detta innebär att de flesta lärare kommer möta elever med olika funktionsnedsättningar i skolan vilket ställer krav på lärare att anpassa undervisningen för att få en inkluderande miljö där alla kan delta oavsett förutsättningar. Förhoppningsvis kan denna forskningsöversikt ge lärare redskap hur det går att arbeta för att inkludera elever med funktionsnedsättning i ämnet Idrott och hälsa.

3. Metod

3.1 Datainsamling

I forskningsöversikten var SPORTDiscus, ERIC (Educational Resources Information Center) och Education Research Complete databaserna som använts. Databaser valdes för att kunna besvara frågeställningarna. SPORTDiscus är en internationell databas med artiklar som vetenskapliga tidskrifter, avhandlingar, böcker och konferenser. Artiklarna inriktar sig mot sport, idrott, utbildning, medicin och psykologi utifrån olika perspektiv. ERIC är en amerikansk databas där artiklar och böcker är mer inriktad mot pedagogik, samhällsvetenskap och psykologi. Education Research Complete innehar tidskriftartiklar inom pedagogik och undervisning. Efter att databaserna valts ut gjordes pilotsökningar för att komma fram till passande sökord. I ERIC och Education Research Complete kom vi fram till att använda följande sökord; "Physical education", Disab*, Inclusion, "Special needs", Teachers experience. För att specificera sökningen använde vi de booleska operatorerna i alla tre databaser och beslutet landade i att ha AND mellan varje sökord så varje artikel hade de sökorden vi letade efter. Sökprocessen i SPORTDiscus behövde ändras för att få en bättre träff. När vi använde alla ord blev det för få träffar. Genom att plocka bort begreppet "special needs" blev det träffar och artiklar som var mer riktade mot forskningsöversiktens syfte.

Urvalet gjordes utifrån Mohers (2009) flödesschema för att välja ut relevanta artiklar (bilaga 2). Totalt identifierades inledningsvis 169 artiklar och vi läste igenom samtliga. Av dessa 169 artiklar exkluderades 149 med hjälp av våra inklusions- och exklusionskriterier. Det fanns även ett par dubletter av artiklar som var på fler än en databas som vi enbart läste på en av databaserna. Vi läste igenom de 20 valda artiklarna och sammanfattade resultatet. Detta gav en helhetsbild om hur resultatet och resultatdiskussionen kunde skrivas och även eventuella förändringar i frågeställningar och syfte. Efter noggrann granskning om vilka perspektiv artiklarna riktades mot valdes åtta artiklar till vår forskningsöversikt ut som kunde behandla problemområdet.

3.1.1 Inklusions- och exklusionskriterier

Inklusionskriterierna var att artiklarna skulle vara peer reviewed, att artiklarna är från 2010 fram till 2022 och handlar om relation till skolämnet Idrott och hälsa. Vi valde att i början av vår sökning inte exkludera några länder utan använda oss av forskning från hela världen. Anledningen till detta är att även i västerländska länder är läroplanerna olika. Vi ansåg att det finns en positiv aspekt i att inkludera länder som inte har liknande kultur som Sverige och se hur inkludering i Idrott och hälsa fungerar där. Detta var inget som reviderades senare i arbetet utan vi lät alla länder vara kvar. Vi valde även att inkludera alla språk då vi kunde använda oss av översättningsprogram.

Våra exklusionskriterier var att inte använda artiklar som undersökte elever mellan förskoleklass till årskurs 6. Anledningen till detta var att vi själva utbildar oss från årskurs 7–9 och ville få undervisningsperspektivet utifrån den åldersgruppen. Vi valde att exkludera hur lärare med funktionsnedsättningar arbetar då det inte berör vårt syfte eller frågeställningar. Artiklar som inriktas mot Paralympics och föreningsidrott valdes också bort för att det var undervisning som var centralt och inte specifika idrotter.

3.2 Databearbetning

De åtta artiklarna kvalitetsgranskades utifrån Göteborgs universitets bedömningsmall för att mäta studiers kvalitet (bilaga 3). I kvalitetsgranskningen valde vi att ta bort två frågor som handlar om interventionsstudier. Valet till att ta bort de två frågorna grundades i att inga interventionsstudier är med i forskningsöversikten och därmed är det inte aktuellt att ha med de frågorna som berör det. Alla artiklar höll en hög nivå utifrån bedömningsmallen.

Artiklarnas resultat sammanfattades för att effektivt kunna jämföra artiklarna och se samband eller motsägelser. Vi såg ett samband bland flera artiklar vad gäller lärares perspektiv på inkludering. Artiklarna belyste även elevers perspektiv, vilket gav ett bredare resultat i arbetet. Flera artiklar lyfte upp liknande utmaningar och resultatet i arbetet kunde därmed delas upp i olika teman.

4. Resultat

4.1 Vilka anpassningar gör lärare i Idrott och hälsa för att inkludera elever med funktionsnedsättning i undervisningen i Idrott och hälsa?

4.1.1 Anpassningar i olika undervisningsmiljöer

Resultatet visar att de flesta lärare i Idrott och hälsa någon gång har undervisat klasser där någon eller några elever har en funktionsnedsättning (McGrath m.fl., 2019; Lirgg m.fl., 2017). Detta innebär att lärare ofta behöver anpassa undervisningen för att arbeta inkluderande. Studier visar att lärare anser att en förutsättning för att kunna undervisa elever med funktionsnedsättning är att salen är anpassad (Jerlinder m.fl., 2010). Detta styrker O'Connor och McNabb (2020) i sin studie som visar att $\frac{3}{4}$ av de intervjuade lärarna menar att ändringar och anpassningar i faciliteter behöver göras för att alla elever med funktionsnedsättning ska kunna delta. De elever med fysisk nedsättning ansåg lärare vara mer utmanande att inkludera i utomhusundervisning samt simning (Overton m.fl., 2017). För elever med intellektuell nedsättning är det viktigt att enbart ha framme den utrustning som eleverna ska använda och att allt annat är bortplockat. Detta förenklar och skapar tydlighet för eleverna och läraren får bättre förutsättningar att undervisa.

4.1.2 Hur materialet kan anpassas i Idrott och hälsa

Resultatet belyser vikten av att se till individens behov, samt bygga relationer med eleverna (Overton m.fl., 2017). Vidare visar resultatet att det inte alltid är anpassning av undervisning som är nödvändigt, utan ibland kan aktiviteter fungera utan anpassningar. Ibland behöver anpassningar göras men det kan även bero på klassen i helhet (Overton m.fl., 2017). För elever med synnedsättning är det viktigt att det finns rätt utrustning för att få en bra undervisning. Anpassningar i utrustning är att använda bollar som har ringklockor i sig och är ljusfärgade, vilket kan hjälpa eleverna att inkluderas i undervisningen. När det är parövningar i undervisningen kan det vara bra att använda material som gör att elever med funktionsnedsättning får öva själva men ändå få en liknande övning. Detta gäller även elever som har svårt med handkoordination. Det kan handla om att ha rätt utrustning till rätt övning. Ett exempel är i tennis där elever som har svårigheter kan öva med en tennisboll som har ett gummisnöre kopplat till bollen. Då kommer bollen alltid tillbaka till utövaren och det riskerar inte att en mottagande partner tappar tålamodet ifall hen behöver hämta bollar hela tiden. Vid individuella övningar kan det vara viktigt att eleverna får använda samma utrustning för att få en känsla av att de är inkluderade i undervisningen. Detta kan även gälla i parövningar att låta eleven med funktionsnedsättning eller andra svårigheter att delta på lika villkor när eleven tar initiativ till det (Overton m.fl., 2017). Thoren m.fl. (2020) föreslår att en anpassning i aktiviteter som går ut på att träffa varandra kan vara att byta ut hårdare bollar mot mjuka. Att enbart få

kasta med den ickedominerade armen kan få elever som är rädda att bli träffade att delta och inkluderas.

4.1.3 Anpassningar utifrån lärares förhållningssätt

Resultatet i Overton m.fl. (2017) studie visar en metod för att dämpa ljudvolymen i idrottshallen. Läraren delade upp eleverna i olika grupper och hade olika stationer som bidrog till en dämpad volym i salen. Detta var bra för elever med autism som inte klarade av de höga volymerna. Lärare i studien fick återkommande anpassa sitt språk och instruktioner till den specifika eleven med funktionsnedsättning eftersom det skiljer sig mellan de olika individerna. Thoren m.fl. (2020) visar på att anpassningar behöver göras i tävlingsmoment för elever med autism och ADHD. Då tävlingsmoment kan skapa konflikter mellan elever är det viktigt med tydliga instruktioner om regler och valet av aktivitet (Thoren m.fl., 2020).

För att veta som lärare när det är bra att anpassa undervisningen är en grundläggande faktor att veta varje elevs förmåga och bygga en relation med dem (Overton m.fl., 2017). Att kommunicera, ha en positiv inställning och kroppsspråk och visa intresse för eleverna är några av de faktorer som bidrar till att eleverna visar respekt för varandra men framförallt för elever med funktionsnedsättning. Detta gör att elever med funktionsnedsättning ofta kan vara med i gruppövningar om läraren är selektiv i sin gruppindelning. Det innebär att de elever som är mer toleranta mot inkludering placeras i samma lag som elever med funktionsnedsättning. Detta får elever med funktionsnedsättning att känna sig mer inkluderade (Overton m.fl., 2017).

4.2 Hur upplever lärare och elever i Idrott och hälsa att anpassningar i undervisningen fungerar i syfte att främja inkludering?

4.2.1 Upplevda möjligheter med en inkluderande undervisning

McGrath m.fl. (2019) menar att det är en självklarhet att inkludera elever med funktionsnedsättning men att det är en extra utmaning i ett praktiskt ämne som Idrott och hälsa. Overton m.fl. (2017) hävdar att läraren har en central roll för en lyckad inkluderande undervisning för elever med funktionsnedsättning. Att le, tilltala elevernas namn på ett positivt sätt samt att visa ett personligt intresse för eleven kommer bidra till att elever med funktionsnedsättning känner sig mer inkluderade i undervisningen. Det handlar om att skapa positiva relationer mellan lärare och elev (Overton m.fl., 2017). En lyckad inkluderad undervisning bidrar till att elever utan funktionsnedsättning lär sig att alla individer är olika och att det är normalt. De elever med funktionsnedsättning kommer känna sig mer inkluderade i undervisningen om respekt visas från klasskamrater vilket bidrar till bättre klassrumsklimat (Overton m.fl., 2017).

4.2.2 Hur ett undervisningsperspektiv upplevs utifrån elevernas syn på inkludering

McGrath m.fl. (2019) menar att det är vanligt att elever som har någon form av funktionsnedsättning är nervösa när de kommer in i idrottshallen. Detta beror till stor del på att många elever upplever att de är osäkra inför hur lektionen kommer utformas samt att de kan ha med sig dåliga erfarenheter om hur inkluderingen fungerat med en annan lärare. Elever med autism och ADHD får en känsla av trygghet genom rutiner (Thoren m.fl., 2020). Att organisera hur eleverna ska förbereda sig inför en lektion uppskattas från eleverna. Att exempelvis alltid vänta utanför salen och bli insläppta samtidigt till omklädningsrummen, sedan gå in i idrottshallen tillsammans gör att eleverna har en tydlig struktur på hur varje lektion inleds.

Om instruktionerna till en aktivitet inte är tydliga och några elever inte förstår vad de ska göra, undviker de fråga om mer instruktioner för att inte känna sig pressade från gruppen. Att anpassa aktiviteter på grund av att inkludera elever med funktionsnedsättning kan stigmatiseras, vilket kan riskera att exkludera elever med funktionsnedsättning (Thoren m.fl., 2020).

Vid en avslutad lektion väljer ett par elever att duscha i lärarnas omklädningsrum. Syftet är att eleverna vågar delta i undervisningen när de känner sig trygga i omklädningsrummet och blir inkluderade utifrån det perspektivet. Risken med att inte byta om och duscha med klassen är att de blir exkluderade från klassen. Att ett par elever duschar i lärarnas omklädningsrum skapar irritation hos andra elever. Anledningen är att de upplever att det inte är samma regler för alla. Ingen lärare förklarar varför detta uppstår vilket leder till ytterligare irritation (Thoren m.fl., 2020). Detta styrker även Maher (2018) som menar att separera elever med särskilt stöd från övriga klassen i Idrott och hälsa kan påverka vänskapsrelationer och sociala relationer negativt.

4.3 Vilka faktorer påverkar lärares syn på inkludering av elever med funktionsnedsättning vid undervisning i Idrott och hälsa?

4.3.1 Faktorer som påverkar en inkluderande undervisning

Overton m.fl. (2017) menar att det finns olika miljöaspekter som påverkar hur väl lärare i Idrott och hälsa kan lyckas med en inkluderande undervisning för elever med funktionsnedsättning. Klasstorleken är en bidragande orsak till hur lärare lyckas i sitt inkluderande arbete då större klasser kräver uppmärksamhet av fler elever till skillnad från en mindre klass. Även Lirgg m.fl. (2017) anser att stora klasser påverkar lärares arbete mot en inkluderande undervisning negativt. Är det stora klasser finns också en risk att det inte finns tillräckligt med utrustning för att bedriva en god undervisning. Jerlinder m.fl. (2010) nämner tidsbristen som problematisk i det inkluderande arbetet av elever med funktionsnedsättning. Det tar mer tid att planera lektioner där elever med olika funktionsnedsättningar ingår då det kräver fler anpassningar. Lärare upplever ofta stress när tiden inte räcker till (Jerlinder m.fl., 2010). Overton m.fl. (2017) anser att stödpersonal är en faktor för att skapa bättre förutsättningar att lyckas inkludera eleverna. Fördelarna med att ha tillgång till stödpersonal under lektionerna i Idrott och hälsa är att det ger större möjligheter för ansvarig lärare att kunna se alla elever (McGrath m.fl., 2019).

Lärare anser sig få ta del av informationen om olika elevers funktionsnedsättning och hur man ska tänka som lärare i undervisningen av den specifika eleven (McGrath m.fl., 2019). Dock ser lärare att det sällan är med i den bakgrund de får om eleverna, om hur lärare i ämnet Idrott och hälsa ska inkludera eleverna. Det är mestadels fokus på teoretiska ämnen och inte de praktiska som exempelvis Idrott och hälsa. Lärare anser sig även få stöd av ledningen men att de sällan kan ge specifika lösningar på inkluderingsproblematiken inom Idrott och hälsa (McGrath m.fl., 2019).

4.3.2 Erfarenheter och relationer till människor med funktionsnedsättning

McGrath m.fl. (2019) anser att om lärare har eller tidigare haft en relation till människor med någon funktionsnedsättning visar man oftare upp en positivare attityd till arbetet med inkludering. Det kan vara en nära relation inom bekantskapen, en granne eller någon inom familjen som har en funktionsnedsättning. Jerlinder m.fl. (2010) skriver att om lärare tidigare har erfarenhet av att undervisa elever med funktionsnedsättning har denne en mer positiv attityd och inställning till inkludering. Attityden och positiv uppfattning benämner Coates (2012) i sin studie som viktiga faktorer för att lyckas med en inkluderande undervisning. De lärare som har en negativ inställning kommer inte lyckas implementera en inkludering i Idrott och hälsa.

Overton m.fl. (2017) menar att det även i skolan är viktigt att skapa en relation och lära känna eleven med funktionsnedsättning. Det är något som lärare värderar högt för att kunna anpassa undervisningen och lyckas inkludera eleven i idrottslektioner. McGrath m.fl. (2019) hävdar att de lärare som upplever att de inte haft någon tidigare relation till en person med funktionsnedsättning upplever en bristande erfarenhet. De anser att det känns obehagligt och svårt hur man ska kunna hantera situationen med inkludering.

4.3.3 Lärarutbildning och vidareutbildning kopplat till elever med funktionsnedsättning

McGrath m.fl. (2019) nämner lärares kompetens som en viktig faktor till hur lärare ser på inkludering och menar att ju högre kompetens desto positivare attityd till att inkludera elever med funktionsnedsättning. De nämner också att lärare i Idrott och hälsa anser att de inte får den utbildning som krävs för att lyckas i sitt ämne. Lirgg m.fl. (2017) visar också att bristande kunskap påverkar lärares förmåga till inkluderande undervisning. Lärare i Idrott och hälsa upplever att det ofta handlar om vidareutbildning i allmänhet och inte specifikt riktat mot inkludering i ämnet. O'Connor och McNabb (2020) skriver i sin studie om den bristande ämnesspecifika vidareutbildningen. De menar att det som oftast skolor erbjuder är klassrumsrelaterad vidareutbildning i allmänhet vilket skiljer sig från undervisningen i en idrottshall.

Eftersom Idrott och hälsa är ett praktiskt ämne som inkluderar fysisk ansträngning och rörelse menar McGrath m.fl. (2019) att det krävs en specialiserad vidareutbildning. Lärare i Idrott och hälsa upplever också att deras grundläggande utbildning till dem inte räcker till för att få kunskap om hur man ska inkludera elever med funktionsvariation i Idrott och hälsa (McGrath

m.fl., 2019). Detta styrker även Lirgg m.fl. (2017) som menar att lärare i Idrott och hälsa ofta anser att lärarutbildningen inte ger den kunskap som krävs för att kunna inkludera elever med funktionsnedsättning i ämnet. Coates (2012) hävdar att lärarstudenter borde få göra praktik under utbildning i klasser där det går elever med olika funktionsnedsättningar. Det skulle bidra till en ökad kompetens i en inkluderande undervisning.

McGrath m.fl. (2019) påvisar att av få lärare i studien som fått vidareutbildning specifikt mot Idrott och hälsa och av dessa var det enbart via teoretisk workshop. Detta menade lärare var bristande metod för att utveckla sin kompetens om inkludering. Lärarna önskade att dessa workshops kunde fokusera på en mer praktikbaserad workshop snarare än en teoribaserad. Enligt Jerlinder m.fl. (2010) tyder det på att lärarutbildningen ger en form av förkunskap till hur man ska inkludera elever med funktionsnedsättning i Idrott och hälsa. Lärarstudenter är mer bekväma efter avslutad utbildning, vilket tyder på en ökad pedagogisk kompetens. Att de lärare som fått en gedigen utbildning som gett kunskap om pedagogiska utmaningar i att inkludera elever med funktionsnedsättning är generellt mer positiva till en inkluderande undervisning (Jerlinder m.fl., 2010).

5. Diskussion

5.1 Metoddiskussion

Diskussionen utgår från att inledningsvis diskutera den metod som använts till forskningsöversikten följt av att diskutera resultatet. I metoddiskussionen diskuteras vilka val som gjorts och för- och nackdelar med de beslut som fattats.

5.1.1 Datainsamling

Sökningarna på de olika databaserna var få då vi i ett tidigt skede fann bra sökord. Strategin för att hitta rätt sökord var bland annat att se vilka ord tidigare forskningsöversikter med liknande forskningsområde använt. Vi testade olika ord men tyckte att sökresultaten blev antingen för många eller för få. En brist i arbetet var att vi inte la tillräckligt med tid på sökstrategin. Då forskningsöversikten har en frågeställning som rör anpassning hade ett sökord kunnat vara "adapt*". På grund av tidsbrist behövde arbetet komma framåt och eftersom vi bestämde att alla abstracts skulle läsas i sökresultatet för att inte utesluta några artiklar vi fått träff på, var tiden en faktor där vi behövde nöja oss med de sökord som valts. Då syftet byttes från lärares perspektiv till undervisningsperspektiv hade sökordet "teachers experience" kunnat bytas ut eller att de booleska operatorerna ändrats från AND till OR och adderat andra sökord. Att byta ut sökord eller ändra de booleska operatorerna från AND till OR hade kunnat ge ett bättre sökresultat och större validitet i resultatet. Samtidigt uteslöts inte lärares perspektiv i frågeställningarna men det var ingen som explicit skulle besvaras.

Utifrån de artiklar som användes till forskningsöversikten behövde syfte och frågeställningar ändras. Utgångspunkten var att enbart använda lärares perspektiv och inte elevers. Efter den insamlade data och de artiklar vi kom fram till att använda, såg vi att det fanns en styrka i att även använda elevers perspektiv på anpassad undervisning för inkludering. Därför byttes syfte och frågeställningar från lärares perspektiv till undervisningsperspektiv. Frågeställningarna behövde också ändras, dels från lärares perspektiv till undervisningsperspektiv men även ändra frågor helt. Till en början var det fyra frågeställningar men en fråga togs bort då den kunde besvaras genom de andra frågorna. Frågeställning tre var från början "vilka metoder anser lärare i Idrott och hälsa behöva för att främja inkludering av elever med funktionsnedsättning?". Denna frågeställning byttes ut mot "vilka faktorer påverkar lärares syn på inkludering av elever med funktionsnedsättning vid undervisning i Idrott och hälsa?". Valet gjordes då första frågeställningen besvarar delvis fråga tre men den insamlingen av artiklar vi hittade skapade en ny frågeställning som vi ansåg var mer intressant att besvara.

5.1.2 Inklusions- och exklusionskriterier

En styrka med arbetet var att inte utesluta några länder i sökningarna. Genom att inkludera alla länder ökar kunskapen om hur anpassningar för elever med funktionsnedsättningar inkluderas. Inledningsvis diskuterades om enbart länder med västerländsk kultur skulle inkluderas på grund av att den svenska läroplanen grundar sig i den kulturen. Detta fastslogs att inte göra på grund av att mer information från hela världen ger en bättre översikt och skapar fler infallsvinklar. Samtidigt fanns en nackdel med att inte enbart använda svenska artiklar eftersom det är den svenska skolans läroplan som beskrivs i inledning och bakgrund. Detta gick inte att genomföra då det inte fanns tillräckligt med svenska studier som gjorts inom forskningsområdet och därav valde vi att bredda sökningen till alla länder.

Sökningen av artiklar var från 2010 till 2022. Fördelen med det är att få mer aktuell forskning inom området med motivering att Sverige fick en ny läroplan kort därefter. Syftet med detta var dels att de svenska artiklarna skulle vara aktuella för den läroplan som används idag men också att forskning från andra länder kan ha en annan syn på inkludering och funktionsnedsättningar än vad Sverige har. Det är även ett relativt nytt forskningsområde, vilket innebär att det inte finns mycket forskning kring ämnet samt att synen på funktionsnedsättning förändras med tiden. Artiklarna som valdes till forskningsöversikten skulle vara peer reviewed, vilket vi anser är en styrka med arbetet, då vi vet att de håller en hög kvalitet utifrån ämnesexperter.

5.1.3 Databearbetning

Artiklarna som använts till forskningsöversikten har varit kvalitativa, kvantitativa. Att använda kvalitativa metoder till frågeställningarna har varit både positivt och negativt. En positiv aspekt är att de intervjuer som gjorts får en tydlig bild av hur lärare i studierna inkluderar eleverna och fördjupar sina svar för de utmaningar som finns i ämnet. Nackdelen med kvalitativa metoder är att det riskerar att ge en snäv bild av resultatet då det är färre som deltar i studien. Artiklarna med de kvantitativa metoderna ger en mer helhetsbild utifrån de frågeformulär lärare fått besvara. Det blir tydligt i ett ämne om inkludering för elever med funktionsnedsättning vilka funktionsnedsättningar som är mer utmanande att inkludera i undervisningen. Det som inte besvaras i kvantitativa metoder är den fördjupade förståelsen, något som den kvalitativa metoden kan inkludera. Därför har det varit en styrka att kombinera metoderna för att få ett fördjupat resultat.

Arbets sättet var att sammanfatta de artiklar som nådde våra inklusions- och exklusionskriterier. Detta tog mycket tid men gav en bra översikt på vad tidigare forskning har gjort. Det blev effektivt och användbart både när resultat och diskussion skrev. I slutändan var det tidssparande att välja den strategin. Genom att göra detta kunde vi effektivt jämföra artiklar och se samband och skillnader i artiklarnas resultat.

5.2 Resultatdiskussion

Syftet med forskningsöversikten var att utifrån ett undervisningsperspektiv undersöka forskning om anpassad undervisning för inkludering av elever med funktionsnedsättning i ämnet Idrott och hälsa. I relation till syftet valde vi att besvara tre frågeställningar i resultatdelen. Resultatet behandlar vilka faktorer som påverkar lärares syn till inkludering, vilka anpassningar lärare gör samt hur den inkluderande undervisningen upplevs i ämnet Idrott och hälsa. På så vis ger resultatet i forskningsöversikten en inblick i hur det ser ut bland dagens lärare i synen till inkludering av elever med funktionsnedsättning.

5.2.1 Klasstorleken försvårar en inkluderande undervisning

I resultatet framkommer det att en god relation mellan lärare och elev underlättar undervisningen för läraren då denne kan anpassa undervisningen mer individuellt. Läraren känner då eleven tillräckligt väl för att kunna bedöma dennes förmågor och därmed anpassa undervisningen utefter den specifika individen (Overton m.fl., 2017). Även en granskning från Skolinspektionen (2016) visade att lärarens roll i att skapa en god relation med eleverna är viktig. Detta kan tyvärr komma i konflikt med dagens stora klasser där läraren inte alltid har möjlighet att skapa en god relation med eleven för att förstå dennes förmågor och därmed individanpassa undervisningen. Dagens klasser är stora vilket resulterar i att det tar längre tid att lära känna elevens förmågor och se individen bakom eleven (Skolverket 2020). Att klasstorleken är en bidragande orsak till att lärare inte lyckas inkludera elever med funktionsnedsättning den mån som krävs menar även Overton m.fl., (2017) och Lirgg m.fl., (2017) blir problematiskt. Detta bidrar till svårigheter för lärare att se till varje individs bästa och anpassa undervisningen efter elevens specifika behov (SFS 2010:800 1 kap. 4 §). Lärare behöver rätt resurser för att ge elever med funktionsnedsättning den undervisningen de har rätt till enligt svenska Läroplanen. Lärare upplever dessutom att det är mer tidskrävande att inkludera elever med funktionsnedsättning eftersom det kräver fler anpassningar i undervisningen (Jerlinder m.fl., 2010). Idag finns omkring 200 000 barn i 12–18 års ålder med någon form av funktionsnedsättning (Statistikmyndigheten, 2018). Samtidigt ska alla ha samma rättigheter och att ingen ska diskrimineras på grund av sin funktionsnedsättning (UNICEF Sverige, 2021). Det kan innebära att det blir fler lärare som kommer att stöta på problematiken som en inkluderande undervisning kan innebära i praktiken.

5.2.2 Stödpersonal kan bidra till inkludering

McGrath m.fl. (2019) anser att stödpersonal är en nyckel till att kunna lyckas med en inkluderande undervisning. Detta är något som slår fast att stödpersonal är en av de viktigaste faktorerna för att lyckas inkludera elever med funktionsnedsättning i undervisningen. De skriver också att stödpersonal ska få ta del av ansvarig lärares lektionsplanering i god tid innan lektionen för att avlasta och ge eleverna bättre förutsättningar att känna sig sedda. Samtidigt menar Braga m.fl. (2018) att det ofta saknas tillräckliga ekonomiska resurser på skolorna för att kunna anställa resurspersonal i den mån det egentligen är i behov av. Enligt Skollagen (SFS 2010:800) 3 kap. 2 § ska elever med funktionsnedsättning som har svårt att nå målen i skolan

erbjudas stöd i den mån som krävs och i så stor utsträckning som möjligt motverka de konsekvenser som elevens funktionsnedsättning kan ge. Stödpersonal kan vara en del av ett stöd som kan erbjudas till dessa elever men om inte ekonomin inom kommunerna räcker till för att anställa extra personal kan det bli problematiskt.

Det framkommer även i resultatet att elever med funktionsnedsättning ska inkluderas i lektionerna tillsammans med övriga klasskamrater (Overton m.fl., 2017). Det är i linje med vad som står i Barnkonventionen, att alla har lika rättigheter och att ingen ska diskrimineras (UNICEF Sverige, 2021). Thoren m.fl. (2020) menar att tydlighet från läraren gällande instruktioner och ramar för lektioner är något som bidrar till att elever med funktionsnedsättning deltar i undervisningen. Det skapar en trygghet hos eleverna vilket är positivt för lärare som arbetar mot att få dessa elever inkluderade i Idrott och hälsa. Dock kan detta komma i konflikt med de stora klasser många lärare idag har (Skolverket, 2020). Ju fler elever läraren ska anpassa undervisningen för desto mer tid krävs det i ett förberedande arbete. Även om det kan vara problematiskt för lärare att uppnå detta är det en skyldighet lärare har i sin yrkesroll att inkludera alla i undervisningen för att ingen ska känna sig exkluderad (UNICEF Sverige, 2021).

Mindre klasser skulle kunna öppna upp möjligheten för att inkludera elever med funktionsnedsättning tillsammans med övriga klasskamrater, vilket skulle kunna resultera i att elever med funktionsnedsättning inte skulle uppleva utanförskap och istället uppleva en inkludering i klassen och samhället (Overton m.fl., 2017). Detta skulle kunna leda till ett nytt arbetssätt för lärare för att inkludera elever med funktionsnedsättning och skulle kunna vara positivt för dessa elever, både för att inkluderas i skolan men även i samhället. Thoren m.fl. (2020) menar också att tydliga ramar och struktur från läraren i sin planering och undervisning gör att det är lättare att inkludera elever med funktionsnedsättning. Detta kan lärare göra på ett bättre sätt i mindre klasser då det är färre elever att ta hänsyn till.

5.2.3 Nyexaminerade lärares positiva inställning

En annan del som väckte intresse var att nyexaminerade lärare har en mer positiv inställning till inkludering av elever med funktionsnedsättning jämfört med lärare som utbildat sig sedan en längre tid tillbaka. Detta beror på den pedagogiska kompetensen som idrottslärarutbildningen idag tillför (Hutzler m.fl., 2019). Nyexaminerade lärare är vanligtvis yngre vilket innebär att de nyligen själva gått i skolan. Det bidrar till att haft sin egen skoltid då Lpo 94 var den gällande Läroplanen i Sverige vilket innebar att alla skolor hade samma mål och värdegrund. FN bestämde 1993 nya lagar om att alla människor skulle ha samma rättigheter och skyldigheter (Regeringen 2008). Detta har bidragit till att ämnet blivit mer aktuellt i samhället under senare år. De nyexaminerade lärarna har utbildats under den senare tiden jämfört med de lärare som varit yrkesverksamma sedan längre tid tillbaka och utbildade sig innan de nya lagarna kom om att alla skulle ha samma rättigheter i samhället.

Rekaa m.fl. (2018) förklarar att exkludering av elever med funktionsnedsättning kan bero på en osäkerhet och bristande kunskap hos läraren. Samtidigt menar McGrath m.fl. (2019) att lärare med erfarenheter eller tidigare relationer med människor med någon form av funktionsnedsättning hade en mer positiv inställning till inkludering av elever med

funktionsnedsättning. Rekaa m.fl. (2018) menar att en annan bidragande orsak är dessutom tiden då lektioner tar längre tid att organisera och planera. Resultatet styrker att det finns en oro bland lärare om att anpassningarna som krävs för att genomföra en lektion som är anpassad för alla individer i klassen är mer tidskrävande (Jerlinder m.fl., 2010). Samtidigt är det en skyldighet som läraren har att undervisa alla elever utefter elevens specifika behov. Skolan har dessutom ansvaret att se till att inga elever eller grupper utsätts för kränkande behandlingar eller diskriminering (Lgr11, 2019).

5.2.4 Vidareutbildning specificerat mot Idrott och hälsa

Resultatet indikerar på att lärare i framför allt Idrott och hälsa som är ett praktiskt ämne till skillnad från de flesta andra teoretiska ämnen inte får den specifika vidareutbildningen som krävs. De vidareutbildningar som ofta ges är mer riktade till inkludering av elever med funktionsnedsättning i teoretiska ämnen vilket skiljer sig från Idrott och hälsa (McGrath m.fl., 2019). Lirgg m.fl. (2017) och O'Connor och McNabb (2020) menar också att den vidareutbildning som ges är mer allmän och inte specifikt inriktad till Idrott och hälsa. Då flera studier i resultatet styrker detta är det något som bör utvecklas för att lärare ska få den kompetens som krävs för att kunna inkludera elever med funktionsnedsättning.

Block m.fl. (2013) menar att första situationen lärare ställs inför en inkluderande undervisning av elever med funktionsnedsättning är avgörande för hur denne kommer i fortsättningen hantera liknande situationer. Lyckas läraren kommer en positiv känsla skapas medan ett misslyckande kan skapa en osäkerhet och ovilja att försöka på nytt (Block m.fl., 2013). För att lärare ska lyckas blir därför en vidareutbildning riktad mot ämnet Idrott och hälsa en avgörande faktor till att skapa en positiv inkluderande undervisning (McGrath m.fl., 2019). De hade gett lärare bättre förutsättningar för att lyckas och behärska en inkluderande undervisning vilket bidrar till att lärare även fortsättningsvis har positiva attityder till inkludering (McGrath m.fl., 2019). Lyckas lärare att inkludera elever med funktionsnedsättning i lektioner med Idrott och hälsa kommer det bidra till en normalisering i samhället vilket kan göra att arbetet med inkludering kommer bli lättare och mindre tidskrävande i framtiden.

Om lärare i Idrott och hälsa ska kunna följa Skollagen och Läroplanen om att alla elever ska undervisas efter dennes behov samt att ingen ska känna sig diskriminerad kan det tyckas att lärare i Idrott och hälsa behöver få en mer specialiserad vidareutbildning samt ökade resurser som exempelvis stödpersonal.

5.3 Slutsatser och implikationer

Syftet var att undersöka forskning utifrån ett undervisningsperspektiv undersöka forskning om anpassad undervisning för inkludering av elever med funktionsnedsättning i ämnet Idrott och hälsa. Resultatet visar att lärare i Idrott och hälsa generellt är positiva till att arbeta inkluderande men många upplever att de saknar kompetens att kunna inkludera elever med funktionsnedsättning i undervisningen. Detta beror på att lärare inte fått den utbildning som krävs för att lyckas med inkluderande undervisning. Det finns en del anpassningar som lärare gör för att inkludera elever och viktiga faktorer till detta är att det finns rätt utrustning i idrottshallen, anpassade salar, och tydliga regler och instruktioner. Viktigt att poängtera är att anpassningar inte alltid behöver göras för att elever med funktionsnedsättning ska inkluderas. Det är också viktigt med lärares attityd och inställning till inkludering för att lyckas med det. En förutsättning för att lyckas med inkludering är att bygga relationer mellan lärare och elever. Att läraren visar intresse för eleverna och har en positiv attityd främjar acceptans och respekt mellan lärare och elever men även bland eleverna. Det skapar trygghet hos eleverna och normaliserar funktionsnedsättning och bidrar till inkluderande undervisning. Stora klasser upplever lärare är negativt för inkludering. Är det för stora klasser är det svårt att lägga tillräckligt mycket tid på varje elev och en större utmaning att bygga relationer.

Denna forskningsöversikt har gett oss nya insikter i hur undervisningen kan bli mer inkluderande. Det finns en utmaning och problematik kring att arbeta inkluderande men en viktig faktor är att ha kunskap att klara av det. I den praktiska utbildning kan det vara bra att arbeta mer för inkludering och reflektera och diskutera vilka anpassningar som behöver göras.

Behovet av vidare forskning inom området är stort och intressant forskning är att rikta den mot specifika funktionsnedsättningar. I vissa forskningsartiklar är fokus mer riktat mot autism och ADHD vilket är positivt, men för liten del av forskningen handlar om fysiska nedsättning i Idrott och hälsa. Vidare behöver forskning inom lärarutbildningarna i Idrott och hälsa undersökas eftersom forskning visar att lärare saknar kompetens att undervisa för elever med funktionsnedsättning. Lärare framhåller att de vill få mer praktisk utbildning om inkludering av elever med funktionsnedsättning. Denna kompetensen ska utvecklas i utbildningen men få upplever att de fått tillräckligt. Ansvar för att ge tillräckligt utbildning ligger inte enbart på universitetet utan det är ett intresse som även bör ligga hos arbetsgivare. Det behöver undersökas om det är bristande utbildning, om ämnet får för lite utrymme eller om arbetsgivare bortprioriterar dessa kompetenser.

6. Referenser

Block, M., Taliaferro, A., Harris, N., & Krause, J. (2013). Using Self-Efficacy Theory to Facilitate Inclusion in General Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 81(3), 43–46. <http://dx.doi.org/10.1080/07303084.2010.10598448>

Braga, L., Taliaferro, A., & Blagrove, J. (2018). Inclusion in the 21st Century: Insights and Considerations for Teacher and Coach Preparation. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 89(6), 42–49. <https://doi.org/10.1080/07303084.2018.1476938>

Coates, K. J. (2012). Teaching inclusively: are secondary physical education student teachers sufficiently prepared to teach in inclusive environments?. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 17(4), 349–365. <https://doi.org/10.1080/17408989.2011.582487>

Folkhälsomyndigheten. (2022). *Rekommendationer för fysisk aktivitet och stillasittande*. Hämtad 2022-03-05 från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/fysisk-aktivitet-och-matvanor/rekommendationer-for-fysisk-aktivitet-och-stillasittande/>

Funktionsrätt Sverige. (2012). *Årtal – ur handikapphistorien*. <https://funktionsratt.se/wp-content/uploads/2017/02/%C3%85ratal-ur-handikapphistorien.pdf>

Hultén, E. (2013). *Inkludering ÄR gemenskap*. *Skolporten*. <https://www.skolporten.se/app/uploads/2013/01/Inkludering-artik1+2-12013.pdf>

Hutzler, Y., Meier, S., Reukerd, S., & Zitomera, M. (2019). Attitudes and self-efficacy of physical education teachers toward inclusion of children with disabilities: a narrative review of international literature. *Physical education and sport pedagogy*, 24(3), 249–266. <https://doi.org/10.1080/17408989.2019.1571183>

Jerlinder, K., Danermark, B., & Gill, P. (2010). Swedish primary-school teachers' attitudes to inclusion – the case of PE and pupils with physical disabilities. *European Journal of Special Needs Education*, 25(1), 45–57. <https://doi.org/10.1080/08856250903450830>

Lirgg, D. C., Gorman, R. D., Merrie, D. M., & Shewmake, C. (2017). Exploring challenges in teaching physical education to students with disabilities. *Palaestra*, 31(2), 13–18.

Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet: Reviderad 2019. (2019). Skolverket. <https://www.skolverket.se/getFile?file=4206>

Maher, J. A. (2018). 'Disable them all': SENCO and LSA conceptualisations of inclusion in physical education. *Sport, Education and Society*, 23(2), 149–161. <https://doi.org/10.1080/13573322.2016.1162149>

McGrath, O., Crawford, S., & O'Sullivan, D. (2019). 'It's a challenge': Post Primary Physical Education Teachers' experiences of and perspectives on inclusive practice with students with disabilities. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 12(1), 1–14.
<http://doi.org/10.5507/euj.2018.011>

Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2009) Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: *The PRISMA Statement*. *PLoS Medicine*, 6, 1-6. doi: 10.1371/journal.pmed.1000097

O'Connor, U., & McNabb, J. (2020). Improving the participation of students with special educational needs in mainstream physical education classes: a rights-based perspective. *Educational Studies*, 47(5), 574–590. <https://doi.org/10.1080/03055698.2020.1719385>

Overton, H., Wrench, A., & Garrett, R. (2017). Pedagogies for inclusion of junior primary students with disabilities in PE. *Physical education and sport pedagogy*, 22(4), 414–426.
<http://dx.doi.org/10.1080/17408989.2016.1176134>

Rekaa, H., Hanisch, H., & Ytterhus, B. (2018). Inclusion in Physical Education: Teacher Attitudes and Student Experiences. A Systematic Review. *International Journal of Disability, Development and Education*, 66(1), 36–55. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2018.1435852>

Regeringen. (2008). *FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning*. <https://www.regeringen.se/contentassets/0b52fa83450445aebbf88827ec3eecb8/fns-konvention-om-rattigheter-for-personer-med-funktionsnedsattning-ds-200823>

SFS 2010:800. *Skollag*.
https://www.riksdagen.se/sv/dokumentlagar/dokument/svenskforfattningssamling/skollag-2010800_sfs-2010-800

Skolinspektionen. (2016). *Skolans arbete för att säkerställa studiero - det räcker inte att det är lugnt, eleverna måste lära sig något också*.
<https://www.skolinspektionen.se/globalassets/02-beslut-rapporter-stat/granskningsrapporter/tkg/2016/studiero/skolans-arbete-for-att-sakerstalla-studiero.pdf?AspxAutoDetectCookieSupport=1>

Skolverket. (2015). *Att planera för barn och elever med funktionsnedsättning*.
<https://www.skolverket.se/getFile?file=3500>

Socialstyrelsen. (2021). *Stöd inom funktionshindersområdet*. Hämtad 2022-04-06 från <https://www.socialstyrelsen.se/kunskapsstod-och-regler/omraden/funktionshinder/>

Statistikmyndigheten SCB. (2018). *Barn med funktionsnedsättning*. <https://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/levnadsforhallanden/levnadsforhallanden/undersokningarna-av->

[barns-levnadsforhallanden/pong/tabell-och-diagram/statistik-om-barn-med-funktionsnedsattning/tabeller-2018-2019/](#)

Thoren, A., Quennerstedt, M., & Maivorsdotter, N. (2020). What physical education becomes when pupils with neurodevelopmental disorders are integrated: a transactional understanding. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(6), 578–592.
<https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1834525>

UNESCO. (2008). *Riktlinjer för inkludering – att garantera tillgång till Utbildning för Alla*. <http://u4614432.fsdata.se/wp-content/uploads/2013/09/Riktlinjer-f%C3%B6r-inkludering-att-garantera-tillg%C3%A5ng-till-utbildning-f%C3%B6r-alla.-Del-1-inlaga.pdf>

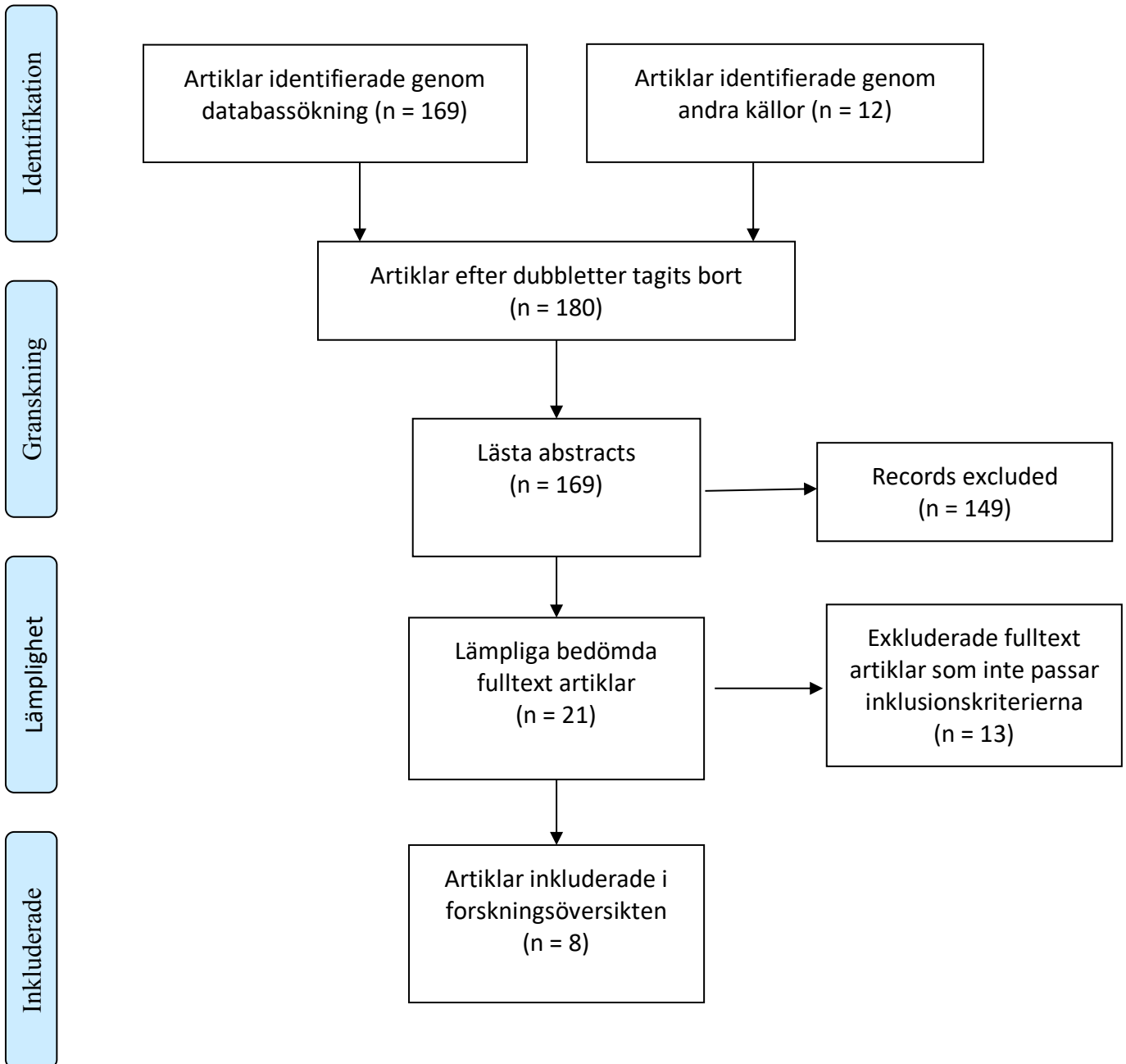
Unicef Sverige. (2021). *Barn med funktionsnedsättning ska inkluderas i samhället*. Hämtad 2022-03-05 från <https://unicef.se/fakta/barn-med-funktionsnedsattning>

7. Bilagor

Bilaga 1 - Sökhistorik

Datum	Databas	Sökord/Limits/Booleska operatörer	Antal träffar	Lästa abstracts	Urval
9/3	ERIC	“Physical education” AND Disab* AND Inclusion AND “Special needs” AND Teachers experience	34	34	2
9/3	Education research complete	“Physical education” AND Disab* AND Inclusion AND “Special needs” AND Teachers experience	77	77	1
9/3	SPORTDiscus	“Physical education” AND Disab* AND Inclusion AND Teachers experience	58	58	5

Bilaga 2 - Prisma 2009 Flow Diagram



Figur 1: Prisma flödesschema för sökning och gallringsprocess (Moher, Liberati, Tetzlaff, Altman, The PRISMA Group, 2009)

Bilaga 3 - Bedömningsmall för att mäta studiens kvalitet

1. Är hypoteser, syfte och/eller eventuella frågeställningar klart beskrivna?

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

2. Är problemet och rationalen för studien tydligt beskrivet?

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

3. Är väsentliga begrepp definierade?

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

4. Kvalitativ artikel: Får vi kunskap om forskarens förförståelse/perspektiv?

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

5. Var urvalsstrategin lämplig med tanke på syftet?

Ja
Nej

För att svara ja bör det framgå tydligt varifrån undersökningsgruppen valdes, vilka som valdes och varför samt hur de valdes ut och varför? Tydliggörs eventuella inklusions- och exklusionskriterier?

Eventuell kommentar:

6. Kvantitativ artikel: Framgår det tydligt utifrån vilka grunder urvalets storlek bestämdes?

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

7. Är egenskaperna/karaktäristika hos de deltagare som ingår i studien tydligt beskrivet?

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

8. Interventionsstudie: Är försökspersonerna randomiserade till interventionsgrupp(er)?

Ja
Nej
Oförmögen att avgöra

Eventuell kommentar:

9. Interventionsstudie: har interventionen (programmet/en ny form av undervisning etc.) som ska jämföras beskrivits tydligt?

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

10. Har studien använt en adekvat datainsamlingsmetod?

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

11. Har vilken typ av instrument som använts (ex enkäter, intervjuguider och observationsscheman) samt tillvägagångssättet vid datainsamlingen tydligt beskrivits?

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

12. Är den redovisade analysmetoden lämplig?
De metoder som används måste vara lämpliga för data.

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

13. Har etiska aspekter beaktats?

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

14. Är de viktigaste resultaten av studien tydligt beskrivna?

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

15. Svarar resultatet mot syftet?

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

16. Har man tagit hänsyn till eventuella bortfall i resultatet?

Om antalet deltagare som ”droppat av” (bortfallet) inte har redovisats, bör man svara att man är oförmögen att avgöra

Ja
Nej
Oförmögen att avgöra

Eventuell kommentar:

17. Är resultaten praktiskt relevanta?

Ja
Nej

Eventuell kommentar:

Bilaga 4 - Artikelöversikt

Författare Publikationsår	Design	Syfte	Metod	Urval	Slutsats	Studiekvalitet
Una O'Connor och Joanne McNabb (2020)	Kvantitativ tvärsnittsstudie	Undersöka hur deltagandet bland elever med funktionsnedsättning kan öka i den ordinarie undervisningen.	Frågeformulär och intervjuer	40 Lärare i Idrott och hälsa från högstadie till gymnasie	De flesta lärare ansåg behöva mer utbildning i hur man anpassar undervisningen för elever med funktionsnedsättning. Lärare fastslog att faciliteter behöver anpassas för att möjliggöra för inkludering.	14/15
Anthony John Maher	Kvantitativ	Undersöka hur kulturella normer är inkluderande eller inte för elever med funktionsnedsättning på högstadieskolor.	Semistrukturerade intervjuer	90 Assistenterna och pedagogerna	Segregering av elever med särskilda behov och övriga elever kan leda till att marginaliseringen ökar då flera elever med särskilda behov kommer identifieras som annorlunda från övriga klasskamrater.	13/15
Hannah Overton, Alison	Kvalitativ	Undersöka lärares pedagogiska	Semistrukturerade intervjuer	Framgångar	De viktigaste faktorerna till inkludering är	13/15

Wrench and Robyne Garrett (2017)	tvärsnittsstudie	strategier för inkludering av elever med funktionsnedsättning i Idrott och hälsa.			att elever med funktionsnedsättning har stödpersonal. Det är viktigt att det finns rätt utrustning för alla elever med funktionsnedsättning och att enbart den utrustning som ska användas är framme.	
Ona McGrath, Susan Crawford and Dan O'Sullivan (2019)	Kvalitativ tvärsnittsstudie	Undersöka om lärare i Idrott och hälsa anser sig ha den kunskap som krävs för att inkludera elever med funktionsnedsättning i undervisningen.	Semistrukturerade intervjuer	Sju lärare i Idrott och hälsa från fyra olika skolor.	Lärare hade en positiv inställning till inkludering men ansåg att det var utmanande att lyckas. Önskemål om att få mer utbildning inom området fanns hos de intervjuade lärarna.	13/15
Anna Thoren, Mikael Quennerstedt & Ninitha Maivorsdotter	Kvalitativ fältstudie	Utforska vilka metoder som används i klasser där elever med Autism och ADHD inkluderas.	Semistrukturerade intervjuer	76 elever	Fyra metoder användes för inkludering: organisera, samarbeta, svettas och att vinna. Vissa inkluderande metoder exkluderar elever som har eller inte har funktionsnedsättningar.	14/15

Cathy D Lirgg, Dean R Gorman, Michael D Merrie and Cole Shewmake (2017)	Kvantitativ tvärsnittstudie	Undersöka utmaningar med att anpassa undervisningen för elever med funktionsnedsättningar.	Frågeformulär	75 Lärare i Idrott och hälsa	Lärare upplever att lärarutbildning förbereder de minst på att undervisa för barn med autism. De upplever att det största hindret för undervisning är stora klasser och att anpassningar i salar är otillräckliga. Lärarutbildningen bör ha mer utbildning som omfattar hur undervisning och instruktioner bör gå till när lärare undervisar för elever med funktionsnedsättningar.	12/15
Kajsa Jerlinder, Berth Danermark & Peter Gill (2010)	Kvantitativ tvärsnittstudie	Undersöka attityden mot inkludering av elever med funktionsnedsättning i den ordinarie undervisningen bland svenska lärare i Idrott och hälsa.	Frågeformulär	221 högstadielärare i Idrott och hälsa	Generellt har svenska läraren positiv inställning till inkludering av elever med funktionsnedsättning i den ordinarie undervisningen. Yngre lärare var mer positivt inställda än äldre.	12/15

Janine Kim Coates (2012)	Kvantitativ fallstudie	Undersöka om lärarstudenter i Idrott och hälsa kände sig förberedda att undervisa i inkluderande miljöer.	Frågeformulär	170 Högstadielärare i Idrott och hälsa	Varierande resultat från studenter angående om de kände sig förberedda att undervisa i inkluderande miljöer. Det berodde delvis på utbildningsinstitutet men studenter från båda instituten förväntades undervisa i inkluderande miljöer. De borde få mer praktisk utbildning inom området.	14/15
--------------------------	------------------------	---	---------------	--	---	-------