



Det livslånga lärandet

- en studie om hur idrottslärare arbetar för att skapa ett bestående intresse hos elever för fysisk aktivitet

Simon Manuel Espejo Reveco & Cristobal Alexis
Torres Villagran

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN
Självständigt arbete på avancerad nivå 99:2016
Ämneslärarprogrammet mot gymnasieskolan 2012–2017
Handledare: Bengt Larsson
Examinator: Jane Meckbach

Sammanfattning

Syfte & frågeställningar

Syftet med denna studie var att undersöka hur idrottslärare arbetar med att skapa ett bestående intresse för fysisk aktivitet hos elever samt i vilken utsträckning lärarna upplever att ämnet idrott och hälsa påverkar elevernas val att vilja vara fysisk aktiva. Studiens frågeställningar är följande:

- Hur ser idrottslärare på undervisningen i idrott och hälsa som ett sätt att skapa livslångt intresse hos eleverna för att bedriva fysisk aktivitet på fritiden?
- Hur skapar idrottslärare förutsättningar som främjar lärande och intresse kring fysisk aktivitet som kan bedrivas på fritiden?

Metod

Studien består av en kvalitativ metodansats, där intervjuer var den valda undersökningsmetoden. Studien utfördes på fem gymnasielärare i fyra olika gymnasieskolor i olika kommuner i stockholmsregionen. Samtliga lärare var utbildade idrottslärare. Två av de intervjuade är utbildade tvåämneslärare, medan resten endast är ämneslärare i ett ämne.

Resultat

Att arbeta med en mångfald av aktiviteter var det som i stort sett alla bedrev, men med skillnader i innehållet. Allt från bollspel till aktiviteter som “förbereder eleven för verkligheten”. Därefter betonade vissa lärare vikten av att arbeta tillsammans med andra ämneslärare i syfte att förmedla ett livslångt lärande för ett fysiskt aktivt liv. Samtliga lärare framhåller att *kommunikationen* sinsemellan elever, den *aktiva samverkan* mellan lärare/elev samt den *formativa feedbacken* och *individuella bemötandet* var viktiga komponenter i lärandeprocessen.

Slutsats

Slutsatsen i studien är att många av lärarna inte arbetar medvetet eller aktivt för att skapa ett livslångt lärande för fysisk aktivitet hos elever. Med detta sagt, vill vi ändå framhålla att deras insatser och strategier som tillämpas i undervisning kan främja ett intresse för fysisk aktivitet på fritiden också i ett långsiktigt perspektiv.

Abstract

Aim

The aim of the study was to examine how physical education teachers work to create a permanent interest for physical activity among students and try to identify in which grade these teachers feel that physical education affect students will to be physically active. In our study we have two different questions. These questions are the following:

- How do physical education teachers see the teaching as a way to create interest in lifelong learning in physical activity among students?
- How do physical education teachers create preconditions that frame learning and interest in physical activity that can be implemented in leisure time?

Method

The study had a qualitative approach where interviews were chosen as the main instrument. The present study took place in Stockholm, where five qualified physical education teachers were interviewed in different communities of the city. Two of the teachers were also educated in other school subject.

Results

Almost everyone work with a broad of activities with differences in the content. They have everything between ballgame to activities that prepare them for the “reality”. There were also some teachers who emphasized the importance to cooperate with other teachers for the purpose to mediate a lifelong learning towards physical activity. Most of the teachers experienced that communication among students, the active collaboration between teacher/student and formative assessment played a big role in the learning process.

Conclusion

The conclusion of the study is that many of the teachers are not working consciously to promote a lifelong learning for physical activity for the students. With that said, we still want to emphasize that their efforts and strategies applied in teaching can promote an interest in physical activity in leisure time also in the long term.

Innehållsförteckning

1	Inledning.....	1
1.1	Introduktion.....	1
1.2	Bakgrund.....	2
1.2.1	Perspektiv på livslångt lärande.....	2
1.2.2	Definition av fysisk aktivitet.....	5
1.3	Forskningsöversikt.....	6
1.3.1	Faktorer som leder till fysisk aktivitet på fritiden.....	8
1.3.2	Elevernas intresse för fysisk aktivitet.....	9
1.4	Teori och utgångspunkter.....	11
1.4.1	Det sociokulturella perspektivet.....	11
1.4.2	Teorier och centrala begrepp.....	12
1.4.3	Användning av teori.....	14
1.5	Syfte.....	14
1.5.1	Frågeställningar.....	14
2	Metod.....	15
2.1	Urval.....	15
2.2	Datainsamling.....	15
2.3	Databearbetning.....	16
2.4	Tillförlitlighetsfrågor.....	16
2.5	Etiska överväganden.....	17
3	Resultat.....	17
3.1	Idrott och hälsa lärare syn på undervisningen som ett sätt att skapa livslångt intresse hos eleverna för att bedriva fysisk aktivitet på fritiden.....	18
3.1.1	Lärarnas syn på livslångt lärande.....	18
3.1.2	Lärarens roll i elevers intresse för fysisk aktivitet.....	20
3.2	Att skapa förutsättningar som främjar lärande och intresse för fysisk aktivitet.....	25
3.3	Resultatsammanfattning.....	28
4	Diskussion.....	29
4.1	Hur ser idrott och hälsa lärare på undervisningen som ett sätt att skapa livslångt intresse hos eleverna för att bedriva fysisk aktivitet på fritiden?.....	30
4.2	Hur skapar idrott och hälsa lärarna förutsättningar för lärande och intresse kring fysisk aktivitet som kan bedrivas på fritiden?.....	32
4.3	Social bakgrund som faktor.....	34

4.4 Metoddiskussion.....	35
4.5 Vidare forskning.....	36
4.6 Slutsats	36
Käll- och litteraturförteckning.....	37

Bilaga 1 Litteratursökning

Bilaga 2 Intervjuguide

Bilaga 3 Informationsbrev till lärare

1 Inledning

1.1 Introduktion

En av de viktigaste och mest utmanande uppgifterna för oss idrottslärare, är att skapa ett livslångt intresse för fysisk aktivitet hos eleverna. I läroplanen (Lgy 11) finns bland annat följande skrivet; “Vidare ska undervisningen bidra till att eleverna utvecklar intresse för och förmåga att använda olika rörelseaktiviteter, utemiljöer och naturen som en källa till välbefinnande” (Skolverket, 2011). För oss som blivande idrottslärare är det viktigt att skapa oss en förståelse för hur idrottslärare ser på begreppet, livslångt lärande, samt hur de arbetar för att skapa ett livslångt intresse för fysisk aktivitet. Med detta som utgångspunkt vill vi fördjupa oss i hur idrottslärare arbetar med ämnet ifråga och vi ställer samtidigt oss följande allmänna frågor; är det verkligen så att ämnet idrott och hälsa såsom det är utformat idag med dess innehåll, diverse moment som ska behandlas samt lärarens pedagogiska förmåga något som bidrar till att eleverna utvecklar ett intresse för ett fysiskt aktivt liv? I en studie framtagen av Ingegerd Ericsson, lyfter vederbörande bland annat upp betydelsen kring goda lärmiljöer för att främja elevernas lärande samt att ämnet idrott och hälsa, som det ser ut idag, inte leder till ett livslångt intresse för fysisk aktivitet hos alla elever. Det som i studien anses som bidragande faktorer som leder till att idrotten brister i sin kunskapsförmedling gentemot alla elever, och därmed inte heller utvecklar ett livslångt intresse för fysisk aktivitet är bland annat följande; *idrottsämnet liknar alltmer föreningsidrotten* samt att det råder en brist på kunskap hos idrottslärarna gentemot elevernas bakgrund såsom social bakgrund, kultur, motoriska och fysiska förutsättningar, ålder samt kön (Ericsson, 2005, s.2).

Vi har således valt att undersöka hur idrottslärare arbetar för att skapa ett livslångt intresse för fysisk aktivitet på fritiden samt kartlägga vilka verktyg idrottslärare tillämpar för att skapa lärmiljöer som främjar lärande. Vi har valt att göra en kvalitativ studie, i form av intervjuer med idrottslärare.

1.2 Bakgrund

För att kunna skapa oss en förståelse samt komma in mer på djupet med studiens syfte, i det här fallet” undersöka hur idrottslärare arbetar med att skapa ett bestående intresse för fysisk aktivitet hos elever” behöver vi definiera och förklara begreppen livslångt lärande och fysisk aktivitet. Eftersom lärande kan förklaras på olika sätt beroende på vilket perspektiv vi utgår ifrån, är det viktigt för oss att hitta perspektiv på lärande som kan ha inflytande på idrottslärares arbetsätt.

1.2.1 Perspektiv på livslångt lärande

Livslångt lärande är ett begrepp som vi mött mycket under vår lärarutbildning. Begreppet introducerades av UNESCO under 1960-talet, och har sedan dess introduktion haft förändringar i definitionen (Ellström, 1996, s.1). I boken *Lärande skola och bildning* skriver författarna att det "livslånga lärandet motiverar ett lärande som måste följa det ständigt föränderliga samhällets krav på individens förmåga att anpassa sig och lära nytt under hela livet" (Lundgren, Säljö & Liberg, 2010, s.120). Författarna menar att den formella och informella utbildningen måste följa samhällets utveckling, d.v.s. i dagens samhälle är det en trend att träna och äta hälsosamt. Skolan bör då diskutera sådana saker som är populärt i samhället för att ge eleverna kunskaper om det för att de ska kunna skapa sig en egen uppfattning om ämnet. Idrottsläraren ifråga bör således diskutera med eleverna exempelvis om kost, vad är bra, för vem, hur, i vilket syfte kan vara eventuella diskussioner. Det kan även vara att läraren bör kunna hantera digitala verktyg i sin undervisning. Begreppet livslångt lärande förklaras på två grundläggande sätt, den första förklarar att livslångt lärande är en inläring som inte avslutas under en viss period av livet, den fortgår under hela livet. Ellström vidareutvecklar denna princip med att ange att människan lär så länge den lever, det bör således inte betyda att människan utvecklar nya kunskaper, kompetenser eller personligheter. Ibland innebär det endast att människan anpassar sig till nya omständigheter, det kan vara arbetsmiljö, besvikelser, framgångar osv. (Ellström, 1996, s.1).

I den andra grundläggande principen förklarar Ellström att lärandet sker i alla typer av miljöer, både formella utbildningar (skolutbildning, kurs etc.) och informella utbildningar (arbetslivet, fotbollslaget, hemmet).

I Marks rapport skrivs det om livslångt lärande utifrån fyra olika perspektiv;

- humanistisk människosyn,
- humanistisk människosyn individperspektiv och jämlikhet
- humanistisk människosyn med strukturella perspektiv och jämlikhet,
- ekonomi-och arbetsmarknadspolitik.

I denna rapport försöker forskaren beskriva de olika perspektiven och analysera det livslånga lärandet utifrån dessa olika nivåer eftersom alla dessa perspektiv är sammanvävda och har en "roll" i individens livslånga lärande (Mark, 2009, s.35). Det första perspektivet på livslångt lärande beskriver det som en lärandeprocess som pågår hela livet och att människan utvecklar ständigt nya kunskaper. Vidare förklarar författaren att kunskaperna bildas i olika miljöer, både informella och formella samt att det sker genom självstyrda aktiviteter. Det livslånga lärandet med en humanistisk människosyn menar att individen tar till sig nya kunskaper självständigt i en bildningsprocess genom egna reflektioner och hitta egna förmågor att lära. Människan beskrivs i detta perspektiv som autonom och som självstyrande och oerhört utsatt av omgivningen i sin handling eftersom hen blir utsatt för olika typer av påverkan och hinder som ibland inte går att påverka. Viktigt att tillägga är att människan lär av det som går att påverka och det som inte går att påverka. Detta kan leda till att individen blir begränsad i sin handling. Vidare förklarar författaren att livslångt lärande kan kallas för en process som har som syfte att utveckla individens eget tänkande och handling för att utvecklas (ibid, s.26-27). I livslångt lärande ur ett humanistisk, jämlikt och individperspektiv ges det uttryck för att det finns ett samband mellan personliga, demokratiska och solidariska innebörder kring livslångt lärande. Utgångspunkten är att utbildning/bildning i kombination med den humanistiska människosynen ses som ett tillfälle för människan att bli en god samhällsmedborgare som kan reflektera på eget sätt och kan därmed på ett kritiskt reflekterande sätt ta egna beslut samt ifrågasätta diverse saker. I detta perspektiv beskrivs det att individen bör kunna solidarisera sig med andra och ska därmed kunna samspela med andra individer för att lösa olika typer av uppgifter (ibid, s.30-31).

Livslångt lärande ur ett humanistiskt och strukturellt jämlikhetsperspektiv lyfter upp andra faktorer som påverkar inlärningen. I detta perspektiv vidareutvecklas synen på den fritt styrda individen som "skapar" sitt eget sätt att lära. Vidare beskrivs det att de sociala, ekonomiska och historiska faktorerna begränsar möjligheten att göra vissa val i livet. Dessa faktorer kan vara fattigdom, etnisk tillhörighet, sexuell identitet att leva i asyl mm. Det kan exempelvis vara val i skolan som innebär att individen bör ha en viss ekonomiskt tillhörighet för att kunna

genomföra, men i och med att individen har ekonomiska begränsningar tvingas hen att avstå från aktiviteten. Som det tidigare beskrivits har en stark betoning på autonomi och individperspektiv som påföljd att individens handlande ses som resultatet av individens självständiga val samtidigt som de livsvillkor individen lever i underskattas i sin betydelse för de olika val individen gör. Mark menar att det finns vissa föreställningar som individen anammar vid tidig ålder utan att veta om det som exempelvis religion, politisk åsikt och idrottsintressen, vilket formar människans handlande som vi ibland glömmer. Samspelet med denna givna kontext uppstår och bildar autonoma livsval. Vidare skriver man om sambandet mellan socialt bestämda positioner, kulturell och självbestämning där alla tre utgörs av personligt styrda val. Alla individer uppfyller de sociala positionerna på differentierat sätt och vissa typer av social bestämning innefattar olika grader av autonomi eftersom i vissa tillfällen kan det slumpmässigt hända att individen uppfyller de förväntningar omgivningen har men det finns även tillfällen då personen på "fritt" reflekterande sätt tar beslut och bryter mot de *sociala reglerna/överenskommelse*. Mark skriver även på vilket sätt det skapas ett sätt att arbeta med livslångt lärande genom att skapa en mängd olika möjligheter samt utbud för individen att utveckla sina kunskaper och på ett självständigt sätt välja "inriktning" för att skapa/utveckla sina kunskaper. En annan utgångspunkt enligt författaren blir att jämlikhetsbegreppet får två olika meningar, den ena, att individen får utvecklas på ett fritt sätt i mening att oberoende av omständigheterna får tillfälle för att utvecklas fritt (ibid, s.30-33).

I den sista punkten ses begreppet livslångt lärande mer utifrån ett ekonomiskt perspektiv som en viktig del för arbetsmarknaden. Detta är den "förnyade" synen på begreppet. Forskaren Mark menar att det livslånga lärandet i dagens samhälle skall främja kunskapssamhällets utveckling, dvs. det moderna samhället med kvalificerade och flexibel arbetskraft som kan hantera den moderna och utvecklade teknologin. De betraktas som instrument i dagens samhälle. Vidare beskrivs det i rapporten hur EU, OECD, UNESCO har givit begreppet livslångt lärande en modifierad innebörd som bygger på ekonomisk syn där internationell konkurrenskraft skall uppnås genom ökad produktivitet. Dagens samhälle har blivit globaliserad och i den globala ekonomin anses kunskapen som en tillgång och det får en allt större betydelse. "Kunskap och kompetens är centrala verktyg för ekonomisk tillväxt och samhället behöver investera i människors kunskapsutveckling" (ibid, s.35-36). Livslångt lärande som ekonomisk faktor har som mål att förbättra och utveckla samhället genom att bilda, aktiva medborgare med kunskaper, social inkludering samt individer med personlig utveckling under hela livet (ibid, s.36).

Petros Gougoulakis som är pedagog har i sin avhandling, *Studiecirkeln: Livslångt lärande på Svenska!*, lyft upp viktiga teman som rör lärande, bland annat *studiecirkeln*s positiva inverkan på lärande. Studiecirkeln beskrivs som en lärandemiljö där individen utvecklas genom interaktion med andra människor, vilket både leder till en ökad känsla av gemenskap samt en individuell utveckling (Gougoulakis, 2001, s.198-199). I Gougoulakis studie deltog 25 cirkeldeltagare, varav 14 var kvinnor och 11 män, på frågan kring faktorer som kan ha en påverkan att ta åt sig den information som presenteras uppgav deltagarna att följande inlärningsfaktorer spelade en viktig roll; Cirkelledaren, det tryckta studiematerialet, studiekamraterna, föreläsningen, studiebesöket, bibliotek (Gougoulakis, 2001, s.182-204).

Begreppet livslångt lärande kan således tolkas på olika sätt. I vår studie kommer vi utgå från Ellströms två grundläggande förklaringar kring begreppet livslångt lärande som inleddes i avsnittet.

1.2.2 Definition av fysisk aktivitet

Då ett av våra centrala begrepp i vår studie är fysisk aktivitet behöver vi redogöra för vad som menas med fysisk aktivitet och god hälsa. Vi kommer i följande del beskriva olika definitioner på fysisk aktivitet. Vi inleder detta avsnitt med att först introducera hur Statens folkhälsoinstitut definierar begreppet fysisk aktivitet. Statens folkhälsoinstitut medger att all typ av kroppsrörelse som ger ökad energiförbrukning innebär att man är fysiskt aktiv, det kan vara allt från att personen promenerar till skolan till träning på hög nivå (Statens folkhälsoinstitut, 1996, s.12). Författaren Dan Andersson definierar fysisk aktivitet på följande sätt i sin bok:

”Fysiskt aktivitet är ett samlingsnamn för all sorts rörelse som leder till att energiförbrukningen ökar” (Andersson, 2012, s.59).

Utifrån hur fysisk aktivitet definieras kan vi således konstatera att vi människor är gjorda för att röra på oss och vara aktiva på olika sätt och olika intensitetsnivå. Regelbunden fysisk aktivitet bidrar till många förändringar i kroppen som bidrar till bättre hälsa både fysiskt och psykiskt. Regelbunden fysisk aktivitet gör oss piggare, starkare, mer stresståliga, ökar välbefinnandet och den kan även användas för att förebygga och/eller behandla olika sjukdomstillstånd. Den kan hjälpa människor med astma, depression, diabetes typ 1-2,

hjärtsvikt, stress, kroniskt obstruktiv lungsjukdom, fetma, ångest och många andra sjukdomstillstånd. Andersson medger även att människan kan få motion överallt, inte bara genom att styrketräna eller löpa i gymmet utan även i simhallar, hemmet när man dammsuger, i skogen eller till och från jobbet/skolan (Andersson, 2012, s.60).

Fysisk aktivitet definieras som all kroppsrörelse som är ett resultat av skelettmuskulaturens kontraktion och som resulterar i en ökad energiförbrukning (Caspersen, Powell, & Christenson, 1985, s.126).

1.3 Forskningsöversikt

Följande avsnitt kommer att behandla tidigare forskning. Syftet är att beskriva ämnets forskningsläge för läsaren. Det finns inte studier som har behandlat samma ämne men det finns många studier som till viss del behandlar vårt ämne. Vi kommer även att presentera vetenskapliga artiklar i kapitlet.

I den svenska rapporten *att lära för livet* tar man som utgångspunkt resultaten från PISA studien som genomfördes år 2000 på 15-åringar i bland annat läsförståelse, matematik och naturkunskap. I rapporten diskuteras även elevers inställningar till lärande allmänt i skolan samt hur det påverkar studierna och framtiden. I rapporten framkommer det att det finns tydliga kopplingar mellan elevernas inställning till skolan och skolprestationer. Vidare förklaras det att utveckla positiva inställningar till lärande är väldigt viktigt för att nå framgång under hela skoltiden (grundskola till avancerade studier) för att kunna utveckla det livslånga lärandet (Skolverket, 2000, s. 7). I en annan studie framskrivna av två lärarstudenter framkommer liknande resultat dvs. att positiva erfarenheter gentemot skolan (i detta fall idrott och hälsa) leder till ökat intresse för ämnet ifråga. Studien syfte var att undersöka hur lärare i idrott och hälsa arbetar för att väcka intresse för fysisk aktivitet och hälsa för elever i grundskolan. Lärarna angav att de strävar efter att ge eleverna positiva erfarenheter av fysisk aktivitet. De menade att genom positiva erfarenheter ökar förutsättningarna för ett fysiskt aktivt liv i framtiden (Lindqvist & Öhrström, 2014, s.40).

I en artikel publicerad av Amelia M. Lee utforskar vederbörande, metoder som lärare kan applicera i sin undervisning för att skapa goda lärandemiljöer som uppmuntrar eleverna till att ha ett fysiskt aktivt liv. Artikeln beskriver olika studiers resultat. Ett av resultaten som presenteras visar att elever som har positiva känslor för sina kunskaper är mer intresserade av att fortsätta utveckla sina kompetenser, de är mer motiverade gentemot ämnet (Lee, 2004,

s.21). Det finns även en direkt koppling mellan dessa elever som upplever en god kompetens och engagemang i idrott, dessutom upplever eleverna som deltar i idrotten att de har ett större intresse av att bedriva fysisk aktivitet på fritiden (ibid, 22-23). Vidare skrivs det att elever i samspel med andra elever är en förutsättning för att främja lärandet, vilket är ett arbetssätt som bör användas i undervisning. Eleverna kan genom aktivt samspel med varandra ses som resurser för lärande snarare än oförmögna statister. För att genomföra den typen av undervisning kan läraren använda sig av kooperativ inläring där eleverna samspekar. En annan "metod" är att läraren skapar en öppen lärmiljö där misstag ses som en del av lärandet, att göra misstag innebär inte att individen är inkompetent utan det är en del av inläringen. Således ska det skapas en arbetsmiljö där eleverna kan vara aktiva på lektionerna med självförtroende samtidigt som viljan att utveckla sina kunskaper ökar (ibid, s.23-24).

Jan-Eric Ekberg och Bodil Erberth skriver i sin bok om sambandet mellan fysisk aktivitet som barn i skolan och som vuxen. De skriver i boken om vikten av att vara aktiv som barn för att utveckla ett intresse för att vara fysisk aktiv i vuxenlivet. De går även till viss del i det positiva tänkandet kring fysisk aktivitet som en förutsättning för att utveckla ett intresse för framtiden. Att delta i idrott och hälsa undervisning är en utav förutsättningarna som främjar en fysisk aktiv livsstil i vuxenliv. Vidare förklaras det att idrottsundervisning med hög kvalitet ökar förutsättningarna för ett fysiskt aktivt liv i framtiden på ett regelbundet sätt (Ekberg & Erberth, 2000, s. 63). Författarna skriver även om vilken roll de psykologiska faktorerna spelar i barnens/ungdomarnas syn på fysisk aktivitet. Det som har störst betydelse för utvecklingen av ett intresse för fysisk aktivitet är kunskaper om hur en individ bör och kan träna för exempelvis förbättring av konditionen medan kunskaper om exempelvis effekter av konditionsträning i hjärtat hamnar i skymningen, det har mindre betydelse för barn och ungdomar (ibid, s.67).

I en studie som genomfördes av en forskargrupp från Örebro universitetet om ämnet idrott och hälsa i Sveriges skolor försökte forskarna utvärdera ämnet genom att intervjua skolledare, lärare och elever. Forskargruppen ville bland annat utvärdera och analysera undervisningen i ämnet i förhållning till kursplanen, analysera hur undervisningens innehåll påverkar elevers motivation för ämnet och kunskaper, lärares perspektiv på ämnet och elevers perspektiv på ämnet. Forskarna har analyserat resultatet utifrån de olika urvalsgrupperna, kvinnliga och manliga lärare, grundskollärare och gymnasielärare samt ett ämnes och tvåämneslärare (Eriksson mfl, 2003, s. 3-4) I studien anger forskarna att många lärare tog upp begreppet

livslångt lärande, där de förklarade att de ville genom sin undervisning ge eleverna en grund för att kunna leva ett fysisk aktiv och hälsosamt liv. Vidare förklarar författarna att lärarna fick 14 alternativ att välja mellan, vad de ansåg vara den viktigaste lärdomen eleverna ska ta del av genom deras undervisning, majoriteten (gymnasie- och grundskollärare) angav att eleverna skulle ha roligt genom fysisk aktivitet. Det som är märkbart med den delen av resultatet är att "lära sig om hälsa" var den näst viktigaste lärdomen enligt gymnasielärare och den sjunde viktigaste enligt grundskollärare (ibid, 2003, s.17). Eleverna som deltog i studien tilldelades enkäter med olika frågor som de skulle besvara, urvalsgrupperna var skolår 6, skolår 9 och andra året på gymnasiet. Intresset för ämnet är betydligt högre hos sjätteklassare jämfört med de två andra urvalsgrupperna samtidigt är frånvaron mycket högre hos de äldre urvalsgrupperna. Vidare angav i störst utsträckning eleverna i skolår 6 att ämnet bidragit till deras lust att röra på sig och det märkbara var att 10 procent av flickorna i skolår 9 angav att ämnet bidragit till minskat självförtroende (ibid, 2003, s. 23-27).

1.3.1 Faktorer som leder till fysisk aktivitet på fritiden

Det har som tidigare nämnts varit svårt att hitta studier eller artiklar som utgår från vårt syfte d.v.s. "Syftet med denna studie är att undersöka hur idrottslärare arbetar med att skapa ett bestående intresse för fysisk aktivitet", därför har vi behövt göra en mera omfattande undersökning samt i vissa fall tillämpa forskning som tar sig an problemområdet ifråga utifrån en annan utgångspunkt.

Bland annat har Lars-Magnus Engström, svensk idrottsforskare, genomfört en omfattande studie vid namn *Who is physically active? Cultural capital and sports participation from adolescence to middle age- a 38-year follow-up study*, där syftet var att dels undersöka i vilken utsträckning de idrottsliga erfarenheter i barndomen och i ungdomen påverkar huruvida en individ håller sig fysisk aktiv i vuxen ålder eller inte samt undersöka i vilken utsträckning de socioekonomiska aspekterna påverkar huruvida en individ håller sig fysisk aktiv i vuxen ålder eller inte (Engström, 2008, s.319).

Studien ifråga inleddes år 1968 och avslutades år 2007, det vill säga att den pågick i 38 år. Totalt deltog 2144 elever i 15-årsåldern från årskurs 8, vilka handplockades slumpmässigt från total 91 skolklasser utspridda på fyra olika län i Sverige. När studien avslutades år 2007 så var de enbart 1518 individer som hade fullföljt undersökningen. (ibid, 2008, s.325).

Undersökningens datainsamling skedde via enkäter som skickades ut via post under sex specifika tillfällen. I dessa enkäter behandlades både de idrottsliga erfarenheterna samt de socioekonomiska aspekterna. Gällande de idrottsliga erfarenheter ingick det flera relevanta punkter som skulle undersökas via enkäterna, dessa var följande:

- Attityd gentemot ämnet idrott (Årskurs 8)
- Attityd gentemot fysisk ansträngning
- Betyg i ämnet idrott (Årskurs 8)
- Medlemskap i gym
- Erfarenhet kring olika idrottsliga aktiviteter på fritiden och i skolan, exempelvis: bollspel, skidor, jogging, simning, dans, cykling, promenader, orientering och friluftsliv
- Tid som spenderas i veckan på den egenvalda idrotten på fritiden

Engströms studie ledde fram till intressanta slutsatser. Gällande en av studiens syfte “i vilken utsträckning de idrottsliga erfarenheter i barndomen och i ungdomen påverkar huruvida en individ håller sig fysisk aktiv i vuxen ålder”, påvisade resultatet att medlemskap i gym eller hur mycket tid en individ lade ner på träning hade minst påverkan på individen medan ett *bra betyg i ämnet idrott* samt *erfarenheter kring olika idrottsliga aktiviteter på fritiden och i skolan* hade den största påverkan på individen (ibid, 2008, s.339).

1.3.2 Elevernas intresse för fysisk aktivitet

En studie som skiljer sig från tidigare nämnda studier är Jenny Isberg (2009). I den avhandlas problematiken inte genom att intervjua lärare eller skolledare kring ämnet ifråga utan istället genom en interventionsstudie. I denna studie vill forskaren genom att implementera en träningsdagbok i skolan försöka motivera ungdomar i åldern 12-16 år att utöva fysisk aktivitet samt att vilja fortsätta vara fysisk aktiv. Utöver ovan nämnda syfte vill även vederbörande göra en uppföljning på dessa elever, d.v.s. att eleverna blir kontaktade igen efter 4,5 år, då eleverna är 19-21 år, för att undersöka om eleverna har blivit motiverade till att fortsätta vara fysisk aktiva i vuxen ålder (Isberg, 2009, s.21) I undersökningen deltog totalt 122 elever samt fyra idrottslärare. Eleverna utgjordes av 71 pojkar samt 51 flickor i åldern 12-15 år. Inför träningsprojektet delades eleverna in i tre aktivitetsgrupper utifrån deras tidigare fysisk aktiva vanor, vilket var följande grupper fysisk inaktiva, motionärer samt föreningsaktiva.

Utformning av träningsprojektet bestod utav fyra huvudrubriker. Den första rubriken benämndes *planerad träning*. I detta fält skulle eleven ifråga dokumentera vad de planerat att träna. I den andra rubriken, *genomförd träning*, skulle eleven dokumentera val av träning samt varaktighet. I den tredje rubriken, *dina reflektioner*, skulle eleven skriva ner egna reflektion kring sin träning och i den fjärde, *lärarens reflektioner*, skulle lärarna ge eleverna individuell återkoppling (ibid, s.59). Eleverna fick möjligheten att på egen hand planera upp sin träning, det vill säga hur mycket de ville träna eller vilken typ av träningsform de ville utöva. Det som föreslogs av idrottslärarna var att eleverna skulle träna minst två ggr i veckan, varav varje pass skulle vara i minst 20 minuter.

Efter avslutat projektet gjordes som tidigare nämnt en uppföljning på deltagarna, i syfte att se om träningsprojektet motiverat deltagarna att fortsätta vara fysisk aktiva. Inför denna uppföljning användes även kontrollgrupper för varje aktivitetsgrupp. Dessa kontrollgrupper valdes slumpmässigt och skulle inte tillhöra interventionsgruppen, d.v.s. eleverna som skulle delta i träningsprojektet. Beträffande resultatet visade interventionen av träningsprojektet följande:

- **Fysisk inaktiva gruppen**, hade ökat markant i antalet aktivitetstimmar per vecka.
- **Motionärgruppen**, även här skedde en ökning i antalet aktivitetstimmar per vecka. Samtidigt visade resultaten att kontrollgruppen, d.v.s. gruppen som inte följde träningsdagboken, hade minskat i sina antal aktivitetstimmar per vecka.
- **Föreningsaktiva gruppen**, efter avslutat projekt påvisade resultatet att både interventionsgruppen och kontrollgruppen hade minskat markant sina antal aktivitetstimmar per vecka.

Resultat visar både intressanta och häpnadsväckande resultat, bland annat hur framgångsrik interventionen var hos den fysisk inaktiva gruppen och motionärerna, samt inte minst de föreningsaktiva elever som knappt utövade någon typ av fysisk aktivitet. I studien framkommer det att de elever som tidigare var föreningsaktiva, d.v.s. i 12-15 årsåldern, visste inte vilken typ av träning de skulle utöva när de slutat med sin föreningsidrott (Isberg, 2009, s.90).

I en annan avhandling som gjordes av Britta Thedin Jakobsson (2015) visade resultatet vissa skillnader från ovan nämnda studie. Thedins Jakobssons avhandling hade som huvudsyfte att

undersöka barn och ungdomars utövande av föreningsidrott och vad som kännetecknar utövandet samt dels vad som kännetecknar de som väljer att fortsätta med att vara medlemmar i övre tonåren och varför de fortsätter. Studien var longitudinell och genomfördes på 10-19 åringar genom intervju eller enkät med jämna mellanrum genom åren. Det vi finner intressant utifrån vårt syfte och frågeställningar är ungdomarnas beskrivning av vad de finner viktigt och meningsfullt med sitt idrottande samt varför.

Ungdomarna som fortsatte med föreningsidrotten i övre tonåren angav att de hade börjat med idrott tidigt och utövat 2-3 idrotter under uppväxten men bestämt sig för en som de sedan fortsatte med. Vidare konstaterades det i resultatet att ingen i intervjudelen och väldigt få som medverkat i enkäterna började med idrott efter 13-årsåldern. Det visade sig även att ungdomarna som var kvar i föreningsidrotten presterade bättre i skolan generellt samt i idrott och hälsa (bättre betyg) samt hade högre meritpoäng än dem som inte var utövare vid 16-årsåldern. Det fanns även stort samband mellan föreningsaktiva ungdomar och de som angett att de utövat idrott tillsammans med föräldrar i mycket större utsträckning (Thedin Jakobsson, 2015, s. 73-75).

1.4 Teori och utgångspunkter

För att kunna besvara vår frågeställning, ”Hur ser idrott och hälsa lärare på undervisningen som ett sätt att skapa livslångt intresse hos eleverna för att bedriva fysisk aktivitet på fritiden?”, samt få inblick i idrottslärares arbetssätt och inställning till hur de ser på ett livslångt lärande för fysisk aktivitet behöver vi skaffa oss mer kunskap kring diverse lärandeteorier. Genom att fördjupa oss i lärandeteorier kan vi på så sätt skaffa oss en förståelse kring bakomliggande faktorer som kan ha en påverkan i hur idrottslärare väljer att tackla problemområdet ifråga. I vår studie har vi valt att fokusera oss på teorier som har sin utgångspunkt i det sociokulturella synsättet. En utav de centrala teorierna vilket vi inleder kapitlet med är social lärandeteori. Vi lyfter även upp diverse centrala begrepp från teoretiker som betraktar fenomenet lärande som en process som utvecklas i samspel med andra människor.

1.4.1 Det sociokulturella perspektivet

Begreppet lärande kan beskrivas utifrån olika perspektiv, vilket ger diverse utlåtande kring hur lärandeprocesser bör främjas beroende vilken som väljs att utgå ifrån. I vår studie har vi

valt att inrikta oss på det sociokulturella perspektivet. Detta synsätt karaktäriseras av att se på lärande och kunskap som något som skapas i samspel med andra människor och inte enbart via individuella processer, där människor genom samarbete och dialog lär sig hantera situationer samt skapa sig en förståelse (Säljö, 2011, s.68).

1.4.2 Teorier och centrala begrepp

En av teorierna som vi har använt i studien har sina rötter i behaviorismen och benämns som *social lärandeteori*. Bland de forskare som har skapat social lärandeteori har vi valt att fokusera oss vid en person som har haft störst inflytande, nämligen, Albert Bandura (Jensen, 2016, s.53). Bandura har i sin bok *Social learning theory* utvecklat två centrala begrepp som leder till lärande vilka är *förstärkning* i relation till direkta erfarenheter samt *observation*. När det kommer till lärande genom direkta erfarenheter menar Bandura att vi människor i dagliga livet hamnar i situationer där vi måste handla på ett eller annat sätt, samt hur du väljer att handla kan sedan komma att påverka ditt beteendemönster beroende på vilken typ av *förstärkning* som personen ifråga har erfarit (Bandura, 1977, s.3). Således om vi tillämpar detta i en skolkontext innebär det att en idrottslärare som exempelvis ger positiv förstärkning efter en elevs framåtkullerbytta främjar i sin tur både elevens självkänsla samt inlärningsförmågan. Förstärkningsprincipen enligt Bandura uppfyller flera funktioner, den visade sig bland annat kunna påverka motivationen (ibid, s.3).

Bandura menar även att lärande kunde ske genom *observation*, vilket innebär att en individ lär sig genom titta på vad en annan person gör och sedan göra precis samma sak. För att lärande genom observation skulle lyckas behöver vederbörande genomgå fyra diverse processer. Den första är uppmärksamhetsprocesser, vilket menas att individen ifråga erkänner samt uppmärksammar det som skall läras, det andra är retentionprocessen som innebär att individen ifråga minns det som har lärts och kan sedan upprepa lärdomen i ett annat sammanhang (ibid, s.6-7). Tredje processen är motorisk reproduktionsprocessen som innebär att individen ifråga har den motoriska färdigheten för att kunna genomföra det som har observerats, och slutligen den fjärde processen som är förstärkning och motivationsprocessen som inbegriper att vederbörande är motiverad att lära sig det den just har observerat (ibid, s.8).

En annan teoretiker som även menar på att lärande är präglad av det sociala samspelet mellan individer är Lev Vygotskij. I teorin som Vygotskij utvecklade råder det dock en större betoning på den kulturella kontextens inverkan på lärande (Hwang & Nilsson, 2011, s.66). Vygotskijs teori har sin utgångspunkt i ett stimulus- och responstänkande, vilket han menar på sker i en kulturell samt social kontext, där individen med hjälp av tecken samt symboler tolkar stimulin ifråga samt utifrån sin förmåga handlar (Björklid & Fischbein, 1996, s.95). Således hade Vygotskij ett kritiskt synsätt när det kom till hur många lärare såg på hur en elev inlärningsförmåga främjas, d.v.s. att barn utvecklas i sin egen takt. Vygotskij menade istället att lärande skapas genom dialogen och samspelet mellan elev och lärare, där läraren introducerar nya krav, nya förhoppningar samt i synnerhet nya medel (ibid, s.95). För att kunna skapa optimala utvecklingsförhållanden hos elever var det fundamentalt att undervisningen utformades utifrån ett koncept om *aktiv samverkan*, vilket kräver en aktiv inställning från både den individ som lär ut samt individen som blir lärd, i lärprocessen blir lärarens roll att bidra med stöd och hjälp (Dysthe, 2003, s.82-83). En av de centrala begrepp i Vygotskijs teori och som idag anammats i skolan är bland annat *proximal utveckling*, vilket syftar på en utveckling som ligger ett steg före i den utvecklingszon som vederbörande befinner sig i (Hwang & Nilsson, 2011, s.67). Detta är något som idag i skolsammanhang benämns som handledning, vilket innebär att en vuxen person med högre kompetensnivå finns till hands för att dels väcka intresse hos eleven, dels handleda i olika frågor utan att lösa själva problematiken och på så sätt främja vederbörandes inläring och utveckling (ibid, s.67).

Ytterligare en teoretiker som har haft en central roll i skolans utveckling och som lyft upp relevanta aspekter kring hur lärande utvecklas i samspel med andra är John Dewey. I många av Deweys verk omnämns skolans uppgift, där bland annat skolan ska förse människor med kunskaper och färdigheter som i sin tur hjälper individer att analysera sina erfarenheter samt även kunna anta samhällets krav och möjligheter (Lundgren, Säljö & Liberg, 2012, s. 179-180). Således framhåller Dewey att skolan har en avgörande roll när det kommer till att skapa förståelse för sin omvärld samt erbjuda adekvata verktyg för att kunna förstå samt utveckla sina erfarenheter. I Deweys synsätt på lärande beskrivs vikten kring *kommunikationens* roll, d.v.s. språket, som en faktor för att utveckla lärande. Det är genom kommunikation med andra människor som vi skapar oss förståelse för saker och ting genom att ställa frågor, argumentera och analysera, vilket Dewey menar är något som i en skolkontext ibland försummas och istället övergår till att läraren enbart håller låda (ibid, s.181). I Deweys mening främjas

människors lärande genom att de får utbyta tankar och idéer med andra människor. Mot bakgrund av detta utvecklade Dewey begreppet *inquiry*, lärande genom inquiry, vilket är grundläggande i Deweys syn gällande hur lärande främjas. Begreppet inquiry innebär att eleverna ställs mot ett problem eller en undran från deras sida, vilket de sedan ska försöka reda ut genom att göra en mer djupgående faktainhämtning samt pröva idéer i hopp om att skapa sig en förståelse kring ämnet ifråga (ibid, s.183).

1.4.3 Användning av teori

Vi har valt att inrikta oss på lärandeteorier då studien har i syfte att undersöka om idrottslärnarnas kunskapsöverföring i undervisningen leder till ett livslångt lärande för fysisk aktivitet eller inte. Eftersom vi även försöker att identifiera hur denna lärandeprocess ser ut, d.v.s. lärandeprocessen mellan lärare och elev, har vi bestämt att tillämpa en teori inom det sociokulturella perspektivet. Då lärande i vår mening främst sker i samspel med andra, åtminstone i en skolkontext, anser vi att sociokulturella teorier kommer att dels tillföra en omfattande förståelse kring ämnet ifråga samt även fungera som verktyg för att kunna tolka och analysera idrottslärnarnas utlåtanden i ett senare skede.

1.5 Syfte

Syftet med denna studie är att undersöka hur idrottslärare arbetar med att skapa ett bestående intresse för fysisk aktivitet hos elever samt i vilken utsträckning lärarna upplever att ämnet idrott och hälsa påverkar elevernas vilja att vara fysiskt aktiva på fritiden.

1.5.1 Frågeställningar

- Hur ser idrottslärare på undervisningen i idrott och hälsa som ett sätt att skapa livslångt intresse hos eleverna för att bedriva fysisk aktivitet på fritiden?
- Hur skapar idrottslärare förutsättningar som främjar lärande och intresse kring fysisk aktivitet som kan bedrivas på fritiden?

2 Metod

Vi har i följande studie valt att genomföra en kvalitativ studie då syftet med studien handlar om att undersöka lärarnas synpunkter och upplevelser. Insamlingen av data har skett genom intervjuer. Vidare kommer i det här avsnittet på ett djupare plan behandla forskningens metod, d.v.s. hur vi gick tillväga för att samla in data, vilka överväganden vi fick ta insikt i, forskningens procedur samt resonemangen kring varje beslut.

2.1 Urval

Vi använde oss utav tillgänglighetsurval för att samla in vårt datamaterial till forskningen eftersom vårt arbete är relativt begränsat samtidigt som vi inte har tillräckligt med tid för att använda oss utav exempelvis teoretiskt urval. Detta gjordes för att det är det enklaste, effektivaste och mest ekonomiska när det gäller tidsaspekten. Vi kan även konstatera att vi delvis använt oss utav handplockat urval av den anledningen att vi ville ha gymnasieskolor från olika delar av Stockholm för att i analysen kunna diskutera om detta har någon påverkan på svaren (Hassmén & Hassmén, 2008, s.108-110). Vi använde bland annat tidigare handledare (en) som deltagare till studien. Intervjuerna genomfördes i fyra olika gymnasieskolor med fem olika idrott och hälsa lärare i Stockholms olika kommuner. Detta betyder att i en gymnasieskola genomfördes två intervjuer. Deltagarna i intervjuerna bestod av fyra kvinnliga utbildade idrott och hälsa lärare varav två var utbildade tvåämneslärare medan den manliga var endast utbildad lärare i idrott och hälsa.

2.2 Datainsamling

Vi beslutade oss för att gå tillväga med kvalitativ metod för att samla in data till denna studie. Anledningen bakom vårt beslut vilar på två faktorer dels den breda information vi kan insamla och att vi genom våra forskningsfrågor vill ta del av elevers och idrottslärares sociala verklighet, vilket är en av de grundläggande principerna i kvalitativ forskning (Dalen, 2015, s. 15). Vi valde att använda oss utav intervjuer för att få en djupare förståelse för respondenternas åsikter, uppfattningar och kunskaper kring temat ifråga (Ejvegård, 2009, s.49) Datainsamling består av fem utbildade idrottslärare varav några var utbildade tvåämneslärare och majoriteten var kvinnor (4). Frågorna i intervjuguiden (bilaga 2)

bearbetades innan intervjutillfället på ett strukturerat sätt med öppna frågor och konstruerades ur tre olika tematiska perspektiv, som behandlar dels vår teori dels begreppet livslångt lärande samt tidigare forskning (Dalen, 2015, s.34-35). Med strukturerat menar vi att vi hade frågor som var planerat sedan innan (17 frågor) och formulerades på samma sätt och strukturen följdes, dvs. vi börja med fråga ett och fortsatte sedan nummervis (Ejvegård, 2009, s.51). Vi bör tillägga att i vissa intervjuer valde vi att inte ställa några frågor eftersom vi upplevde att de redan besvarats samt att sista intervjun skedde i par, dvs. vi intervjuade idrottslärarna samtidigt eftersom det var det enda tillfället de kunde medverka i en intervju.

2.3 Databearbetning

Datamaterialet som inhämtades under intervjuerna spelades in i via två diverse verktyg, vilket var genom mobiltelefonen samt via en diktafon. Där en utav oss agerade som intervjuare och den andre personen anteckna eventuella följdfrågor som kunde dyka upp under intervjun samt skötte inspelningen. Efter att alla intervjuer hade genomförts satte vi oss ner och påbörjade transkriberingen av datamaterialet.

Då vår undersökning hade en kvalitativ prägel i sin utformning beslutade vi att behandla data genom en *innehållsanalys* där vi valde att utgå från *grundad teori*. Datamaterialet har således kodats utifrån olika kategorier, varje kategori representerar åsikter som informanterna antingen delar eller inte. Beträffande analysmetoden i fråga är metodvalet ett adekvat tillvägagångssätt då vårt syfte är att analysera en mängd text samt hitta kategorier som representerar lärarnas syn kring livslångt lärande (Boolsen, 2007, s.93).

2.4 Tillförlitlighetsfrågor

Eftersom studiens frågeställningar har i ändamål att undersöka lärarnas *synpunkter* samt *upplevelser* anser vi att följande metodval, i form av intervjuer, har bidragit med hög reliabilitet i studien. Intervju är sedan länge en etablerad metod, som har visat sig särskilt lämplig när det kommer till att fånga informanternas subjektiva upplevelser (Kvale & Brinkmann, 2014, s.369-370). Vidare ökade även reliabiliteten i studien genom att vi genomförde pilotstudie på en utomstående person. Detta tillät oss hinna göra korrigeringar

som exempelvis att avlägsna frågor i intervjuguiden som inte behandlar ämnet ifråga eller omformulera någon fråga som vederbörande inte förstod.

Gällande validiteten i studien, upplever vi att det finns vissa aspekter som kan ha påverkat intervjusituationen. Ett av dem är intervjun som skedde med två lärare. Dessa lärare kan ha blivit påverkade av varandras närvaro och därmed färgats i deras svar.

2.5 Etiska överväganden

Metodvalet som vi använder i vår studie vilar på etikprövningslagen, det vill säga lag (2003:460) om etikprövning som avser människor, vilket innebär följande;

“Syftet med lagen är att skydda den enskilda människan och respekten för människovärdet vid forskning” (2003:460)

Inför intervjutillfället har vi tagit hänsyn till de fyra huvudkrav som ingår i forskningsetiska principer d.v.s. informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet samt nyttjandekravet (www.vr.se). Informanterna i studien, d.v.s. idrottlärarna, har således blivit informerade beträffande studiens syfte och ändamål (se bilaga 3), samt om deras absoluta anonymitet. Vi har även förklarat för informanterna att de närsomhelst kan avbryta intervjun eller låta bli att besvara någon fråga som upplevs vara påträngande. Inför intervjutillfället tillfrågades även lärarna om vi fick spela in samtalet för att sedan kunna göra en transkribering, samtliga lärare gav sitt godkännande. Vidare förklarade vi för informanterna att deras personliga uppgifter varken kommer att synas i studien eller felanvändas. I vår studie kommer informanterna att presenteras som lärare A, B, C, D och E.

3 Resultat

Följande avsnitt kommer att behandla resultatet från intervjuerna med de olika lärarna från olika gymnasier i stockholmsregionen. Datamaterialet som vi erhållit kommer vi att presentera genom att försöka urskilja informationen som besvarar studiens frågeställningar samt syfte. All information kommer således inte att presenteras utan enbart datamaterial som

vi upplevde relevant. Studiens frågeställningar är följande;

- Hur ser idrottslärare på undervisningen i idrott och hälsa som ett sätt att skapa livslångt intresse hos eleverna för att bedriva fysisk aktivitet på fritiden?
- Hur skapar idrottslärare förutsättningar som främjar lärande och intresse kring fysisk aktivitet som kan bedrivas på fritiden?

Resultatet kommer således att sorteras in två rubriker. Frågor som rör lärarnas *syn* samt *uppfattningar* presenteras i rubrik (3.1 Idrott och hälsa lärare syn på undervisningen som ett sätt att skapa livslångt intresse hos eleverna för att bedriva fysisk aktivitet på fritiden) samt frågorna som rör lärarnas *arbetssätt* kommer att presenteras i rubrik (3.2 Att skapa förutsättningar som främjar lärande och intresse för fysisk aktivitet).

3.1 Idrott och hälsa lärare syn på undervisningen som ett sätt att skapa livslångt intresse hos eleverna för att bedriva fysisk aktivitet på fritiden

3.1.1 Lärarnas syn på livslångt lärande

Vissa lärare hade likheter i sina uttalanden gällande vad de anser beskriver begreppet livslångt lärande. Det fanns en lärare som tydligt skiljde sig åt från resterande lärare i sitt uttalande gällande synen på livslångt lärande inom idrott och hälsa. Lärare A och lärare E, ansåg att det var viktigt att eleverna utför någon form av fysisk aktivitet som de upplever meningsfullt samt kan utöva under hela livet. Lärare A uttryckte sig på följande vis:

“hitta någon form av fysisk aktivitet som man kan tänka sig hålla på med resten av livet helt enkelt och kanske inte att det handlar om träning utan bara att vara i rörelse, att vara aktiv”

(Lärare A)

En lärare som hade en annan synvinkel på frågan, var lärare C, som menade att livslångt lärande innebär att en individ som barn ärver en livsstil och en livssyn där idrott och hälsa har en betydande roll, samt att idrottslärarna har till viss del en uppgift att försöka få ungdomarna att bli fysisk aktiva.

“Det betyder att ...när man är liten..får en livsstil och en livssyn som vi då ska hålla oss till idrott och hälsa, som är hälsosam. Det kommer väl vårt jobb in på att man försöker få ungdomarna att förstå att vad är en god form, har betydelse för allt vi gör i livet” (Lärare C)

När det gäller lärare B och D, så menar båda informanterna att individen ska förbereda sig fysiskt och psykiskt för livet efter skoltiden såsom arbetsliv. De betonade även att det bör leda till ett intresse för någon form av fysisk aktivitet som de använder sig av i vuxen ålder. Lärarna menade att eleverna ska utveckla tillräckligt med kunskaper för att kunna bedriva ett fysisk aktiv liv genom att ta hänsyn till exempelvis sina arbetsställningar eller andra faktorer och samtidigt generella kunskaper om kost.

Fortsättningsvis tydliggjordes även hur idrottlärarna tolkade samt realisera följande punkt från kursplanen i ämne idrott och hälsa; ”undervisningen ska utveckla ett intresse för diverse rörelseaktiviteter”. I lärarnas uttalande upptäckte vi många likheter men även några olikheter gällande vissa aspekter. En syn som dock delades av samtliga läraren var den om att erbjuda eleverna en mångfald med rörelseaktiviteter. Alla informanter anger att de jobbar med en bredd av aktiviteter och lärare E och C anger begreppet smörgåsbord.

”jag tänker på bredden också, att de får prova på olika, för vi har alltid jobbat så att vi har smörgåsbord o så att man får prova på också o de är ju en glädje att kanske prova på något som man aldrig gjort förut o man märker oj det här var jag bra men det här var jag inte bra på eller liksom att man kan hitta någonting som man känner liksom att det ger något”
(Lärare E)

Vidare anger lärare C att grundskolelärare har viktigare roll i och med att de “fostrar” eleverna vilket gör att de redan har intresse och i gymnasiet kan läraren endast arbeta med att förstärka detta. Lärare A och E ser på det som ett sätt att eleverna ska få hitta nya och spännande aktiviteter som känns roligt men även att de är bra på det. Lärare B och D har likheter i sin uppfattning och arbetssätt, båda angav att de arbetar med aktiviteter som går att bedriva efter skolan men har olika syn på vad som går att bedriva efter skolan. Skillnaden är att lärare B tror inte på idrottshall eftersom det är väldigt få vuxna som har tillgång till det, hon försöker förbereda eleverna för framtiden och försöker spegla det sättet vuxna tränar på.

“jag tror inte på en idrottshall för att skapa det här livslånga lärandet och skapa ett intresse hos elever, för det är inte så speciellt många vuxna som har en idrottshall att gå och träna i”

Vidare förklarade hon att lektionsinnehållet försöker spegla det sättet vuxna tränar på och förbereda dom för framtiden. Hon har fokus på kondition i olika former och gymträning samt rörelsekvaliteten och progressionen hos eleverna.“ Så det jag testat, alltså jag ska ha testat ett bredd av aktiviteter för att kunna bedöma rörelse kvaliteten då enligt läroplanen” (Lärare B)

Lärare D “tror” på idrottshall och försöker få eleverna att utveckla intresse för att gå på olika träningspass, exempelvis Friskis och Svettis som bedrivs i närheten. En annan viktig del i lärarnas syn på hur undervisningen kan leda till ökat fysiskt intresse var att ta del av vilka lärdomar de anser är viktigast att eleverna utvecklar. Det fanns två lärare som hade liknande syn på vad som anses vara viktigast att lära ut till eleverna i sin undervisning vilket eleverna bör kunna ta del av. Resterande lärare hade varierande syn på vad som är viktigast att eleverna tar del av under deras undervisning. Det finns likhet i det lärare A och C medger, den förstnämnda menar att få kunskap om alla typer av hälsa (fysisk, psykisk, social) är det viktigaste och kunna applicera det i vardagen för att uppnå en balans. Lärare C har likheter i sitt tänkande, hon anser att eleverna bör vara medvetna om fysiska men även psykiska fördelar med fysisk aktivitet och även fördelarna med vardagsmotion när en individ ställs inför en sjukdom.

”Att finna en balans i vardagen, att det går att känna att jag mår bra o jag liksom har en god fysisk, social o mental hälsa, det här helhetsperspektivet, att dom hittar den balansen tror jag är superviktigt” (Lärare A)

Lärare B menar att det viktigaste är att få kunskaper om kost och vilka för-/nackdelar det ger men även om att det är individen som väljer vilken “väg” den tar gällande olika val som exempelvis kost och att vara eller inte vara fysisk aktiv. Lärare D tänker mer utifrån föräldraperspektivet, där eleven ska i framtiden ge kunskaperna till sina barn och fostra dem med ett hälsotänk medan Lärare E anser att eleverna bör känna glädje av att träna/röra på sig samtidigt som hen upplever en utveckling.

3.1.2 Lärarens roll i elevers intresse för fysisk aktivitet

I följande del kommer lärarens roll att behandlas, d.v.s. vad lärarna kan göra för att skapa ett livslångt intresse för fysisk aktivitet hos eleverna. I vårt fall handlar det om lärarnas personliga inställning och motivation till sitt ämne samt stoffet som vederbörande presenterar

på idrottslektionen. Vi inleder med att försöka kartlägga vilken inverkan en lärares inställning/motivation har i relation till elevernas vilja att leva ett fysisk aktivt liv.

Samtliga lärare instämde i att lärarens motivation och inställning till ämnet idrott och hälsa påverkar elevernas intresse gentemot idrotten. Bland annat nämner lärare C och lärare D att idrottsläraren har en väsentlig roll när det kommer till att skapa ett intresse hos elever, vilket innebär att läraren ifråga behöver hela tiden uppdatera sig och inte fastna i gamla mönster. Detta genom att introducera nya typer av rörelseaktiviteter samt att försöka variera ens lärarstil. Lärare B betonade vikten att som idrottslärare ta ett fysiskt ansvar d.v.s. att läraren i viss mån lever som den lär. Eleverna kommer således att bli mer motiverade och intresserade i ämnet om läraren ifråga också visar sitt engagemang för ämnet ifråga

”Det är ju jätteviktigt och så ser det ut i alla kurser. Om dem har en idrottslärare som själv tror på det den utbildar i och också själv tar ett fysiskt ansvar, de så klart det kommer smitta av sig” (Lärare B)

Utöver lärarens personliga inställning till ämnet idrott och hälsa och dess påverkan i elevernas vilja att vara fysisk aktiv på fritiden, undersökte vi även vilken påverkan de anser att ämnet idrott och hälsa har i deras val att vilja vara fysisk aktiv på fritiden. Det framkom att både lärare A och B ansåg att eleverna får den insikten och förståelsen som krävs genom undervisningen för att de sedan ska kunna ta ställning på frågan att vara fysisk aktiv eller inte. Å andra sidan anser lärare C och D att det finns andra faktorer som har en större påverkan än bara ämnet idrott och hälsa, lärare C lyfter upp familjens roll och den livsstilen som har främjats i hemmet samt lärare D syftar på faktorer som exempelvis pengar, d.v.s. att eleverna har mer intresse för att tjäna pengar än att vara fysisk aktiva.

“Jaa svårt att säga, tyvärr inte så mycket som jag skulle vilja. Jag tror att vad man gör hemma i familjen, föräldrar, har större påverkan faktiskt i din uppväxt än vad vi kan göra som idrottslärare. Jag tror att den livsstilen grundas tidigt, det tror jag, jag tror absolut att vi kan påverka och göra en förändring på en del. Att man kan liksom påvisa” (Lärare C)

Lärare E hade liknande syn på denna fråga där hon angav att ämnet idrott och hälsa har i överlag tappat sin status. Vidare förklarade hon att det kan hända att skolan påverkar eleverna

i deras val att bedriva fysisk aktivitet men det sker inte förrän eleverna gått ut gymnasiet och mognat ordentligt.

Gällande hur lärarna väljer att arbeta i relation till val aktiviteter har det visat sig att en variation i lektionsinnehållet spelar en central roll i att skapa ett livslångt lärande för fysisk aktivitet. Samtliga lärare menade att en bredd av aktiviteter i undervisningen är mycket viktigt när det kommer till att få elever att bli intresserade i att vilja röra på sig samt hitta den fysiska aktiviteten som passar eleven ifråga. Emellertid fanns det vissa lärare, bland annat lärare B och D som angav att det är lika viktigt att en idrottslärare har ett tydligt syfte med idrott och hälsalektionen ifråga samt inte enbart fokuserar på att presentera massa olika fysiska aktiviteter utan något syfte.

“Självklart är det viktigt att vi erbjuder olika fysiska aktiviteter för våra elever, för det kan verkligen vara en ingångsport till någonting nytt. Men också att man tittar då på vad är syftet och målet, och också då titta på vad är det jag bedömer så att man inte, aa bara gör en aktivitet för att man ska göra en aktivitet utan att det ska finnas ett tydligt syfte med den aktiviteten” (Lärare B)

Lärare E och lärare A, ansåg att konceptet kring “smörgåsbordet” inte heller får övergå till något då idrottsläraren på ett maniskt sätt försöker presentera massvis med olika fysiska aktiviteter och i sin tur förhindrar progressionen i aktiviteten och elevernas individuella utveckling.

“Alltså jag tror på det här stora smörgåsbordet, men ändå att det ska finnas en känsla av sammanhang, att vi kan inte bara hoppa mellan olika aktiviteter hela tiden utan att de ska ändå se att det finns tid till progression att man får begå misstag, men att det finns liksom nya möjligheter att visa att man kan mer eller utvecklats” (Lärare A)

Den arbetsform som anammats av läraren tycks spela en viktig roll huruvida elevernas intresse gentemot livslångt lärande för fysisk aktivitet antingen främjar utveckling eller bidrar till ett sjunkande intresse. Lärare A och lärare B menar på att ämnet idrott och hälsa inte har följt samhällsutvecklingen och inte heller det som har efterfrågats av eleverna, vilket kan vara faktorer som har bidragit att intresset för ämnet har sjunkit.

”Jag tror att vi behöver erbjuda ett smörgåsbord och jag tror också att vi behöver ta in liksom lite nya influenser, för att det finns en syn på ämnet o den är väldigt starkt om man bara liksom kollar med sitt kollegium. Vi måste prova det som sker just nu i samhället, det är t.ex. en jättestor trend med mma, hur mycket elever som helst som håller på med olika typer av kampsporter o sådär” (Lärare A)

“Min personliga reflektion är ju att ämnet idrott och hälsa har inte följt med samhällets utveckling utan vi ligger fortfarande kvar och undervisar idrott som man gjorde för 25 år sedan och då är inte intressant för våra barn/ungdomar och då tappar dem motivationen” (Lärare B)

Lärare C anser att hälsoperspektivet behöver förstärkas i ämnet idrott och hälsa, samt att elevhälsan är något som skolan och alla ämneslärare, d.v.s. inte enbart idrottslärare, behöver engagera sig i och förmedla vikten med att delta på idrotten. Det behöver således finnas ett gemensamt arbete i skolan som främjar hälsotänkandet. Enlig denna lärare bör även de få mer tid för idrott och hälsa. Vidare betonade lärare D att det bör fokuseras på att ha en positiv lärmiljö medan lärare E framhävde vikten av att ha en blandning av aktiviteter för att eleverna ska hitta glädjen med fysisk aktivitet.

Då lärare B hade en annorlunda syn på bakomliggande orsaker som bidrar att intresset för ämnet idrott och hälsa sjunker. Valde vi att diskutera vidare med lärare B om denne anser att brist på lärarens kunskaper eller lärarens motivation kan vara orsaken till detta.

“Jag tror att dem flesta idrottslärarna är nog motiverade men dem har nog inte kunskaperna och dem har inte heller tänkt igenom alla dem här stegen...som jag typ tjarar om. hela tiden. Alltså syftet, vad är målet, hur tittar jag på progressionen hos mina elever..hur utmanar jag varje individ. För får man det..då går alla elever igång i princip” (Lärare B)

Det som lärare B betonar är framförallt att läraren bör synliggöra lärandet i undervisningen genom att exempelvis ha en tydlig syfte/ mål med momenten som presenteras. Eleverna ska även få tid och möjligheten att utvecklas.

3.1.3 Hur yttre faktorer påverkar det livslånga lärandet

I denna del kommer vi att presentera yttre faktorer som kan påverka individer och deras livslånga lärande för fysisk aktivitet. Det vill säga faktorer som vi själva inte kan påverka som exempelvis, hemmet, föräldrar samt social bakgrund. I lärarnas uttalande urskiljdes flera yttre faktorer som påverkar elevernas livslånga lärande för fysisk aktivitet. Samtliga lärare anger att den sociala bakgrunden (familj, vänner, ekonomi) har en oerhört viktig roll i elevernas val av att bedriva fysisk aktivitet eller ej. Det blir oerhört svårt att bedriva fysisk aktivitet om ingen i familjen eller vänner utövar någon sport eller fysisk aktivitet. Lärare A anger att det inte räcker med stöd från skolan, stöd måste komma från vänner, familj etc. samtidigt som det är dyrt att utöva olika sporter vilket i många fall bidrar till att individen väljer att inte bedriva någon fysisk aktivitet alls. Vidare angav läraren att skolan måste inleda ett kollegialt arbete för att främja utvecklingen och intresset för fysisk aktivitet hos eleverna. Om lärarna i andra ämnen belyser i sina ämnen hur viktigt det är med fysisk aktivitet, skulle det underlätta arbetet för att främja hälsotänket. Hen menar att ämnet idrott och hälsa inte ses som ett kunskapsämne bland kollegorna, vilket lärare A anser är negativt både för ämnets status samt kunskapsutvecklingen hos eleverna. Lärare C och D var också inne på de ekonomiska nackdelarna, de förklarar att alla inte har ekonomiska förutsättningar för att vara aktiva eller skicka barnet till fotbollslaget som kompisarna spelar i för då hamnar barnet/eleven utanför vilket får konsekvenser för fysiskt intresse allmänt. Vidare betonar lärare C vikten av att föräldrarna är förebilder för barnen genom att tänka på hälsan medan lärare D går in på att i utsatta områden med låg status, utbildning, ekonomi mm. handlar den fysiska aktiviteten om att få bort barnen/ungdomarna från gatan.

”familjen betyder jättemycket, man måste mötas av många positiva förebilder ute i samhället om en total inaktiv familj ska få ett barn som rör på sig. En del har inte jobb, råd o skicka iväg grabben på ishockey, eller betala medlemsavgiften i föreningen, individen blir exkluderad. Den socioekonomiska utbildningen, utbildningsnivå är kanske lite låg, i dom här områdena, har du inte kunskaper blir det svårt, statusen är lägre, man studerar mindre, jobbar mindre i dom här områdena” (Lärare D)

Vidare talar Lärare E om hur viktigt det är med idrott i utsatta områden. Lärare B talade om att intresset för fysisk aktivitet är något som utvecklas kulturellt i familjen, individen väljer att antingen bedriva fysisk aktivitet eller inte beroende på om familjen har en positiv eller negativ syn på fysisk aktivitet. Hen angav att det går att “arbeta” med föräldrarna och förklara och ge

kunskap om hur viktigt det är med bra hälsa för att eleven ska utveckla och förstå vikten av fysisk aktivitet för ett hälsosammare liv.

3.2 Att skapa förutsättningar som främjar lärande och intresse för fysisk aktivitet

3.2.1 Lärarnas syn på lärande i samspel med andra

I detta avsnitt kommer vi att behandla studiens andra tema, d.v.s. hur informanterna ser på lärande som sker genom samspel med andra individer. Redovisningen är uppbyggd kring de centrala begreppen *kommunikation*, *förstärkning*, *aktiv samverkan* samt *problembaserat lärande*.

Tabell 1. Lärarnas syn på lärande utifrån begreppen kommunikation, förstärkning, aktiv samverkan samt problembaserat lärande

Lärare/ Centrala begrepp	Kommunikation	Förstärkning	Aktiv samverkan	Problembaserat/ lärande
Lärare A	“Jag försöker ge feedback lite då o då under terminen o så där. Vi kan förmedla det kanske skriftligt eftersom jag inte alltid hinner muntligt o sådär”	”Förstärkning fungerar inte hos alla ska jag säga ”	“Dem har jätte mycket att lära utav varandra eller ta hjälp av varandra, att de också kan vara varandras lärare o instruktörer o visa”	“I praktiska lektioner kan jag presentera följande arbetssätt, o att dom sen själva får ställa frågor för jag kanske inte berättar allting hur det ska gå till eller vilka regler som de ska förhålla sig till”

<p>Lärare B</p>	<p>”Dem behöver få fakta, tydlig bedömning av mig, vilka kunskaper är det jag kommer tittat på, varför gör vi det här momentet. ”Dem måste ju ha en progression, alltså tillåten progression/ utveckling. Och så klart uppföljning.</p>	<p>”Mm, Individuell formativ feedback hela tiden, stötta och hjälpa elever som vill höja sitt betyg”</p>	<p>”Det är jätte viktigt att jag har en aktiv kommunikation med eleven. Men också eleverna sinsemellan”, ”Hittar man en löpkompis så är det ju oftast lite lättare att ta sig ut”</p>	<p>”I konditionen till exempel, så har dem fått en massa kunskaper och så, sen kan det vara att vi har en påhittat person som dem då ska coacha själva i att utöka sin kondition.</p>
<p>Lärare C</p>	<p>”Den är viktig och vi har för lite tid där också, jätte viktigt... framförallt den hära individuella feedbacken”,</p>	<p>” Så mycket jag hinner, alltså väldigt mycket på lektionstid”, ” Man kanske kan ta något åt sidan men framförallt dem som jag upplever har lite svårt för ämnet”</p>	<p>”Du måste tänka på att använda olika lärstilar” ,</p>	<p>”Jag tycker inte jag har tiden till det”, ” om du vill att ett barn ska lära sig en kullerbytta exempelvis, varför ska jag lägga fram en matta och säga, nu ska vi prova och rulla, och så ska vi hålla på i en kvart</p>
<p>Lärare D</p>	<p>”Framförallt ett individuellt bemötande, att man berömmar o inte skäller på alla utan att man verkligen kan ta var och en individuellt”, ”</p>	<p>”Positiv förstärkning är ju det som bygger”</p>	<p>”Jag tycker det är jätteroligt o jobba ihop”</p>	<p>”Mm a i spelgrejer brukar vi prata om hur ska ni formera lagen, hur ska ni göra mot dom andra. Gå inte bara in o gör utan tänk på vad ni gör, så det</p>

				är ju en form utav problembaserad”, ”
Lärare E	”Kommunikationen är jätteviktigt”, ” det är inte varje lektion man hinner prata med alla”	”Ja men jag bedömer ju rätt mycket på vår portal ”	”I grupp får dem jobba tillsammans o planera lektionen	”Mina samhällselever dom har ju en väldigt kort tidsperspektiv, de räcker en 34 minuter sen är tålamodet slut”, ”

Gällande *kommunikationens* roll i en lärandeprocess menade majoriteten av lärarna att det är en viktig beståndsdel. Lärare C och D nämnde vikten av individuell feedback samt det individuella bemötandet, att på ett personligt plan se eleven samt även på ett mera övergripande plan informera eleverna genom att erbjuda fakta, formulera ett tydligt syfte med aktiviteten ifråga etc. Många utav lärarna upplevde att tiden för det individuella bemötandet inte alltid fanns, istället använde sig lärarna utav en plattform där de höll kommunikationen med eleverna genom att kommentera samt bedöma elevernas prestationer och utvecklingsmöjligheter. Om vi ser på *förstärkningens* roll i lärandeprocessen, ansåg majoriteten av lärarna att förstärkning i form av feedback och formativ bedömningen har en positiv effekt hos eleven i att vilja lära sig. Lärare D uttrycker på följande sätt; “Positiv förstärkning är ju det som bygger”. Lärare A anser dock att förstärkning inte alltid fungerar hos alla elever. Vidare diskuterades även den *aktiva samverkans* roll i en lärandeprocess, på denna punkt ansåg både Lärare A och B att den aktiva samverkan mellan lärare/elev och elev/elev är jätteviktig, i synnerhet den aktiva samverkan elever emellan. Lärare C nämner några faktorer som kan bidra till en aktiv samverkan mellan lärare och elev, bland annat att läraren ifråga tillämpar olika lärstilar samt att det finns en levande dynamik mellan lärare och elev, där även eleven emellanåt får möjlighet att leda och demonstrera gruppen.

I nästa fråga som lyder på följande sätt “I utformningen av dina idrottslektioner brukar du tillämpa *problembaserat lärande*?”, skiljde sig svaren mellan lärarna. Lärare C och lärare E såg svårigheter att jobba på det här sättet, dels p.g.a. att tiden inte räckte till samt att det krävs elever som är tillräckligt självständiga. Det fanns två lärare som arbetade med problembaserat

lärande, en utav dem var Lärare A som tillämpade arbetssättet ifråga under praktiska lektioner, samt Lärare B som under vissa moment som exempelvis konditions undervisningen brukade låta eleverna arbeta i par varav en skulle besitta en massa kunskap och den andra eleven skulle rådfråga kring hur individen ifråga skulle kunna lägga upp sin träning.

3.3 Resultatsammanfattning

Lärarna hade till viss del liknande arbetssätt för att öka elevernas intresse för fysisk aktivitet men med olika mål. Genom att ha en bredd av aktiviteter eller “smörgåsbord” vill lärarna antingen förstärka intresset för fysisk aktivitet eller hitta nya intressen eller förbereda eleverna för vuxenlivet. Vidare angav respondenterna att en motiverad och engagerad lärare med höga kunskaper har bättre kvalitet på sina lektioner vilket ökar förutsättningarna för att eleverna ska motiveras och utveckla intresse för fysisk aktivitet på fritiden. Några lärare uppgav att kollegorna måste till viss del “följa” med i samhällsutvecklingen och använda sig av populära fysiska aktiviteter för att öka intresset hos eleverna vilket inte sker eftersom det råder brist på kunskaper hos dagens idrott och hälsalärare. Bland dessa lärare fanns det en lärare vars svar avvek från de andras. Denne lärare menade att dagens idrottslärare har fastnat i det “gamla tänket” och syftar då på i synnerhet vissa specifika moment inom exempelvis gymnastiken och även bollspel, som idag inte speglar det som eleverna efterfrågar i sin idrott och hälsaundervisning. Lärarna upplevde att svårigheterna för att öka elevers fysiska intresse samt kunskaper är tiden, elevers sociala bakgrund samt kollegiet i skolan. Det råder tidsbrist i skolorna, många av de intervjuade idrottslärarna upplever att eleverna har för lite idrott och hälsa timmar för exempelvis ha bättre kommunikation med eleven, vilket ansågs vara viktigt i lärande processen. Dessa lärare anser även att det borde skapas ett gemensamt arbete för hälsoutvecklingen i skolorna för att öka den fysiska aktiviteten på fritiden samt öka medvetenheten för det hos eleverna och även kunskaperna. Den sociala bakgrunden är en annan svårighet i arbetet för att utveckla gymnasieelevernas kunskaper och fysiska aktivitet. Lärarna angav att familj, vänner och ekonomi spelar stor roll i dessa ungdomars fysiska aktivitet, samtliga menar att de bör “fostras” hemma till att bedriva fysisk aktivitet eftersom föräldrar och vänner har större inflytande än vad ämnet har.

Vidare inhämtades även intressant information kring hur lärarna bedriver sin undervisning. I vårt fall ville vi undersöka vilka arbetssätt som läraren ifråga väljer att anamma i sin undervisning samt hur de främjar lärande och skapar ett intresse för ämnet idrott och hälsa.

Många lärare la stor vikt kring kommunikationens roll i en lärandeprocess, de ansåg att det var viktigt att ha en kommunikation med eleverna i form av formativ feedback och ett individuellt bemötande för att på så sätt öka deras intresse för idrott. Emellertid ansåg några utav respondenterna att det inte alltid hade tiden att ge varje elev ett individuellt bemötande. Det som vi även kunde urskilja var förstärkningens viktiga roll i en lärandeprocess. Det fanns dock vissa lärare som inte trodde att den positiva förstärkning som ges till eleverna i form av feedback påverkade dessa individer att fortsätta vara fysisk aktiva på fritiden samt att de upplevde som svårt att i vissa fall ge positiv feedback till elever som missköter sig. Lärarna lyfte även upp den aktiva samverkansrollen i lärandeprocessen. Bland annat uppgav majoriteten av lärarna att den aktiva samverkan elever emellan främjar lärandet. Slutligen tillfrågades lärarna om de ansåg att problembaserat lärande hade en central roll i lärandeprocessen, lärarna svarade väldigt olika på denna fråga. Några utav lärarna upplevde att de varken hade tiden att utforma lektionen på det viset samt inte heller förstod syftet att presentera aktiviteter så. Sen fanns det andra lärare som tillämpade en typ av problembaserat lärande under exempelvis styrke- och konditionsträning undervisningen, en annan tillämpade följande arbetssätt under genomgång av regler till bollspel samt den tredje gav elever redskap samt riktlinjer att följa för att sedan låta eleverna i smågrupper konstruera egna småspel som sedan presenteras och provas på av alla elever i klassen.

4 Diskussion

Syftet med denna studie är att undersöka hur idrottslärare arbetar med att skapa ett bestående intresse för fysisk aktivitet hos elever samt i vilken utsträckning lärarna upplever att ämnet idrott och hälsa påverkar elevernas val att vilja vara fysisk aktiva. Våra frågeställningar är följande:

- Hur ser idrottslärare på undervisningen i idrott och hälsa som ett sätt att skapa livslångt intresse hos eleverna för att bedriva fysisk aktivitet på fritiden?
- Hur skapar idrottslärare förutsättningar som främjar lärande och intresse gentemot fysisk aktivitet som kan bedrivas på fritiden?

I följande avsnitt kommer studiens resultat att diskuteras utifrån bakgrund, forskningsläge samt teoretiska utgångspunkter. Vidare kommer vi avsluta denna del med en metoddiskussion, förslag på vidare forskning samt slutsats.

4.1 Hur ser idrott och hälsa lärare på undervisningen som ett sätt att skapa livslångt intresse hos eleverna för att bedriva fysisk aktivitet på fritiden?

Lärarnas syn på begreppet livslångt lärande skiljde sig åt. Två utav lärarna som vi upplevde erbjöd intressant resultat var Lärare B och Lärare C. I dessa lärares svar går det att finna likheter hos Ellströms definition av begreppet livslångt lärande, vilket han definierar på två olika sätt. Lärare C som menade på att "individerna utvecklar eller ärver en livssyn som är hälsosam" samt lärare B som menade på att "eleverna ska tränas inför verkligheten" liknar Ellströms första definition vilket är att människan lär sig så länge den lever samt att nya kunskaper, kompetenser eller personligheter inte nödvändigtvis blir en del av utvecklingen, ibland innebär det endast att människan anpassar sig till nya omständigheter (Ellström, 1996, s. 1). Trots sina likheter med Ellströms definition ser vi skillnader mellan dessa lärares svar, d.v.s. att den ena, lärare C, har en mer detaljerad syn samt tar hänsyn till olika faktorer som exempelvis hemmets påverkan och hälsoperspektivet, medan lärare B svar inte nödvändigtvis bör innebära att en individ lär sig något hela tiden utan kan ibland innebära att individen anpassar sig till verkligheten. Utöver dessa fanns det andra lärare som hade en syn på livslångt lärande som innebar att individen ska utveckla och hitta ett intresse för någon fysisk aktivitet.

Vidare lyckades vi även identifiera diverse arbetssätt som lärarna tillämpar i sin undervisning vilket bidrar till ett livslångt intresse för fysisk aktivitet enligt dem. Vissa lärare angav att de centrala arbetssätten för att bedriva sin undervisning i ämnet idrott och hälsa var att erbjuda ett smörgåsbord av fysiska aktiviteter samt att de har ett tydligt didaktiskt upplägg i sin undervisning. Gällande de fysiska aktiviteter som skall erbjudas på lektioner i idrott och hälsa, ansåg majoriteten av lärarna att det bör inkorporeras nya fysiska aktiviteter som är trendiga i samhället. Bland dessa uttryckte sig en utav lärarna kritiskt gentemot hur idrottslärare idag fortfarande undervisar moment som gymnastik eller bollspel utan något tydligt syfte eller mål, vilket enligt denne är moment som inte anses som attraktiva samt inte heller speglar de populära aktiviteterna som individer idag utövar i samhället. Lärarna följer inte den senaste forskningens utlåtande kring fysisk aktivitet vilket gör att de stagnerat i samma typ av innehåll. Lärare B menar, att det som undervisats för 25 år sedan inte längre är intressant och därmed leder till minskat intresse för fysisk aktivitet hos elever. Detta överensstämmer till viss del med tidigare forskning, i den mening att individen bör utveckla

positiva erfarenheter gentemot ämnet idrott och hälsa för att öka intresset för ämnet ifråga (Lindqvist & Öhrström, 2014, s.40). Således, för att elever ska utveckla ett intresse för att vilja röra på sig och därmed skapa ett intresse för aktivt liv bör undervisningen i idrott och hälsa utformas på ett sätt som framkallar glädje och lust hos eleven, vilket enligt lärare B är något som dagens idrottslärare verkar ha försummat. Som vi nämnt tidigare angav en del lärare att undervisningen bör bestå av ett tydligt didaktiskt upplägg vilket ses som en annan viktig faktor enligt forskare för att utveckla ett intresse för att bedriva regelbunden fysisk aktivitet (Ekberg & Erberth, 2000, s.63). Våra erfarenheter som elev och lärare överensstämmer i viss mån med lärare B:s uttalande, vi har personligen upplevt att många lärare undervisar på samma sätt som de gjorde under de första åren i yrket. Vad det beror på kan vi inte säkerställa men det kan vara p.g.a. brist på motivation, följer inte den senaste forskningen, brist på kunskaper eller dylikt. I våra intervjuer kunde vi konstatera att trots lärarnas svar kring hur viktigt det är att inkorporera nya aktiviteter som är populära och skapar intresse, finns det en tendens att vissa lärare hamnar i bollspelsundervisning utan något tydligt syfte kring varför det finns med i undervisningsinnehållet.

Det som vi även upptäckte i resultaten och som både lärare A och Lärare C upplever som centralt var att det skulle finnas ett tydligare samarbete mellan ämneslärare för att öka intresset för fysisk aktivitet. Dessa lärare menade att ett samarbete mellan kollegor i form av föreläsning, enstaka moment på lektionen eller genomföra en temadag varje termin med fokus på hälsa och fysisk aktivitet, skulle leda till att eleverna dels får förståelse för fysiska aktivitetens positiva effekter men även få hälsotänkandet som en vana och vara fysisk aktiv. Lärarnas intention är att de vill förmedla att genom att vara fysisk aktiv ökar eleverna sin prestation, både psykiskt och fysiskt. I Lgy11 finns det riktlinjer som beskriver hur arbetet (för all personal) i skolan bör se ut vilket skiljer sig från hur lärarna medgav att arbetet ser ut i skolorna:

- samverka för att göra skolan till en god miljö för utveckling och lärande.
- samverka med andra lärare i arbetet med att nå utbildningsmålen
- samverkan mellan lärare i olika kurser kommer till stånd så att eleverna får ett sammanhang i sina studier (Skolverket, 2011, 9–16)

Forskning visar att samverkan mellan lärare i form av kollegialt lärande leder till bättre resultat hos eleverna (Ernald, 2016).

4.2 Hur skapar idrott och hälsa lärarna förutsättningar för lärande och intresse kring fysisk aktivitet som kan bedrivas på fritiden?

Bland alla lärare som deltog i studien, var det lärare B som hade en annorlunda arbetsfilosofi i jämförelse med de andra. Vilket enligt dennes arbetssätt har varit ett framgångsrikt koncept som både har lett till ett ökat intresse både för ämnet idrott och hälsa samt ett ökat intresse för att vara fysiskt aktiv. Vidare redovisade lärare B att lektionsinnehållet bör spegla det sättet de vuxna tränar på samt förbereda dem för framtiden. Det som lärare B fokuserade på var kondition samt gymträning i olika former, samt rörelsekvalitén och progressionen hos eleven. Lärare C såg inte samma möjligheter som lärare B gällande hur de kunde skapa lärmiljöer som ökar ett intresse för fysisk aktivitet. Lärare C menade att en elev som är 16 år i gymnasiet har antingen ett intresse för fysisk aktivitet eller inte, samt att det enda idrottsläraren kan göra i ett sådant fall är att förstärka intresset som redan finns.

Emellertid upptäckte vi likheter hos alla fem lärare vilket var att alla försöker erbjuda en bredd av aktiviteter i ämnet. Det som skiljde lärarna åt var hur läraren valde att introducera aktiviteten ifråga samt vad som skulle introduceras. De flesta lärare valde att presentera olika fysiska aktiviteter som exempelvis, innebandy, basket och badminton, medan lärare B arbetar utifrån tre övergripande områden, som omfattar idrott och hälsa. De tre övergripande områdena består av kondition, rörlighet och styrketräning där hen väljer att exempelvis bedriva simning som konditionsform och yoga som rörlighet samtidigt som teorikunskaper implementeras under lektionerna för att lära ut hur eleverna kan och bör utveckla sin kondition, rörlighet eller allmänna styrka beroende på vad de har för mål. Lärare A hade också några skillnader i sin undervisning som exempelvis att arbeta i block samt ha en timme idrott och en timme hälsa i veckan. Lärare A:s och B:s arbetssätt kan relateras till tidigare forskning som visar att det som har störst betydelse för att utveckla ett intresse för fysisk aktivitet är kunskaper om hur en individ bör och kan träna för att exempelvis förbättra konditionen (Ekberg & Erberth, 2000, s. 67).

Utöver de ovan nämnda finns det andra arbetssätt att tillämpa i undervisningen som skapar ett livslångt lärande för fysisk aktivitet hos eleverna. Ett exempel är att eleverna får genomföra ett träningsprojekt där syftet blir att jobba för att uppnå vissa specifika mål som eleven själv har formulerat. Isbergs studie (2009), visade resultatet att träningsprojektet som eleverna fick

genomföra under en fyra års period ledde till ett ökat intresse för att vara fysisk aktiv, i synnerhet den gruppen av elever som inte var fysiskt aktiva. Genom detta arbetsätt tillåts eleverna ta kontroll över sitt eget lärande. På så sätt blir undervisningen i ämnet idrott och hälsa inte lika lärarledsorienterad som den tenderar att bli, där läraren enbart håller en envägs kommunikation med sina elever. När vi ser tillbaka på lärotillfällena i vår utbildning på GIH, upplever vi att intresset och engagemanget att vilja lära sig har ökat då vi erhållit uppgifter som är komponerade utifrån en mer självorienterad karaktär.

Som tidigare nämnts i rubriken teoretiska utgångspunkter valde vi att tillämpa teorier som utgår ifrån att lärande sker i samverkan med andra individer. Vi ville således granska lärarnas syn kring lärande som sker i samspel med andra samt försöka kartlägga vilka verktyg de använder sig av för att främja elevernas lärande samt intresse för fysisk aktivitet. I lärarnas svar upptäckte vi bland annat kommunikationens viktiga roll i lärandeprocessen. Majoriteten av lärarna menade på att kommunikation i form av formativ bedömning och individuell feedback med eleverna ökar möjligheterna för att skapa ett livslångt lärande. Detta överensstämmer även med hur Bandura klagör kring förstärkningseffekter hos individer, d.v.s. att förstärkning i form av feedback både främjar inlärningsförmågan samt ökar motivationen hos individen (Bandura, 1977, s.3). Vidare kunde vi även urskilja den positiva inverkan som den aktiva samverkan har i en lärandeprocess, i synnerhet den aktiva samverkan sinsemellan elever. Det som lärarna A och B uttrycker, kring den aktiva samverkan mellan elever, är en syn som går att hitta stöd i Vygotskijs tankar kring lärande. I Vygotskijs tes så utgick han dock från den aktiva samverkan mellan lärare och elev och inte mellan elever. I hans mening skapas lärande genom dialog och samspelet mellan elev och lärare, där läraren introducerar nya krav, nya förhoppningar samt i synnerhet nya läromedel (Björklid & Fischbein, 1996, s.95). Beroende på hur man definierar en lärare i ett bredare perspektiv, anser vi att även en elev kan anta en roll som lärare, i den mening att vederbörande besitter en högre kunskap än sin studiekamrat och kan på så sätt utmana kamraten ifråga och vice versa. Något som vi även upptäckte i resultaten och som väckte frågor hos oss var lärarnas syn på ett problembaserat lärande. Ett av Deweys grundläggande teser gällande hur lärande främjas var just att lärande frodas i lärmiljöer då individen ställs inför ett problem eller undran, vilket de sedan ska reda ut genom en mera djupgående faktainhämtning samt via utbyte av tankar med andra människor (Lundgren, Säljö & Liberg, 2012, s.183). Trots att de flesta lärare någon gång i sin undervisning tillämpade någon form av problembaserat lärande ansågs de inte i

deras mening uppfylla någon väsentlig roll i elevernas utveckling för ett livslångt lärande för fysisk aktivitet.

Om vi ser på lärarnas syn kring ett problembaserat lärande i undervisning utifrån ett bredare perspektiv, kan det vara som så att denna typ av lärande inte tycks vara populär bland idrottslärare av olika anledningar. Det kan dels bero på den ”stämpeln” som ämnet tidigare haft och än idag i vissa sociala sfärer, det vill säga att ämnet idrott och hälsa inte betraktas som ett kunskapsämne utan ett praktiskt ämne. Detta innebär att eleverna kliver in i idrottshallen och tänker att nu ska vi leka av oss och enbart ha kul, vilket leder till att idrottslärarna får det svårt att arbeta utifrån ett arbetssätt som kräver att eleverna är fokuserade samt självständiga.

4.3 Social bakgrund som faktor

Temat social bakgrund har diskuterats i många olika studier som behandlar frågor om barn/ungdomars fysiska aktivitet, denna diskussion uppstod även i vår studie. Samtliga lärare i denna studie angav att den sociala bakgrunden är av stor betydelse för ungdomars val av fysisk aktivitet eller för att bedriva fysisk aktivitet eller inte. Lärarna diskuterade mestadels föräldrars inverkan, ekonomiska förutsättningar, vänner samt områden. Lärarna angav att det är viktigt att det kommer ”hjälp” från föräldrarna för att främja sina barns hälsotänk. Det fungerar inte om det enbart är skolan som ska arbeta för att främja hälsan och utveckla ungdomars intresse för fysisk aktivitet. Föräldrarna måste vara förebilder för sina barn och fostra barnen till att tänka till kring kost samt att vara regelbunden fysisk aktiv. Dessa faktorer som lärarna påpekade går att relatera till en av Engströms studier som bland annat visade att barn och ungdomars fysiska aktivitet är tydligt relaterade till sociala, etniska, ekonomiska och kulturella faktorer (Engström, 2000, s.40). Faktorer som föräldrar och ekonomiska förutsättningar är bortom idrott och hälsa lärarnas räckvidd. Vi menar att det inte är lärarnas uppdrag att ”undervisa” föräldrar om hur viktigt det är med fysisk aktivitet på fritiden och ha en balanserad kost för barn och ungdomars hälsa. Det är viktigt med kommunikation lärare förälder sinsemellan i vår mening, i form av utvecklingssamtal t.ex. för att utveckla elevens hälsotänkande och fysiska aktivitet på fritiden men det ska inte behöva vara något som tar lärarens fritid.

Lärare D och E vidareutvecklade att i områden där de jobbar finns det tendenser att elever blir exkluderade då de inte har de socioekonomiska förutsättningar som exempelvis, betala medlemsavgift. Utbildningsnivån beskrevs som eventuell lite lägre i områden liknande där de jobbar vilket blir avgörande om de ekonomiska förutsättningarna inte finns, för att kunna utveckla elevernas intresse för fysisk aktivitet. Lärare D och E avslutade med att påpeka hur viktig den fysiska aktiviteten (spontana, föreningsform) är för barn och ungdomar i utsatta områden där kriminaliteten är hög, att utveckla deras intresse för fysisk aktivitet är viktigt för att nå dem. Vi upplever att det fanns vissa skillnader i arbetet kring fysisk aktivitet som dels styrs av vilket område skolan ligger på samt elevernas sociala bakgrund. Lärare A och C upplevs kunna arbeta på sådant sätt att de endast fokuserar på att utveckla intresse och kunskaperna hos eleverna. Däremot upplevde vi att lärare D och E tvingas arbeta mer med fysisk aktivitet som ett hjälpmedel mot ungdomar som har lägre socioekonomisk bakgrund och har lättare att hamna i kriminellt umgänge.

4.4 Metoddiskussion

Vi är relativt nöjda med genomförandet av denna studie vilket har förfarit som planerat. Valet av metod anser vi var passande för vårt syfte samt frågeställningar och det underlättade för oss att hitta ny och djupare "fakta" om ämnet ifråga. Att arbeta utifrån en kvalitativ arbetsform erbjöd oss att ta del av lärarnas erfarenheter samt synpunkter kring begreppet livslångt lärande. Nackdelen med användningen av intervjuer som metod är att intervjupersonen ifråga har möjligheten att vinkla svaren. Därför hade observationer av deras lektioner eller intervjuer med elever varit gynnande för en mer komplett studie. Vidare kan vi konstatera att vi i första läget ansåg att vi hade en genomarbetad intervjuguide men under intervjuerna samt i efterhand under transkriberingen kunde vi konstatera att vissa frågor var lite missvisande vilket ledde ibland till att lärarna gick ifrån ämnet. Vi borde eventuellt ha omformulerat vissa frågor eller ställt andra frågor för ett mycket bättre resultat men vi upplever att vi har lyckats få tillräckligt med datamaterial för att svara på våra frågeställningar. Med lite mer tid skulle vi eventuellt hunnit bearbeta intervjuguiden mycket mer. Den korta tiden mellan intervjuerna var lite negativt för vår del, eftersom vi inte hade tid för att skapa nya frågor. Det som upplevdes som svårt var att ha genomfört gruppintervju med två lärare. Detta var något nytt samt oplanerat för vår del, men vi valde att genomföra detta eftersom lärarna hade ont om tid samtidigt som vi hade behov av en till lärarintervju. Det som upplevdes som svårt samt utmanande under vissa moment var nämligen att avbryta eller ställa

om frågorna då lärarna hade lättare att komma ifrån ämnet. I övrigt anser vi att studien har gått bra, vi lyckades få fem intervjuer på tre dagar och vi anser att vi lyckats besvara frågeställningarna relativt bra genom vår datainsamling.

4.5 Vidare forskning

Efter att ha genomfört denna studie samt erhållit intressanta resultat kring lärarnas syn samt hur de skapar lärmiljöer för ett livslångt lärande för fysisk aktivitet, kan vi konstatera att det vore oerhört intressant att genomföra en studie där även elevernas syn undersöks. Det vore ytterst intressant att undersöka hur eleverna upplever lärarnas arbete för att skapa ett bestående intresse för fysisk aktivitet. Det vore även intressant att undersöka om, samt i vilken utsträckning eleverna upplever att undervisning som följer samhällsutvecklingen leder till ökat intresse för fysisk aktivitet. Det kan uppstå andra resultat om elevernas syn undersöks, de kan ha andra tankar, upplevelser som lärarna kanske bortser eller inte är medvetna om.

4.6 Slutsats

Slutsatsen i studien är att många av lärarna inte arbetar medvetet eller aktivt för ett livslångt lärande för fysisk aktivitet hos elever. Med detta sagt, vill vi ändå framhålla att deras insatser och strategier som tillämpas i undervisning kan främja ett intresse för fysisk aktivitet på fritiden också i ett långsiktigt perspektiv.

Käll- och litteraturförteckning

Otryckta källor

Intervju 23 november 2016 med Lärare C, bandupptagning. *I författarens ägo*

Intervju 30 november 2016 med Lärare A, bandupptagning. *I författarens ägo*

Intervju 30 november 2016 med Lärare B, bandupptagning. *I författarens ägo*

Intervju 2 december 2016 med Lärare D, bandupptagning. *I författarens ägo*

Intervju 2 december 2016 med Lärare E, bandupptagning. *I författarens ägo*

Tryckta källor

Andersson, Dan (2012). *Fysisk aktivitet: vägen till bättre hälsa och ett rikare liv*. Aplared: Dola

Bandura, Albert (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, N.J.:Prentice Hall

Björklid, Pia & Fischbein, Siv (1996). *Det pedagogiska samspelet*. Lund: Studentlitteratur

Dalen, Monica (2015). *Intervju som metod*. 2.,utök. Uppl. Malmö: Gleerups utbildning

Dysthe, Olga (2003). *Dialog, samspel och lärande*. Lund: Studentlitteratur

Ejvegård, Rolf (2009). *Vetenskaplig metod*. 4. Uppl. Lund: Studentlitteratur

Ekberg, Jan-Eric & Erberth, Bodil (2000). *Fysisk bildning: om ämnet idrott och hälsa*. Lund: Studentlitteratur

Gustavsson, Bernt, Larsson, Staffan & Ellström, Per-Erik (1996). *Livslångt lärande*. Lund: Studentlitteratur

Hwang, Philip & Nilsson, Björn (2011). *Utvecklingspsykologi*. 3., rev. Utg. Stockholm: Natur och kultur

Watt Boolsen, Merete (2007). *Kvalitativa analyser: [forskningsprocess, människa, samhälle]*.

1. Uppl. Malmö: Gleerup

Jensen, Mikael (2016). *Lärande och lärandeteorier: om den intentionella människan*. 1. Uppl. Lund: Studentlitteratur

Kvale, Steinar & Brinkmann, Svend (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. 3. [rev.] uppl. Lund: Studentlitteratur

Livslångt lärande ur bildningsperspektiv som strategi för högskolan, Eva Mark, rapport nr 7

Lundgren, Ulf. P., Säljö, Roger. & Liberg, Caroline (2012). *Lärande, skola, bildning: [grundbok för lärare]*. (2., [rev, och uppdaterade] utg.) Stockholm: Natur & kultur.

Läroplan, examensmål och gymnasiegemensamma ämnen för gymnasieskola 2011. (2011). Stockholm: Skolverket

Elektroniska källor

Amelia M. Lee (2004) Promoting Lifelong Physical Activity through Quality Physical Education, *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 75:5, 21-24, DOI: 10.1080/07303084.2004.10607235 Datum 2016-12-29

Engstom, Lars-Magnus. "Who is physically active? Cultural Capital and Sports participation from Adolescence to Middle Age- A 38- Year Follow-Up Study." *Physical Education and Sport Pedagogy* 13.4 (2008): 319-343 <http://goo.se/xXb> Datum: 2016-11-12

Ernald, Thomas. (2012). Kollegialt lärande nyckelfaktor för framgångsrik skolutveckling. Skolverket. *Forskning för skolan*. <http://goo.se/yXb> Datum: 2017-01-01

Ericsson, Ingegerd. (2005). Fysisk aktivitet och kunskapsutveckling i skolan. *Svensk idrottsforskning*, nr4, ss. 1-4. http://tinyurl.se/ilesgg_y datum: 2016-12-28

Isberg, Jenny (2009). *Viljan till fysisk aktivitet* [Elektronisk resurs]: en intervention avsedd att stimulera ungdomar att bli fysiskt aktiva. Diss. Örebro ; Örebro universitet, 2009

<http://tinyurl.se/c-6l4iw> Datum: 2016-12-13

Lindqvist, Maria & Öhrström, Cassandra. (2014) *Hur idrottslärare väcker intresse för fysisk aktivitet och hälsa: How Physical Education Teachers Spark Interest to Physical Activity and Health*. Examensarbete 15 hp vid lärarutbildningen på Malmö högskolan, 2014: Malmö-Malmö högskolan. <http://tinyurl.se/s8xas7> Datum: 2016-11-18

Skolämnet Idrott och hälsa i Sveriges skolor - en utvärdering av läget hösten 2002 – Charli Eriksson, Kjell Gustavsson, Therese Johansson, Jan Mustell, Mikael Quennerstedt, Karin Rudsberg, Marie Sundberg, Lena Svensson 2003-02-19 http://tinyurl.se/frtiv_hv Datum: 2016-11-10

Skolverket (2004) *Att lära för livet*, elevers inställningar till lärande - resultat från PISA 2000 <http://tinyurl.se/jr7> Datum: 2017-01-04

Statens folkhälsoinstitut (2006).”Fysisk aktivitet och folkhälsa”

<http://tinyurl.se/gjz69r1> (2016-11-14)

Engström, Lars Magnus (2000) Idrott och motion som kulturyttringar. *Svensk idrottsforskning*, nr 4, 38-43

<http://gooo.se/wXb> Datum: 2017-01-02

Säljö, Roger (1992) "Kontext och mänskliga samspel." *Utbildning och demokrati*

<http://tinyurl.se/e7o> Datum: 2016-11-28

Theidin Jakobsson, Britta. (2015). *Vilka stannar kvar och varför?: En studie om ungas förenings idrottande under uppväxtåren*. Diss. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan

<http://tinyurl.se/jt> Datum: 2017-01-03

http://tinyurl.se/2c5_es Etiklagen, etiska övervägande

Caspersen CJ, Powell KE, Christenson GM. Physical activity, exercise and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *United States Public Health Reports* 1985; 100: 126-131

<http://tinyurl.se/y8r4hkb> Datum: 2016-11-14

Bilaga 1

Litteratursökning

Syfte:

Syftet med denna studie var att undersöka hur idrottslärare arbetar med att skapa ett bestående intresse för fysisk aktivitet hos elever samt i vilken utsträckning lärarna upplever att ämnet idrott och hälsa påverkar elevernas val att vilja vara fysisk aktiva. Studiens frågeställningar är följande:

Frågeställningar:

- Hur ser idrottslärare på undervisningen i idrott och hälsa som ett sätt att skapa livslångt intresse hos eleverna för att bedriva fysisk aktivitet på fritiden?
- Hur skapar idrottslärare förutsättningar som främjar lärande och intresse kring fysisk aktivitet som kan bedrivas på fritiden?

Vilka sökord har du använt?

Livslångt lärande, Livslångt lärande i idrott och hälsa, livslångt lärande för fysisk aktivitet, Lifelong learning for physical activity, social theory learning,

Var har du sökt?

Google Scholar, GIHs bibliotek samt Stockholms Universitets bibliotek

Sökningar som gav relevant resultat

*Google Scholar: "Livslångt lärande för fysisk aktivitet"
Google Scholar: "Lifelong learning for physical activity"*

Kommentarer

Det var svårt att hitta engelska artiklar eller studier om livslångt lärande för fysisk aktivitet.

Bilaga 2

Intervjuguide

Intervju- Lärare

Information om läraren

- Hur gammal är du?
- Kön?
- Hur länge har du jobbat som idrott och hälsa lärare?
- Hur länge har du arbetat i denna skola
- Vad har du för utbildning/utbildningar?

Tema-Livslångt Lärande

1. Vad betyder livslångt lärande för dig?
2. I läroplanen står det under ämnets syfte att undervisningen “ska utveckla ett intresse för diverse rörelseaktiviteter”, hur tolkar du följande punkt samt hur arbetar du med att skapa ett intresse hos elever?
3. På vilket sätt arbetar du med att skapa ett intresse hos eleverna för att bedriva fysisk aktivitet och leva hälsosamt på fritiden?
4. Finns det några skillnader kring hur du “arbetar” med elever som endast får fysisk aktivitet på lektionen gentemot elever som även är fysisk aktiva på fritiden?
5. - Har du under dina år som idrott och hälsa lärare haft möjligheten att uppleva en klass/elev som du lyckades få intresserad för att bedriva fysisk aktivitet på fritiden ?
6. Hur ser du på tillämpningen av *studiecirklar* som en arbetsform att främja fysisk aktivitet i din undervisning?

Teori-aspekter

7. Hur tänker du om *kommunikation* i lärandeprocesser, vilken roll spelar den?
8. Arbetar du med att ge *förstärkning*(ex. feedback, formativ bedömning) under dina undervisningar?, Om Ja, hur implementerar du det i undervisningen?
 - vilka effekter har det på elevens inlärningsförmåga?
 - Är det något du implementerar för alla elever?
9. Hur ser du på *aktiv samverkan* mellan lärare/elev och elev/elev i lärandeprocesser, vilken roll spelar den?, Utveckla gärna.

10. Hur ser du på *handledning* i lärandeprocesser, vilken roll spelar den? Utveckla gärna.

11. I utformningen av dina idrottslektioner brukar du tillämpa problembaserat lärande?

- Om Ja, hur då? Ge exempel.
- Vilken påverkan har problembaserat lärande i lärandeprocesser?

Tidigare forskning

12. Tidigare forskning har visat att eleverna influeras av lärarens motivation och inställning till ämnet, vilket påverkar undervisningen. Hur stor inverkan anser du att en lärare med hög motivation och bra inställning till ämnet, har hos elevernas intresse för idrott och hälsa samt fysisk aktivitet på fritiden?

- i vilken utsträckning anser du att eleverna upplever att ämnet idrott och hälsa påverkar deras val att vilja vara fysiskt aktiva på fritiden och framtiden?
- i vilken utsträckning anser du att eleverna upplever att betyget i ämnet idrott och hälsa påverkar deras val att vilja vara fysiskt aktiva på fritiden och i framtiden?

13. Hur ser du på det s.k. "smörgåsbordet" av olika fysiska aktiviteter i idrott och hälsa? Kan det påverka på något sätt elevernas vilja att vara fysiskt aktiva på fritiden i nutid och framtid?

14. Enligt tidigare forskning sjunker intresset för ämnet idrott och hälsa. På vilket sätt kan man som idrott och hälsa lärare motverka detta?

15. Vilken eller vilka lärdomar anser du är viktigast för eleverna att ta del av i idrott och hälsa som de kan ha med sig under hela livet?

16. Vad anser du att du kan tillföra i din roll som idrottslärare gällande elevernas vilja att leva ett fysiskt aktivt liv?

- Vilken/Vilka beståndsdelar i din undervisning (ex, utformning av lektion, lektion stoffet, ledarroll) tror du har den största påverkan gällande att öka möjligheterna till att eleven ifråga skapar ett intresse gällande ämnet idrott och hälsa? Utveckla gärna.

17. Vilken roll tror du en elevs sociala bakgrund har för inflytande i att vilja leva ett fysiskt aktivt liv?

Bilaga 3

Informations brev till lärare

Hej!

Vi är två studenter från GIH (Cristobal & Simon) som är inne på vårt sista år på ämneslärarprogrammet och skriver för tillfället uppsats på avancerad nivå. Vi har efter noggranna undersökningar intresserat oss för att komma ut till din skola och genomföra intervjuer. Vi skulle vara enormt tacksamma om du kan ställa upp på intervju. Vi vill belysa er om att alla deltagare i studien kommer att behandlas med konfidentialitet. Ni har möjligheten att avbryta intervjun om ni upplever att ni inte vill fortsätta medverkandet.

Syftet med studien är:

Syftet med denna studie är att undersöka hur idrottslärare arbetar med att skapa ett bestående intresse för fysisk aktivitet hos elever samt försöka kartlägga i vilken utsträckning eleverna upplever att ämnet idrott och hälsa påverkar deras val att vilja vara fysiskt aktiva.

Hälsningar, Cristobal och Simon, GIH

För eventuella frågor kontakta oss:

Cristobal Torres: El_christo93@hotmail.com

Simon Espejo: Simonrevecos@hotmail.com