



# **Föräldrars förväntningar på idrott och hälsa**

- En tolkande fenomenologisk studie av föräldrars  
upplevelse och betydelse av dagens ämne idrott  
och hälsa

**Patrik Frykling & Sofiän Norstad Habeish**

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN  
Självständigt arbete avancerad nivå 97:2019  
Ämneslärarprogrammet 2015–2020  
Handledare: Magnus Kilger  
Examinator: Jane Meckbach



# **Parents' expectations on physical education and health**

- An interpretative phenomenological study of  
parents' experience and meaning of today's subject  
physical education and health

**Patrik Frykling & Sofiän Norstad Habeish**

THE SCHOOL OF SPORT  
AND HEALTH SCIENCES  
Degree Project 97:2019  
Teacher Education Program: 2015–2020  
Supervisor: Magnus Kilger  
Examiner: Jane Meckbach

## **Sammanfattning**

### **Syfte**

Syftet med vår studie är att undersöka föräldrars upplevelse av betydelsen av idrott och hälsa.

### **Frågeställningar**

- Hur upplever föräldrar till elever i svenska grundskolan syftet med idrott och hälsa?
- Vad beskriver föräldrar till elever i svenska grundskolan att de ska lära sig i idrott och hälsa?

### **Metod**

Studien har en kvalitativ ansats där vi intervjuade sex föräldrar till barn i grundskolan. I analysen analyserade vi föräldrars mening med hjälp av tolkande fenomenologisk analys (interpretative phenomenological approach: IPA).

### **Resultat**

Studiens resultat visar att föräldrar upplever syftet med idrott och hälsa som fysiskt hälsofrämjande för elever vilket beror på en oro för barns stillasittande fritid. Fysiska aktiviteter ses som ett medel i ämnet att skapa friska kroppar som skyddar barn mot sjukdom men också bidrar till samhällsnytta. Föräldrarna förväntar sig att elever både få vara aktiva i en bredd av aktiviteter men också lära sig att förstå vikten av kost och att vara fysiskt aktiv. En aktivitetsbredd i undervisningen upplevs stimulera intresse för att vara fysiskt aktiv senare i livet. Ämnet ska också bidra till att elever blir mer självständiga genom att utveckla ansvarstagande genom kravställning och arbeta självständigt med problembaserat lärande.

### **Slutsats**

Studien visar på att föräldrarna upplever syftet med idrott och hälsa som främst fysiskt hälsofrämjande. Det beror på en oro för barns annars inaktiva fritid, men även ämnets hälsofrämjande samhällsnytta betonas. Enligt föräldrarna stimulerar också idrott och hälsa inläring i andra ämnen i skolan. Slutligen betonas föräldrarna att ämnet utvecklar mer självständiga barn som ska förbereda dem för vuxenlivet.

## **Abstract**

### **Aim**

The purpose of this study is to investigate parents' experience of the meaning of physical education and health.

### **Research questions:**

- How do parents of pupils in the Swedish elementary school experience the purpose of physical education and health?
- What do parents of pupils in the Swedish elementary school describe that they should learn in physical education and health?

### **Method**

The study has a qualitative approach where we interviewed six parents of children in elementary school. We searched for parents' essence in the analyses with the help of interpretative phenomenological analysis (IPA).

### **Results**

The results of the study show that parents' experience the purpose of physical education and health (PEH) as physical health promoting for pupils which derives from a concern of children's leisure time today. Physical activities are seen as means to create healthy bodies that protect children against diseases. Moreover, it is emphasized that PEH also has social benefits. Therefore, pupils shall participate in a variety of activities but also learn about the importance of a healthy lifestyle and to be physically active. In addition, this can help to stimulate a lifelong interest for physical activity throughout the lifespan. The subject should also contribute to pupils becoming more independent through accountability and by having demands and working independently with problem-based learning.

### **Conclusion**

The study shows that parents' experience the purpose of PEH as physical health promoting for pupils because of the concern for children's inactivity in their leisure time, where the subject also through health promoting contributes to social benefit. PEH also stimulates, according to the parents, learning in other subjects in elementary school. Finally, the parents highlight that the subject develops more independent children and also prepares them for an adult life.

## Innehållsförteckning

|       |  |    |
|-------|--|----|
| 1     | Bakgrund.....  | 1  |
| 1.1   | Idrott och hälsa ur ett historiskt perspektiv.....                                       | 2  |
| 1.2   | Idrott och hälsa i dagens läroplan.....  | 3  |
| 2     | Tidigare forskning.....  | 5  |
| 2.1   | Perspektiv på hälsa i samhället och skolan.....  | 5  |
| 2.2   | Ämnestraditioner.....  | 7  |
| 2.3   | Elevers upplevelse av idrott och hälsa.....  | 8  |
| 2.4   | Tidigare forskning om föräldrars upplevelser av rörelse och idrott i skolan.....         | 9  |
| 2.4.1 | Föräldrars erfarenheter och inställning till rörelse och idrott i skolan.....            | 9  |
| 2.4.2 | Föräldrars upplevelse av syftet med rörelse och idrott i skolan.....                     | 10 |
| 3     | Teoretisk utgångspunkt och vetenskapsteoretiska överväganden.....                        | 11 |
| 3.1   | Fenomenologi.....  | 12 |
| 4     | Syfte och frågeställning.....  | 15 |
| 5     | Metoder och arbetsplan.....  | 15 |
| 5.1   | Ansats.....  | 15 |
| 5.2   | Metod.....   | 15 |
| 5.3   | Analys.....  | 17 |
| 5.4   | Urval.....   | 18 |
| 5.5   | Reduktion.....   | 19 |
| 5.6   | Pålitlighet.....   | 19 |
| 5.7   | Etiska överväganden.....   | 21 |
| 6     | Resultat.....  | 22 |
| 6.1   | Föräldrars oro för barns fysiska inaktivitet.....  | 23 |
| 6.2   | Skolan en stillasittande inlärningsmiljö.....  | 26 |
| 6.3   | Hälsosamma vuxna.....  | 27 |
| 6.4   | Självständiga barn.....  | 30 |
| 7     | Diskussion.....  | 33 |
| 7.1   | Hur upplever föräldrar till elever i svenska grundskolan syftet med idrott och hälsa.... | 34 |
| 7.1.1 | Bidra till fysisk hälsa.....   | 34 |
| 7.1.2 | Inläring.....  | 38 |
| 7.1.3 | Fostras självständighet.....   | 39 |

|   |    |
|---|----|
| 7.2 Vad beskriver föräldrar till elever i svenska grundskolan att de ska lära sig i idrott och hälsa..... | 40 |
| 7.3 Metoddiskussion.....  | 41 |
| 7.4 Vidare forskning.....   | 44 |
| 8 Slutsats.....   | 44 |
| Referenslista.....  | 46 |

Bilaga 1 Litteratursökning

Bilaga 2 Samtyckesblankett

Bilaga 3 Intervjuguide

# 1 Bakgrund

”... jag är så mycket mer besviken på alla ni vuxna som förvägrar era barn att tycka skolan är viktig. Jag är förbannad på alla ni vuxna som förmedlar er egen attityd från er egen skolgång på era barn.” (Eriksson, 2016)

Detta citat från en debattartikel belyser en aktuell debatt i skolan och skrevs av en lärare som tröttnat på föräldrarnas uppfattning av skolan, där han beskriver hur föräldrar överför sin egen felaktiga uppfattning på eleverna. Han menar att detta både påverkar hans yrkessituation och eleverna i undervisningen.

I en rapport från Lärarnas Riksförbund (2014) på 1200 lärare, beskriver dessa att deras arbetssituation idag påverkas negativt av föräldrars påtryckningar för hur de ska bedriva sitt arbete i skolan. De menar att föräldrars påtryckningar har ökat och att det framför allt handlar om lärares betygsättning, innehåll och arbetssätt. Denna rapport tyder på att föräldrars förväntningar skiljer sig från det som skolan lyckas uppfylla, eftersom föräldrar försöker påverka lärares arbete i en annan riktning. Är det möjligt att föräldrar upplever skolans syfte annorlunda än vad lärare gör? Vilket skulle kunna vara en förklaring till att lärare idag upplever att många föräldrar försöker påverka deras arbete i en annan riktning. Detta vet forskningen väldigt lite om idag eftersom det saknas tillräckligt med studier som undersökt föräldrars syn på svenska skolan.

Vi som författat denna studie studerar vårt sista år på Gymnastik- och idrottshögskolan vilket bidragit till vårt intresse att undersöka ämnet idrott och hälsa. Vi som författat denna studie är övertygade om att föräldrar är viktiga i barns utveckling och att föräldrarna har stor makt att påverka sina barns inställning till skolan. Denna övertygelse bekräftas av Meckbach och Lundvall (2008) som menar att föräldrars attityder och upplevelser av skolan påverkar barn. Även Redelius (2004b) avhandling beskriver detta, att det finns ett samband mellan hur elever uppfattar att föräldrar ser på ämnet idrott och hälsa och deras egen inställning till ämnet. Forskning pekar på att föräldrar är en viktig faktor som påverkar barns syn på ämnet, detta födde ytterligare ett intresse hos oss författare att undersöka föräldrars uppfattningar, som bidrog till att vår studie vill undersöka och belysa föräldrars perspektiv på idrott och hälsas betydelse.

Vår studie anser även att föräldrars upplevelse av syftet med idrott och hälsa är särskilt intressant att undersöka eftersom detta ämne enligt Larsson, Lundvall, Meckbach, Peterson & Quennerstedt (2016) de senaste årtiondena varit i stor förändring. Ämnet har till idag förskjutits till att bli mer av ett kunskapsämne i form av att eleverna nu får mer kunskap om idrott och hälsa. Elever lär sig bland annat begrepp och kunna diskutera kring ämnet istället för den kunskap i idrott där eleven ska klara av vissa specifika praktiska moment (Larsson et al., 2016). Hur dessa förändringar i läroplanen har påverkat föräldrars syn på ämnet är inte bekräftat, men det har visat sig i forskning på elever att ämnets kunskapsinramning och innehåll tycks vara svårbegripligt. Detta innefattar även elevers svårigheter att urskilja ämnets syfte och kunskapsobjekt (Larsson, 2004). Att ämnets kunskapsobjekt ses som diffust och har otydliga mål för eleverna i undervisningen bekräftas av Skolinspektionens (2018) granskning. Denna oförmåga att förstå meningen med lektionerna har visat sig vara negativ och kan leda till bristande motivation på lektionerna bland eleverna (Åström, 2017).

En av våra intentioner med studien föreligger likt Åström (2017) att om idrott och hälsa ska vara motiverande för eleverna behöver lärare bra strategier för att öka elevers medvetenhet för ämnet. Vår uppfattning är att föräldrarna har en stor roll i detta arbete och att skolan måste öka föräldrars delaktighet och bli bättre på att förstå föräldrars perspektiv. Våra erfarenheter av att ha pratat med både lärare och rektorer pekar på ett behov och intresse från både lärare och rektorer att få veta mer om föräldrars upplevelse av skolan. Vi hoppas att ökad kunskap om föräldrars förväntningar kring idrott och hälsas betydelse kan hjälpa lärare i idrott och hälsa att rikta och kanalisera nödvändig information till föräldrarna. Detta skulle kunna vara ett bidrag till att färre föräldrar försöker sätta press på lärare att utföra sitt arbete i en annan riktning.

### ***1.1 Idrott och hälsa ur ett historiskt perspektiv***

Idrott och hälsa har de senaste årtionden enligt Annerstedt (2001) varit ett ämne i förändring i svenska grundskolan. Tidigare läroplanerna Lgr 62 och Lgr 69 var mycket mer centraliserat bestämda sett till vad ämnet skulle innehålla och benämndes som gymnastik. Ämnet skulle gynna elevers allsidiga och harmoniska utveckling, höja deras allmänna prestationsförmåga samt främja en god arbetsteknik och förbereda dem för arbetslivet. Syftet var också att eleverna skulle fostras i sociala, fysiska och estetiska förmågor. Annerstedt menar att ämnet gick in i en epok som han kallar ”osäkerhetsfasen” som sträcker sig mellan 1970–1994.



Ämnets innehåll ses som osäkert och lärare upplevdes mer splittrade till vad ämnet syftade till att lära eleverna. När skolan skiftade läroplan till Lgr 80 bytte ämnet namn från ”gymnastik” till ”idrott” vilket gjorde att ämnet förknippades mer med föreningsidrotten och den idrott som Riksidrottsförbundet bedrev. En annan stor förändring var att lärare nu själva fick en större frihet att utforma lektionerna och dess innehåll då ämnets syfte nu var att skapa ett intresse för regelbunden kroppsrörelse, tillfredsställa elevers rörelsebehov, ge glädje, rekreation och utveckla ett större självförtroende hos elever. (Annerstedt, 2001)

I läroplanen Lpo/Lpf 94 tillfogas stora förändringar i ämnets utformning och byter namn från ”idrott” till ”idrott och hälsa”. Ämnet sänker sin betoning på idrottsliga färdigheter och fokuserar mer på fysisk aktivitet med ett brett innehåll av idrotter tillsammans med en tydlig koppling mellan idrott, hälsa och livsstil. Läroplanens styrning går från att vara centraliserad till decentraliserad sett till direktiv och föreskrifter för lokal anpassning och lokala beslut. Detta gör i sin tur att utformningen av ämnet varierar och är olika beroende på vilken skola eleverna går. (Annerstedt, 2001) Det är tydligt att läroplanen och syftet med ämnet idrott och hälsa har förändrats sedan föräldrarna i vår studie själva gick i skolan. Föräldrarna bär troligtvis på erfarenheter från tidigare läroplaner och som Annerstedt (2001) visat skiljer sig dessa läroplaners motiv från dagens rådande läroplan.

## **1.2 Idrott och hälsa i dagens läroplan**

I skolans grundläggande värdegrund och uppdrag i läroplanen för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet (Lgr 11) går att läsa vad skollagen bland annat säger om skolan, där första meningen lyder ”Skollagen (2010:800) slår fast att utbildningen inom skolväsendet syftar till att elever ska inhämta och utveckla kunskaper och värden”. Vidare står där att ”skolan ska klargöra för elever och föräldrar vilka målutbildningen har, vilka krav skolan ställer och vilka rättigheter och skyldigheter elever och deras vårdnadshavare har. Att den enskilda skolan är tydlig ifråga om mål, innehåll och arbetsformer är en förutsättning för elevers och vårdnadshavares rätt till inflytande och påverkan”. (Skolverket, 2011, s. 5) Citatet går att tolka på olika sätt men tydligt är att skolan bör klargöra för föräldrar vad skolan syftar till och detta innefattar även enskilda ämnens syften inom skolans verksamhet.

Larsson (2016) beskriver skillnaden mellan två syften för lärande i skolan med begreppen bildning och utbildning. Bildning har sin utgångspunkt i en process som på en elevs initiativ

syftar till att förvandla personen. Därför är det svårt att på förhand sätta upp generella mål för skolans verksamhet som inte heller kan ha sin utgångspunkt i yttre krav. Larsson menar att skolan idag betonar utbildning som innebär uppställda krav som elever ska klara av för att exempelvis bli anställningsbara som vuxna. (Larsson, 2016)

Kursplanen för idrott och hälsa inleder med att beskriva nyttan med ämnet där det kortfattat kan beskrivas att ämnet bidrar till att eleverna ska bli fysiskt aktiva senare i livet, samt att ämnet är en tillgång för individ och samhälle genom utvecklandet av färdigheter och kunskaper i idrott och hälsa. Lektionerna i idrott och hälsa ska utformas så att barnen ska få ett intresse för att vara fysiskt aktiva och vistas i naturen. De ska också få en förståelse för värdet av att vara aktiva i utemiljöer och uppleva friluftsliv, vilket ska gynna eleverna när de blir vuxna. För att tycka om att vara fysiskt aktiv bör elever även få prova på olika aktiviteter och det är även därför inga specifika aktiviteter nämns i kursplanen. Detta för att utveckla allsidig rörelseförmåga men även för att hitta aktiviteter som intresserar dem tillräckligt mycket att de vill fortsätta vara fysiskt aktiva som vuxna. Med utbildningen ska de också lära sig vad som påverkar den fysiska förmågan och hur de med den kunskapen kan påverka sin egen fysiska och psykiska hälsa genom livet och lära sig goda levnadsvanor. I utbildningen får de lära sig att samarbeta och respektera andra människor. De får även lära sig hur de ska agera i nödsituationer som kan uppstå både på land och i vatten samt kunskaper om vilka faktorer som kan utgöra risker. Utifrån allt detta ska elever slutligen ha utvecklat en förståelse för deras egna kropp och hur den agerar samt en tilltro till sin egna fysiska förmåga. (Skolverket, 2011)

Läroplanen sammanfattas slutligen med att eleverna ska inom ämnet ges förutsättningar att utveckla nedan nämnda förmågor:

- Röra sig allsidigt i olika fysiska sammanhang.
  - Planera, praktiskt genomföra och värdera idrott och andra fysiska aktiviteter utifrån olika synsätt på hälsa, rörelse och livsstil.
  - Genomföra och anpassa utevistelser och friluftsliv efter olika förhållanden och miljöer.
  - Förebygga risker vid fysisk aktivitet samt hantera nödsituationer på land och i vatten.
- (Skolverket, 2011)

## 2 Tidigare forskning

Efter en forskningsöversikt konstaterar vår studie att det fanns få andra studier som undersökt föräldrars upplevelse av idrott och hälsa. Däremot har en hel del internationella studier undersökt detta fenomen vilket presenteras nedan. I den tidigare forskningen lyfts även studier som undersöker elevers perspektiv på idrott och hälsa fram. Detta ger oss en bild av hur ämnet upplevs av elever för att kunna urskilja olikheter och samband med föräldrarnas perspektiv. Detta är intressant eftersom Redelius (2004b) studie visar att det finns samband mellan elever och föräldrars upplevelse av idrott och hälsa. Den tidigare forskningen inleds med att presentera hälsobegreppet i förhållande till ämnet idrott och hälsa, följt av ämnestraditioner för syftet med ämnet som skrivs fram inom de lokala kursplanerna. Därefter presenteras tidigare forskning om elevers upplevelse av idrott och hälsa samt föräldrars upplevelse av rörelse och idrott i skolan.

### **2.1 Perspektiv på hälsa i samhället och skolan**

Theidin Jakobsson (2005) skriver om två perspektiv på hälsa som präglat den svenska skolan, den biomedicinska och det humanistiska. Det biomedicinska perspektivet ser kroppen som en farkost med olika delar där kroppen inte är vid god hälsa om inte alla delar fungerar. Hälsa och sjukdom ses inom perspektivet som en dikotomi vilket betyder att en individ inte kan ha hälsa om det föreligger sjukdom. Hälsa reduceras till att ses som frånvaro av sjukdom och perspektivet har därför en patogen syn på hälsa. (Medin & Alexandersson, 2000) Utefter en patogen syn på hälsa utgår hälsoarbetet från att bekämpa och förebygga sjukdom genom att identifiera de faktorer som orsakar diverse sjukdomar (Antonovsky, 2005). Quennerstedt (2007) menar att en patogen hälsodiskurs dominerar i idrott och hälsa med utgångspunkt i fysiologi och anatomi. Undervisningen syftar till rörelse och aktiviteter som ska gagna en fysisk kropp och fysiskt välbefinnande. Detta har även visat sig i Theidin Jakobssons (2005) undersökning av lärare i idrott och hälsa som beskriver en fysisk syn på hur hälsa skapas i ämnet genom att tillämpa olika fysiska aktiviteter. Genom att vårda kroppen kan själen också må bra vilket leder till att elever uppnår hälsa enligt lärarna.

Ämnet idrott och hälsa har också historiskt förskjutits till att idag innefatta större fokus på att skapa folkhälsa (Larsson et al., 2016). En samhällsdebatt som kan ha påverkat denna utveckling handlar om negativa förändringar i människors fysiska hälsa runt om i världen,

såsom faran med den ökande övervikten i samhället som ska minskas för att upprätthålla folkhälsa i en population (Kirk, 2006). Quennerstedt (2007) menar också att svenska skolan och synen på hälsa inom ämnet idrott och hälsa påverkas av svensk media, som alltmer framställer hälsa som något som tar sin utgångspunkt i att motverka en fet kropp genom träning och sund kost. Kirk (2006) menar att debatten om människors fysiska hälsotillstånd och övervikt främst hänger samman med bilden av att detta är en viktig ekonomisk faktor i samhället. I dessa debatter kommer oftast skolan och ämnen som bidrar till rörelse fram som en lösning på problematiken. Hälsoproblematiken med övervikt hos barn är oftast kopplad till att barn idag har olika stillasittande beteenden som ökat tv-tittande, trots att detta samband mellan tv-tittande hos barn och minskad fysisk aktivitet inte är fastställt inom forskningen. Han menar att den allmänna uppfattningen om rådande fetmakris i vårt samhälle påverkats både av forskningen och en mediaframställning av fenomenet som belyser problemet värre än det finns stöd för (Kirk, 2006).

Det patogena synsättet som utgångspunkt i skolan kan innebära negativa effekter för samhället och elever eftersom det bidrar till att reproducera ideal för hälsa som syftar till att endast människor som är smala är hälsosamma. Detta är problematiskt då barn som inte når idealkroppen inte kan ses som hälsosamma och på grund av detta riskerar att skuldbeläggas för olika samhällsproblem. Istället ska undervisningen snarare syfta till en pedagogik där elever får en mer flerdimensionell och kritisk syn på vad hälsa kan innebära. (Kirk, 2006)

Ett perspektiv som beskrivits som motsatsen till det biomedicinska är det humanistiska perspektivet på hälsa. Inom detta perspektiv har hälsa en salutogen inriktning och det positiva och friska hos en människa är centralt, där människor inte bara ses som sjuka eller friska utan som mer eller mindre hälsosamma. Inom det humanistiska perspektivet ryms även den holistiska ansatsen där människors hälsa ses utifrån deras handlingsutrymme, som betyder att om en person kan utföra de handlingar som är viktiga för henne är hon vid god hälsa. Detta innebär att en rad olika faktorer kan påverka en människas totala hälsa. (Medin & Alexandersson, 2000) Annerstedt (2008) pekar på att styrdokumentet för idrott och hälsa är otydliga i sin definition av hälsa och att det humanistiska perspektivet för hälsa får stå till korta för en snävare biomedicinsk syn på hälsa, där den fysiska kroppen ofta står i centrum i undervisningen. Quennerstedt (2008) menar att det salutogena perspektivet har fördelar i skolan i jämförelse med en patogen hälsosyn, som beror på att det salutogena arbetssättet ger

elever en mer hållbar grund för hälsa då de utvecklar verktyg som utgår från elevers olika förutsättningar.

## **2.2 Ämnestraditioner**

I Quennerstedts (2006, s. 105) avhandling är syftet ”att beskriva ämnet idrott och hälsa i grundskolan i termer av dess syften, mål och innehåll” med utgångspunkt i läroplanen Lpo/Lpf 94. Han undersökte ämnestraditioner som finns inom lokala kursplaner bland Sveriges kommuner där resultatet presenterar olika kategorier för ämnets syfte, mål och innehåll. Dessa ämnestraditioner är aktiviteter, social fostran, risker, naturmöten, hygien och moral. Inom kategorin aktiviteter beskrivs också en rad olika underkategorier som syften i undervisningen. Ämnestraditionerna har både i skolan och i ämnet idrott och hälsa haft olika utrymme i undervisningen och påverkat elevers undervisning.

Den första av Quennerstedts (2006) ämnestraditioner är aktiviteter som fokuserar på att elever ska få ta del av en bredd av aktiviteter. Rörelsens utförande har betydelse men har en underordnad roll i förhållande till att få så mycket tid för aktiviteten som möjligt i undervisningen. Aktiviteterna är huvudsyftet i sig och ses som lustfyllda vilket medför lite fokus på hur elever upplever aktiviteterna. Inom ämnestraditionen för aktivitet finns olika inriktningar. Bland annat syftet att främja fysiologiska aspekter som har tyngdpunkt på träning och förädlande av olika fysiska egenskaper som ska vara till nytta för elevers kroppsliga funktion. Undervisningen fokuserar på fysisk träning som ska förädla elevers kroppar och fysiska status. Elever ska även skapa en förståelse för sambandet mellan olika hälsfaktorer som kost, motion, vila och hur detta påverkar kroppens välbefinnande. Quennerstedt menar också att aktiviteter som ämnestradition har ett innehåll som är knutet till idrottsgrenars olika karaktärer. Det innefattar att utveckla taktik, teknik och kunnande av regler kopplat till en idrottsgren. Oftast blir undervisning för eleverna fokuserade på att utveckla idrottsgrenens taktiska kunnande och tekniska utförande för att kunna uppnå ett så bra mätbart resultat i grenen som möjligt. Ett annat motiv inom olika aktiviteter i idrott och hälsas ämnestraditioner är att lära elever motorik med olika grundformer för utveckling av kroppskompetens i olika utvecklingsstadier.

Till skillnad mot mera fysiska aspekter som motiv för aktiviteter finns ett annat syfte för aktivitetstraditionen som inte är av fysisk karaktär. I upplevelsetraditionen är syftet med

aktiviteten fokus på att förmedla positiva kroppsupplevelser genom sinnena. Trots att Quennerstedt (2006) menar att detta skrivs fram i kursplanen är det svagt förankrat i skolans verksamhet likt ämnestraditionen naturmöten. Den sistnämnda ämnestraditionen har betoning på att röra sig och orientera sig i naturen. Syftet där är att skapa positiva upplevelser av att vistas i naturen och gynna kunskaper i friluftsliv. Det finns också en fostrande ämnestradition som ämnar utveckla sociala aspekter där exempelvis samarbete och hänsynstagande ska tränas i grupp. Quennerstedt (2006) fann även en kategori som syftar till risk och olyckshantering, där syftet är att identifiera och hantera olika risker och skador hos sig själv och andra elever. I undervisningen ska eleverna lära sig ämnesinnehåll som vanliga idrottsskador, ergonomi och olika skadliga hälsosfaktorer.

Ämnestraditionen hygien har utgångspunkt i att elever ska klara av att duscha och byta om vilket syftar till att klara av att känna sig trygg med att sköta den kroppsliga hygien. Larsson (2012) menar att detta kan hänga samman med att det fanns ett moment som eleverna skulle lära sig i tidigare kursplaner för ämnet. Sista kategorin som presenteras handlar om att utveckla moral bland eleverna. Elever ska visa god attityd till lektioner och varandra samt respektera gruppens och skolans normer. Detta innefattar också praktiska skyldigheter som att ha rätt kläder och passa tider. (Quennerstedt, 2006)

### ***2.3 Elevers upplevelse av idrott och hälsa***

Skolinspektionens (2018) granskning med flygande inspektioner visar att eleverna har svårt att förstå vad de ska lära sig i idrott och hälsa, vilket även visar sig i andra studier (Larsson, 2004; Åström, 2017). Enligt Redelius (2004a) är elever i den senare delen av grundskolan positivt inställda till ämnet och upplever det som roligt. Eleverna berättar att det är roligt för att det är skönt att röra på sig, springa av sig lite och ha ett avbrott i dagen. De upplever ämnet som en frihet till skillnad mot teoretiska ämnen där de är stillasittande och arbetar var för sig. Eleverna beskriver också att de upplever sig vara passiva lyssnare i andra ämnen, medan på idrottslektionerna finns det möjlighet att vara friare samtidigt som de får höras och synas på ett sätt som skiljer sig från andra skolämnen. Vad som är roligt att göra på idrotten är ganska spritt men sammantaget är rörelse, i form av lek, konditionsträning eller hinderbana, just att de får möjligheten att röra på sig är synonymt med att ämnet är roligt. (Redelius, 2004a)

Larsson (2004) visar på att grundskoleelever upplever ämnet som ett fysiskt ämne som lär ut ett smörgåsbord av aktiviteter. Elever upplever att lektionerna består till mestadels av bollspel, redskapsgymnastik, hinderbanor och andra liknande aktiviteter. Andra aktiviteter som nämns är simning, dans och orientering men det är inga aktiviteter de gör särskilt ofta. Främst beskrivs bollsport som den idrott som vanligast förekommer på lektionerna bland eleverna. Fick eleverna själva välja var både flickor och pojkar överens om att bollspel är den aktivitet som är mest populär, medan den minst omtyckta aktiviteten var orientering. Fick eleverna själva välja så skulle de vilja ha mer tid för idrott och hälsa i skolan. På frågan kring vad elever får göra på lektionerna svarar de att de får röra på sig och nämner inget om vad det är de får eller ska lära sig, praktiskt utövande är centralt i ämnet enligt eleverna. (Larsson, 2004)

## ***2.4 Tidigare forskning om föräldrars upplevelser av rörelse och idrott i skolan***

Läsaren ska känna till att den tidigare internationella forskningen som presenteras i stycket har undersökt föräldrars upplevelser av ämnen som innehåller idrott, rörelse och hälsoaspekter från andra styrdokument än den svenska läroplanen. Benämningen av skolämnet har i dessa studier haft liknande syfte som idrott och hälsa i den svenska grundskolan och benämns i texten nedan som rörelseämnen. Trots denna skillnad i styrdokument och sammanhang ger forskningen oss en uppfattning om hur föräldrar upplever ämnen som syftar till att utveckla hälsa, idrott och rörelse hos elever. Den tidigare forskningen ger oss även en bild av vilken typ av erfarenhet som kan påverka föräldrars syn på idrott och hälsa.

### **2.4.1 Föräldrars erfarenheter och inställning till rörelse och idrott i skolan**

Tidigare internationella studiers resultat för föräldrars attityd till rörelseämnen i skolan varierar. Föräldrarnas attityd till rörelseämnen varierar generellt både inom och mellan studierna men visar generellt på en positiv bild av ämnet och som en viktig del av barnens utbildning i skolan. (George & Curtner-Smith, 2018; Na, 2015)

Samtidigt finns det också föräldrar med en mer negativ syn på ämnet vilket har visat sig kunna hänga samman med deras egna intressen och tidigare erfarenheter av ämnet. I Sheehy (2006) upplever föräldrarna att rörelseämnen inte är lika viktiga som andra ämnen i skolan.

Detta beror på att andra ämnen upplevs som mer akademiska och prioriteras högre. Även i George och Curtner-Smith (2018) beskrev några av föräldrarna att de ”teoretiska ämnena” är viktigare än ämnen som innehåller rörelse. Detta hänger samman med att föräldrarna själva hade mer teoretiska intressen i skolan och därför ansåg att ämnet inte behövs för att bli en bra samhällsmedborgare. Enligt Sheehy (2006) är föräldrar som anser sig veta vad ämnet syftar till utifrån sin egen skoltid de föräldrar som är minst aktiva att själva söka information kring rörelseämnen. Carreiro da Costa, Dinis, Carvalho och Onofre (1995) påpekar även att denna föräldragrupp var de föräldrar som var mest kritiska till hur ämnet praktiserades idag. Föräldrars oförmåga att förstå syftet med ämnet tycks också påverka deras upplevelse, vilket visar sig i Na (2015) som menar att föräldrar som har svårt att berätta vad elever ska lära sig i skolan tycker att ämnen med fokus på rörelse är mer en tid för lek och inte för lärande.

#### **2.4.2 Föräldrars upplevelse av syftet med rörelse och idrott i skolan**

Flera studier belyser att en stor del av föräldrarna upplever att ämnet syftar till att få eleverna fysiskt aktiva och utveckla fysisk hälsa (Carreiro da Costa et al., 1995; George & Curtner-Smith, 2018; Na, 2015). Främjandet av hälsa är det som barn kommer ha mest nytta av i ämnet (Na, 2015). En del föräldrar anser att hälsa ska stärkas till följd av att elever känner sig mera bekväma med deras egna kroppar (Carreiro da Costa et al., 1995). Ämnen med inriktning på rörelse ska ge möjlighet till en miljö där elever får vara fysiskt aktiva och leka då de sitter ner mycket på andra lektioner under skoldagen (Na, 2015). Föräldrarna menar att elever inte bara ska lära sig vara fysiskt aktiva på kort sikt utan att undervisningen också ska understödja livslångt lärande (George & Curtner-Smith, 2018; Na, 2015). Studier visar också att föräldrar upplever att elever ska lära sig betydelsen av både fysisk aktivitet och kost i undervisningen. (Carreiro da Costa et al., 1995; George & Curtner-Smith, 2018)

Föräldrar menar att rörelseämnen ska bidra till att elever får prova på nya saker och aktiviteter som de vanligtvis inte gör (Na, 2015). Vanligaste aktiviteterna som nämns för att elever ska vara fysiskt aktiva är olika lekar och sporter. Sport har en central plats i hur föräldrarna upplever aktivitetsinnehållet och syftet med rörelseämnen (Carreiro da Costa et al., 1995; George & Curtner-Smith, 2018; Na, 2015). Många föräldrar likställde också rörelseämnen med att lära sig utöva sport där några föräldrar också hade specifika sporter som de ansåg skulle finnas med i läroplanen som exempelvis tennis, fotboll och basket (George & Curtner-Smith, 2018). Föräldrar anser inte bara att elever ska kunna delta i sporter utan också tillägna



sig teoretisk kunskap om olika sporter i undervisningen och att öka eleverns spelförståelse i sport. De föräldrar som ser rörelseämnen som en arena för att utveckla sport gör det för att de själva har en bakgrund eller en nära relation till sport på fritiden, eller att de upplever rörelseämnen utifrån eget deltagande i sporter under deras egen skolgång. (Na, 2015)

Föräldrarna nämner också andra fördelar med rörelseorienterade ämnen i skolan än sport och fysiska aktiviteter. Några av föräldrarna i George och Curtner-Smith (2018) och Na (2015) studier tycker att dessa rörelseämnen ska utveckla elevernas sociala förmågor. Na (2015) menar att eleverna har möjlighet att utveckla social kompetens och lagarbete i rörelseämnen. Rörelserelaterade ämnen i skolan möjliggör att barnen lär sig mer sociala förmågor i samarbetsövningar och aktiviteter där de arbetar tillsammans med andra. En liten grupp föräldrar menar också att rörelseämnen kan understödja mental hälsa hos eleverna såsom hur de kan hantera stress (George & Curtner-Smith, 2018). Det visar sig också att det finns skillnader i föräldrarnas förväntningar på vad rörelseämnen syftar till beroende på kön. Föräldrarna i George och Curtner-Smiths studie beskriver skillnader i deras förväntningar för vad rörelseämnen ska utveckla mellan pojkar och flickor. Flickorna i rörelseämnen ska utveckla hälsorelaterad fysik och sociala egenskaper, medan föräldrar till pojkar har ett större fokus på att deras barn i rörelseämnen ska bli duktiga på sport.

### **3 Teoretisk utgångspunkt och vetenskapsteoretiska överväganden**

För att kunna förstå och förklara föräldrars upplevelse av betydelsen av idrott och hälsa har vår studie utgått från tolkande fenomenologisk analys (interpretative phenomenological analysis: IPA). IPA är en lämplig metod för att ta reda på hur individer upplever världen och hur de utifrån sin personliga upplevelse skapar mening om världen (Smith, 2007). Denna typ av forskning har en subjekt-till-subjektrelation mellan forskare och respondenter där människan inte ses som passiv utan som en tolkande och fri varelse som bär på olika meningar. Det är dessa meningar hos människor som påverkar hur vi handlar och konstruerar vår omvärld. (Giddens, 1976) IPA som metod kategoriseras som fenomenologisk eftersom den söker svar på människors personliga upplevelser och beskrivningar av erfarenheter av ett fenomen, snarare än att söka sanningshalten bakom en specifik utsaga. Samtidigt bygger den också på hermeneutiken eftersom forskarens tolkning ses som ett sätt att komma åt deltagares

erfarenheter. Den innehåller också ideografiska inslag då individuell djupanalys genomförs av varje individs upplevelser (Smith, Flowers & Larkin, 2013). I efterföljande stycken kommer dessa vetenskapsperspektiv beskrivas utefter dess vetenskapstradition och en teoretisk förklaring för hur detta synsätt har använts i denna studie för att undersöka föräldrarnas upplevelse av betydelsen av idrott och hälsas.

### **3.1 Fenomenologi**

Fenomenologi har sitt ursprung i filosofen Edmund Husserls idéer i den klassiska fenomenologin. Han sökte en vetenskaplig grund som hade sitt ursprung i fenomenet såsom det omedelbart upplevs av människan (Nordin, 2003). Husserl myntade *alla principers princip*, vilket innebär att vetenskapen ska gå tillbaka till sakens natur. Varje upplevelse av världen är det yttersta beviset och källan till kunskap. Allt som intuitivt och omedelbart kan upplevas av människan är det som ska ligga som grund för kunskap och detta kan inga teorier eller modeller om verkligheten ändra på. (Bjurwill, 1995)

Människans upplevelse av världen hänger samman med fenomenologins mest centrala begrepp *livsvärld*. Livsvärld hör ihop med mänskligt medvetande vilket innefattar hur vi blir medvetna om världen som vi lever i. Detta är den direkt upplevda världsbilden hos människan, påverkad av önskningar, känslor, värderingar och behov. (Nordin, 2003) Med anknytning till vår egen studie och synen på hur föräldrar upplever världen har varje människa inom fenomenologins perspektiv en unik livsvärld (Allwood, 2017). På grund av människors skilda erfarenheter av ett fenomen blir människan varse fenomen på olika sätt beroende på hur vi väljer att rikta vårt medvetande (Alvesson & Sköldberg, 2008). Fenomenologins vetenskapsperspektiv ger möjlighet till att få tillgång till individers livsvärldar genom att undersöka människors tankar och känslor (Nordin, 2003).

En annan viktig grund inom den klassiska filosofin var Husserls tankar om att kunna reducera sitt eget medvetande, vilket är en förutsättning för att kunna se en ren och objektiv sanning. För att vetenskapen ska kunna se fenomenet objektivt använde han sig av begreppet *epoché* som innebär att forskaren måste rikta fokus från den yttre verklighetens påverkan på tanken om ett fenomen och sätta denna inom parantes. Detta möjliggörs genom att synliggöra sin egen medvetandeakt och på så sätt se fenomenet utan förbestämda föreställningar. Ur detta perspektiv vill vetenskapen förstå människors subjektiva inre värld och det unika i ett

fenomen utan att inlärda föreställningar kan förleda forskaren att se den sanna kunskapen. Idén om total reduktion har idag de flesta forskare inom moderna fenomenologin övergivit och även kritiserat. Den moderna fenomenologin har motsatt sig antagandet att människan skulle vara kapabel att genomföra en sådan inre reduktion. En fenomenolog som var kritisk till reduktionen var Merleau-Ponty som menade att människor inte kan undgå att påverka och påverkas av den yttre världen och att reduktionens största lärdom är omöjligheten att kunna fullborda en fullständig reduktion. Människor är från födseln delaktiga i en livsvärld som från början både är objektiv och subjektiv, materiell och bärande av betydelse och mening. Människan lever i en interpreterad värld som påverkar både vårt medvetande och hur världen tolkas. (Nordin, 2003)

Vi forskare delar uppfattningen om att en total reduktion inte är möjlig. Vår övertygelse är att det är omöjligt att undersöka ett fenomen helt rent från erfarenheter och fördomar. Samtidigt anser vår studie att fenomenologins reduktion bidrar med ett viktigt grundantagande, att forskaren måste medvetandegöra den egna förförståelsen för att kunna studera andra individers erfarenheter och livsvärldar. Därför är en central del av processen i vår studie att ställa oss kritiska till vår egen tolkning och förförståelse för att kunna beskriva våra respondenters utsagor så sanningsenligt som möjligt. På så sätt arbetar författarna i denna studie reflexivt, vilket innebär att arbeta med den egna förförståelsen vilket är en viktig process i detta arbetssätt. (Smith, Flowers & Larkin, 2009) Det innebär att diskutera och anteckna vår förförståelse, vilket synliggör hur vår egen subjektiva förförståelse och livsvärld kan ha påverkat vår tolkning. Detta går i linje med IPA som analysmetod som Paley menar ska finna sin mening i den text som empiriskt samlats in och inte från utomstående teorier som kan förleda och konstruera fenomenets sanna kunskap. (Paley, 2017) Yttre teorier för att belysa problemet ur olika perspektiv har därför använts först efter analys i IPA. Det är också viktigt att vi i vår studie arbetar med sin förförståelse kontinuerligt innan viktiga steg i undersökningsprocessen som intervju och analys. Detta återkommer vår studie till och beskriver mer under metoddelen.

Heidegger var en av pionjärerna som länkade samman fenomenologin med hermeneutiken (Smith, 2019). Enligt Heidegger är fenomenologi hur något visar sig för människan. Det som kan visa sig menar Heidegger är inte alltid direkt synligt i ett fenomen utan det finns sanningar om fenomenet som måste avtäckas med hjälp av mänsklig tolkning. Det är först när en finner det dolda och inte bara den närbelägna sanningen som fenomenet kan förklaras och

synliggöras. Tolkningen blev ett väsentligt och nödvändigt tillägg i fenomenologin för att kunna finna det dolda som är en del av fenomenets mening. (Heidegger, Macquarrie & Robinson, 1962) Detta innebär enligt Paley (2017) att forskaren måste ställa sig frågan om hur och varför meningen inte är synlig för att denna ska kunna upptäckas. Att forskare har möjlighet att tolka upplevelser anser vi medför ett intressant tillägg till både fenomenologin och vår studie. Men också att det är direkt nödvändigt om det ska vara möjligt för oss att finna det dolda som är sammanbundet till den totala meningen i en upplevelse. Detta bekräftas av Moran (2000) som menar att i fenomenologiska studier som undersöker fenomenets mening, så är det bästa sättet att undersöka detta på genom att använda tolkning av text från intervju som i IPA.

Nedan presenteras en mer teoretisk beskrivning hur vår studie har undersökt föräldrarnas mening av syftet med idrott och hälsa. Vår studie tar teoretisk utgångspunkt i Smiths (2019) kategorisering av mening och hur dessa olika inriktningar på hur mening kan undersökas. I vår studie har vi valt att undersöka det som Smith (2019) nämner som den erfarenhetsmässiga meningen. Detta handlar om betydelsen av erfarenheter av något i ens liv. Vår studie har i analysen tagit hjälp av Taylors (1985) definitioner på vad den erfarenhetsmässiga meningen kan vara. Detta beskrivs i tre olika punkter. I den första punkten beskrivs detta som en typ av mening som innehåller en situation, en handling, ett krav eller ett perspektiv som har en viss betydelse för en person. I den andra punkten beskrivs det att mening också är något som skiljer detta från det undersökta fenomenet. För att exemplifiera detta undersöks rasten i skolan vars särskiljning av mening kan vara upplevelsen av att rasten är att det är en plats där sociala kontakter skapas. Mening är i den tredje punkten inte heller något som är fast och givet utan tillhör ett subjekt eller en grupp subjekt som föräldrarna i vår studie. En upplevd mening inom ett fenomen kan också ständigt förändras och är inte något som är beständigt. Dessa olika kategoriseringar av mening är viktiga för vår studie eftersom detta ger oss en referensram för vilken typ av mening som undersöks vid analys av det empiriska materialet.

## **4 Syfte och frågeställning**

Syftet med vår studie har varit att undersöka föräldrars upplevelse av betydelsen av idrott och hälsa.

### **Frågeställningar**

- Hur upplever föräldrar till elever i svenska grundskolan syftet med idrott och hälsa?
- Vad beskriver föräldrar till elever i svenska grundskolan att de ska lära sig i idrott och hälsa?

## **5 Metoder och arbetsplan**

### **5.1 Ansats**

Vår studie har utgått från en kvalitativ ansats med utgångspunkt från den tolkande fenomenologiska vetenskapstraditionen. Enligt Kvale och Brinkmann (2014) och Alase (2017) är kvalitativ intervju en bra metod för forskning som vill undersöka olika aspekter av mänsklig erfarenhet likt vår studie. Inom fenomenologin handlar det om att beskriva innebörden av hur ett fenomen upplevs av individer (Hassmén & Hassmén, 2008).

### **5.2 Metod**

Vår studies process startade med att forma frågeställningar samt syfte, för att sedan undersöka nuvarande forskningsläge. Detta medförde en översikt över hur vårt fenomen framställts och undersökts. Därefter bestämdes den metod som ansågs skulle ge oss lämpligast svar på de frågeställningar som vår studie ville undersöka. Denna studie har använts sig av halvstrukturerade livsvärldsintervjuer som utifrån föräldrars perspektiv kunnat undersöka mening kring hur dessa upplever syftet med idrott och hälsa. Denna intervjuform söker beskrivningar av respondenternas livsvärld och där text möjliggör att fenomenets mening kan upptäckas. Det är också en metod som passar med fenomenologiska vetenskapstraditionen och studier som har en studiedesign som arbetar induktivt likt vår studie. (Kvale & Brinkmann, 2014) Metoden tillåter forskaren och deltagaren att delta i en konversation där initiala frågor kan formas utifrån vad respondenten svarar och forskaren har stor frihet att utforska olika okända områden som framkommer under intervjuerna.

Smith (2007) påpekar att den mest kompatibla empiriska insamlingsmetoden för en IPA-studie är semistrukturerade intervjuer. Frågor som använts i studier med IPA ska vara öppna i sin karaktär vilket denna studie försökt skapa i intervjuguiden, se bilaga 3. På grund av detta har frågorna inspirerats av George och Curtner-Smith (2018). Enligt Patel och Davidson (2003) är det viktigt att säkerställa intervjuguiden med pilotintervju för att uppmärksamma otydliga frågor och för att få veta om det krävs ytterligare kompletterande frågor för att få svar på frågeställningarna i vår studie. En pilotstudie genomfördes veckan innan den första intervjun med en respondent som uppfyllde vår studies kriterier. Mer om dessa kriterier går att läsa under rubriken urval. Intervjuguiden behövde inte kompletteras eller förändras efter genomförd pilotintervju.

I nästa steg i processen var kontakt av urval och hur vår studie skulle förhålla sig till metoden centralt för arbetssättet. I planeringen av intervjuerna har vår studie tagit hänsyn till Alase (2017) punkter som beskriver faktorer för hur intervjuer i IPA-studie ska genomföras. Han beskriver också hur intervjuerna ämnar skapa relation mellan forskare och respondenter för att tillåta respondenterna att bekvämt kunna berätta om sina levda upplevelser. För att kunna verkställa detta krävs en miljö som uppmuntrar till att få respondenterna att öppna upp sig. Första punkten som vår studie tog hänsyn till var att plats och tid för intervjun bestämdes av respondenten så att dessa kände sig så bekväma som möjligt. Detta verkställdes till följd av att författarna till denna studie vid kontakt med deltagarna utgått från deras livsvillkor och givit förslag på plats och tid som passat respondenten. Detta har medfört att alla intervjuer har genomförts i respondenternas hem- eller arbetsmiljö.

Den andra av dessa punkter som Alase (2017) beskriver är att intervjun bör ha gott om tid till sitt förfogande. Våra intervjuer pågick mellan 35–50 minuter vardera. Författarna till denna studie ansåg en lång tidsram som viktig för att få djupa och utdömande svar från deltagarna. Den långa tidsramen möjliggjorde också god tid till att ge allmän och etisk information om förhållningssättet i vår studie innan huvudfrågorna ställdes. Respondenterna fick även chans att ställa frågor om studien och dess villkor. Därefter samlades samtycke in och frågor ställdes utifrån intervjuguiden till respondenten. Enligt Alase (2017) är tekniska och manuella verktyg viktiga att använda för intervju såsom inspelningsapparat, anteckningsblock och penna. Författarna till denna studie spelade in empirin via två mobiltelefoner för att säkerställa att inte tekniska problem skulle medföra bortfall. Den som inte ställde frågorna under intervjun

hade som uppgift att anteckna intressanta iakttagelser i respondenternas berättelser och kontrollera att vår studie får fram tillräckligt med empirisk information om det undersökta fenomenet. Detta arbete skulle i slutet av intervjun leda till underlag för fler följdfrågor. Efter intervjuerna diskuterades föräldrarnas berättelser och sedan transkriberades det empiriska materialet inom någon av de två efterföljande dagarna. Efter genomförd transkribering inleddes analysfasen med IPA som analysmetod.

### **5.3 Analys**

Vår studies analys har utgått från Smiths (2007) metod för tolkande fenomenologisk analys (IPA). I analysen har undersökandet av deltagarnas mening varit centralt och målet varit att försöka förstå innehållet och komplexiteten av mening istället för att mäta dess frekvens. Vår studie har därför behövt förstå och upptäcka respondentens meningsskapande för att lära om deras livsvärld. Dessa meningar har inte varit transparent tillgängliga utan dessa är förvärvade genom åtagande till texten och en process av tolkning. Detta betyder att vi i vår studie ingått en tolkande relation med transkriberingen under analysen. (Smith, 2007) I enlighet med den teoretiska och metodologiska metoden har varje transkribering analyserats var för sig för att sedan sammanföras med andra deltagares analyser eftersom denna process medför mer trovärdiga tolkningar av materialets mening (Hassmén & Hassmén, 2008).

Här nedan redovisas de olika stegen för Smiths (2007) tolkande fenomenologiska analys (IPA) som författarna till denna studie använde sig av i analysen. I denna process har författarna förhållit sig till Taylors (1985) definition för en erfarenhetsmening. I *steg 1* genomlästes transkriberingen med anteckningarna bestående av summeringar, associationer eller eventuellt preliminära uppfattningar om vad läsaren menar. Anteckningarna innehåller kommentarer kring deltagarnas användning av språk för att upptäcka likheter och skillnader. Därefter i *steg 2* lästes transkriberingen med utformning av tematitlar, vilket är kortfattade fraser som försökte fånga meningen i textfrasen. Författarna till denna studie använde både kodning med siffror för att hålla isär olika textraders mening och kodning med bokstäver för att hålla isär vilken respondent som sagt vilken textrad. I analysen har liknande tematitlar givits samma kodning eftersom det varit viktigt att kategorisera dem rätt för att senare finna liknande meningar mellan respondenternas transkriberingar. Det är i detta steg som eventuella teoretiska samband börjar dyka upp mellan olika intervjuer. I *Steg 3* listades tematitlarna i kronologisk ordning från början till slut utan att på något sätt försöka koppla ihop dessa, detta

för att först ha dem utskrivna på ett separat papper eller dokument innan nästa steg i analysen påbörjas.

I *Steg 4* kopplades tematitlar samman till kluster beroende på likheter och samband som upptäcktes. När dessa kluster framkom så kontrollerades dessa mot transkriberingen för att kontrollera att de går att koppla till respondentens svar under intervjun. Denna form av arbetssätt i analys är enligt Smith (2007) upprepande och kräver en nära relation mellan läsare och text för att det ska bli så bra som möjligt. Detta bygger på att författarna i studien använt sina tolkande verktyg för att få en bild av vad respondenten förmedlat och samtidigt dubbelkollat att denna tolkning stämmer överens med det som berättades i intervjun. I *steg 5* skapades överliggande sammanhängande rubriker för dessa kluster av tematitlar där olika överliggande teman börjar dyka upp och dessa kopplades samman med citat från transkriberingen med markering av sida och rad för att lätt kunna hitta var informationen kommit ifrån. Efter första intervjuens analys repeterades processen till nästa intervju, där samma meningsfulla tematitlar fanns kvar från tidigare intervju. Nya citat skrevs ner bredvid de tidigare citaten med samma hänvisning till sidnummer och radnummer i respektive transkribering, vilket medförde en sammanslagning mellan de olika transkriberingarna. I *steg 6* skrevs slutligen rubrikerna ut med förklarande text och citat för meningarna från de olika respondenternas svar från intervjuerna. (Smith, 2007)

## **5.4 Urval**

Urvalet i vår studie bestod av tre män och tre kvinnor, alla i 30–40 års ålder boende både centralt och i Stockholms förorter. Dessa redovisas med fingerade namn i resultatdelen.

Vår studie har sökt ett homogent urval då detta är mer förenligt med metoden som använts för vår studie enligt Smith (2007). Smith betonar att IPA som analysmetod kan undersöka ett mindre urval än många andra analysmetoder. Detta beror på att transkriberingen tar lång tid att genomföra där målet är att vår studie ska få djupare förståelser för den urvalsgrupp som vår studie syftar till att undersöka och inte generalisera det empiriska materialet. I IPA så eftersträvas också en mer homogen grupp istället för att ha ett slumpmässigt urval för att hitta en grupp som är representativ för frågeställningen. Vår studie har på grund av detta ett handplockat urval med föräldrar i grundskolan med kriterierna att deltagarna skiljer sig åt gällande kön, ålder och var de bor geografiskt i Stockholmsområdet. Samtidigt som urvalet är



homogent där alla är föräldrar till grundskolelever hoppas vi författare att ökad spridning i bakgrunden hos deltagarna bidrar till fler intressanta svar i intervjuerna. Hassmén och Hassmén (2008) menar att en bra metod för att styra antalet i ett urval är att utgå ifrån att undersöka sina frågeställningar tills materialet når mättnad, vilket vår studie har försökt att uppnå.

## **5.5 Reduktion**

Innan den första intervju arbetade författarna till denna studie reflexivt genom att diskutera våra antaganden om föräldrars upplevelser av idrott och hälsa, i enlighet med Smith et al. (2009), som menar att IPA-studier bör arbeta med sin förförståelse. Denna process utfördes för att medvetandegöra våra föreställningar och kunna undersöka fenomenet mera objektivt.

Det som framkom under reduktionen gällande våra förväntningar var att föräldrarna inte är speciellt pålästa på dagens läroplan och att idrott och hälsa syftar till mycket rörelse. Rörelse är centralt i vår förväntning av föräldrars upplevelse och att föräldrarna ser rörelsekompetens som det mest avgörande för elevers bedömning inom idrott och hälsa. I vår studies diskussion om bedömning i idrott och hälsa framkom att föräldrar anser att närvaro och engagemang på lektionerna är grund för att klara ämnets kunskapsmål. Författarna till denna studie hade också olika förväntningar på hur kvinnor och män skulle uppleva ämnet. Män som har ett förflutet inom föreningslivet skulle mer troligt se syftet inom ämnet som att utveckla sitt kunnande inom olika sporter. Kvinnor däremot tycker att pojkar tar för stor plats i idrott och hälsa samt styr dess innehåll. Författarna till denna studies föreställning anser att föräldrarna förknippar syftet med ämnet med ett visst ämnesinnehåll som olika lagspel, klassiska danser som bugg, orientering och simning. Däremot förknippar inte föräldrar syftet med ämnet med mental träning eller mer moderna former av dans.

## **5.6 Pålitlighet**

Pålitlighet för en studie kan definieras genom att flera faktorer bidrar på olika sätt. Både Korstjens och Moser (2017) samt Graneheim och Lundman (2004) tar upp trovärdighet, överförbarhet och tillförlitlighet som faktorer som kan stärka pålitligheten i en studie. Korstjens och Moser tar även upp reflexivitet och bekräftbarhet i sin artikel.

Trovärdighet är synonymt med intern validitet och handlar bland annat om beslut kring bestämmande av innehåll, urval samt på vilket sätt som data ska samlas in. Valet av lämplig metod för att samla in data samt mängden data är också en faktor för trovärdigheten. Vår studie har avsett att undersöka ett urval som väl speglar frågeställningarna och syftet med vår studie. Urval med olika kön, ålder och bakgrund höjer trovärdigheten för vår studie då urvalet inte är begränsat. Urvalets antal ska spegla komplexiteten för fenomenet som undersöks och varierar därför från studie till studie. Vår studie eftersträvade måttnad före antal, därför söktes ett urval på cirka 5–6 personer. Författarna i studien har varit väl medvetna om att det inte går att generalisera resultaten i studien utan syftet är djupare förståelse av fenomenet. (Graneheim & Lundman, 2004; Korstjens & Moser, 2017)

Vår studie har använt forskartriangulering som beskrivs av Korstjens och Moser (2017) som en faktor för att öka trovärdigheten och handlar om att minst två forskare kodar, analyserar och tolkar materialet. Deltagarkontroller är också en faktor som båda tar upp där teman, tolkningar och sammanfattningar återges respondenterna för att bekräfta liknande tolkningar innan arbetet publiceras. (Graneheim & Lundman, 2004; Korstjens & Moser, 2017)

Meningsbärande enheter som presenterats i vår studie har eftersträvat att vara relevanta och inte för korta i form av ett ord som ger ett otydligt budskap. Trovärdighet handlar även om hur skillnader och likheter mellan kategorier bedöms och således presenteras korrekta och relevanta citat från transkriberingen. (Graneheim & Lundman, 2004)

Ökad överförbarhet i vår studie möjliggörs genom att analysen och resultaten presenteras på ett sätt som gör det meningsfullt för läsaren där fokus ligger på att belysa upplevelsernas sammanhang. I denna studie berörs fenomenet gruppen föräldrar till grundskolebarn och urvalet är begränsat till föräldrar till barn i grundskolan i Stockholms län. En presentation av resultat och analys tillsammans med relevanta citat ger större möjlighet till överförbarhet. För att öka överförbarheten bör svaren vara presenterade på ett sätt som tillåter läsaren att tolka det på olika sätt. (Graneheim & Lundman, 2004; Korstjens & Moser, 2017)

Reflexivitet berör det egna reflekterandet över våra egna antaganden, fördomar och förutfattade meningar kring fenomenet vår studie undersöker och hur dessa kan ha påverkat våra beslut och tolkningar i processens alla faser. (Korstjens & Moser, 2017)

Verifieringskedja leder till ökad tillförlitlighet och bekräftbarhet eftersom vår studie transparent arbetat med att beskriva de steg som genomförts under vår studies process. Detta

innefattar arbetets genomförande och att presentera vår studies resultat. Anteckningar och annat material sparas under hela studieperioden. Detta arbete innefattar även att reflektera och ta hänsyn till hur empiriskt material i vår studie förändras över tid under analysen. Detta möjliggör att författarna i studien är medvetna om de beslut som tagits från det att studien börjat till dess att resultaten och analysen ska presenteras i arbetet. (Graneheim & Lundman, 2004; Korstjens & Moser, 2017)

## **5.7 Etiska överväganden**

I Vetenskapsrådet (2002) beskrivs grundläggande individskyddskrav som konkretiseras i fyra allmänna huvudkrav för forskningen, som är nyttjandekravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och informationskravet. Respondenterna mottog information på plats innan intervjuerna eftersom författarna till denna studie ville minimera möjligheten att deltagarna skulle läsa på och öka sina kunskaper om dagens läroplan inför intervjun. Detta skulle kunnat påverka deltagarnas beskrivning av fenomenet som undersöktes. Kvale och Brinkmann beskriver detta som ett dilemma med forskning genom att intervjuer som metod både vill komma åt värdefull kunskap samtidigt som denne har etisk respekt för intervjupersonen. (Kvale & Brinkmann, 2014) På grund av detta informerades respondenterna före intervjun om frågornas syfte att undersöka deras upplevelse och förtydligande att avsikten med vår studie inte var att granska föräldrarnas kunskaper om läroplanen. Informationen som deltagarna fick delgiva var vår studies syfte och förtjänster vilket enligt Vetenskapsrådet (2002) kan motivera deltagarna. De fick även information om att deltagarna ställer upp frivilligt och har rätt att avbryta när de vill och att de behöver skriva på ett samtycke för att delta i vår studie.

Annan information som delgavs respondenterna var att det empiriska materialet endast används i studiesyfte och att deltagarna säkras konfidentialitet. Det innebär att alla uppgifter om identifierbara personer skall antecknas, lagras och avrapporteras så att enskilda människor ej kan identifieras av utomstående. Detta gäller i synnerhet uppgifter som kan uppfattas vara etiskt känsliga för respondenten. Därför har informationen som delgivits från respondenterna inte kodats med namn utan istället har transkriberingarna märkts med en bokstav. Innan analysfasen har även granskning av det inspelade materialet och text i transkriberingen genomförts för att personens identitet inte ska röjas i samband med studien. I enlighet med

god forskningssed har även det empiriska materialet varit inlåst för att inte information ska läcka ut under eller efter studieperioden. (Vetenskapsrådet, 2002)

## 6 Resultat

Resultatet från den tolkande fenomenologiska analysen (IPA) presenteras och diskuteras utefter den existerande forskningen för föräldrars syn på rörelseämnen som redovisats i vår studie. Resultatet redogörs kategoriserat efter de teman och meningar som framkom efter analysen som också presenteras i figur 1. Resultatet i denna studie presenteras med de viktigaste citaten för varje mening med efterföljande förklaring. I resultatet förekommer även en monolog där respondentens citat märkts (R) och intervjuarens citat med (I). I de fall respondenterna sagt ”å”, ”d” och ”e” har dessa ändrats till ”och”, ”det”, ”de” och ”är” för att göra det tydligare och mer läsbart för läsaren. I resultatet redogörs varje citat med ett fingerat namn för att säkerställa deltagarna i vår studies konfidentialitet och möjliggöra att läsaren ska kunna särskilja de olika respondenternas svar.

*Tabell 1. Meningar som uppstod under analysfasen*

| Mening  |   |                               |                           |
|---|---|-------------------------------|---------------------------|
| <b>Föräldrars oro för barns fysiska inaktivitet</b> | <b>Skolan en stillasittande inlärningsmiljö</b> | <b>Hälsosamma vuxna</b>       | <b>Självständiga barn</b> |
| Mindre spontanidrott                                | Daglig fysisk aktivitet                         | Hitta sin aktivitet           | Uppgifter med elevansvar  |
| Skärmtid  | Teoretiska ämnen stillasittande                 | Samhällsnytta                 | Regler & krav             |
| Mer idrott och hälsa                                | Ökad koncentration bättre inläring              | Skydda mot sjukdom            | Grupparbeten              |
| Fysisk aktivitet för kroppslig hälsa                |   | Förståelse för hälsosamma val | Problembaserat lärande    |
| Bredd av aktiviteter                                |   | Fysisk aktivitet              | Ansvarstagande hemma      |

Dessa meningar var de som tydligast framkom under analysen och som samtidigt var mest relevanta utifrån att uppfylla studiens syfte samt svara på föräldrarnas upplevelser av betydelsen av idrott och hälsa.

## **6.1 Föräldrars oro för barns fysiska inaktivitet**

Den mest dominerande meningen i vår analys visar att föräldrarna upplever att deras egen fritid som barn skiljde sig från hur barns fritid ser ut idag. Resultaten visar att det finns en oro för att deras barn är fysiskt inaktiva vilket är en fara för deras hälsa. Detta hänger samman med att föräldrarna anser att skolan har ett ansvar att bidra till att barn är mera fysiskt aktiva.

I citaten nedan beskriver föräldrar hur denna oro hänger samman med att de upplever att fysisk aktivitet är viktigt för barns kroppsliga hälsa.

Föräldrarna beskriver rörelse som en del av människans grundläggande behov. Anna menar att ”alla människor behöver ju röra på sig” och Elin berättar vidare att ”barn mår bättre både fysiskt och psykiskt när man rör sig.” Föräldern Maja beskriver faran med att inte få röra sig tillräckligt ”Jag tror att vara fysiskt aktiv och att ha en bra hälsa de är ju viktigt för alla. Om jag inte rör mig eller äter bra saker så ja då blir man ju sjuk.” Anna berättar om sin upplevelse av regelbunden fysisk aktivitet i skolan ”Det är bra för minskad risk för diabetes, övervikt asså det finns så otroligt många saker som man behöver komma åt med att röra på sig.... Så ur det, jag tycker man ska ha mer idrott och hälsa i skolan. Jag tycker man ska ha det varje dag.”

Nedan redovisas citat som visar på föräldrarnas erfarenheter av barns brist på intresse för fysiska aktiviteter som föräldrarna själva utövade när de var unga. Andreas börjar berätta:

Jag är övertygad om att det är viktigare idag att idrott och hälsa finns i läroplanen för att idag ere väldigt många fler barn som sätter sig och sitter still resten av kvällen och inte rör sig mycket, överhuvudtaget. Asså, jag upplever ju att barn idag de går inte ut och träffas på samma sätt som vi gjorde när vi var små. Man gick ut och träffa ett gäng och sen hitta man på och göra nånting, man spela boll eller burken, asså alla möjliga grejer. Det förekommer inte alls, inte bland mina barn i alla fall, därför tror jag att det är viktigare att man rör sig. Man gör det inte själv, väldigt många gör det inte självmant idag. Jaa upplever jag det som och då är det bra att man får göra det i skolan.

Föräldrarna upplever att barn idag oftare än förut väljer skärmtid istället för fysiska aktiviteter. Kalle jämför sin egen fritid som ung med barnens fritid idag:

Som det är nu väljer de sociala nätverk i telefoner och de sitter still. Men kolla när jag var liten och säkert nu också kanske hade bara två polare som hade Nintendo eller nått, annars var vi alltid ute. När vi vaknade var

vi ute. Man kunde ha en boll och man spelade, man klättrade, man sprang, vi var ute och cyklade hela tiden. Nu frågar man barnen ba va ska ni göra, vi ska vara inne och spela tv-spel. Vadå gå ut med er, men det finns ju inget att göra säger de, vadå driver du säger jag. Det finns, tror jag, för många alternativ för ungdomar att välja mellan nu. Jag hade inga alternativ, det var fotbollsplanen eller basketplanen där på gården.

Detta beskrivs även av Elin som berättar att ”Barn hittar ju inte på lika mycket längre. Jag var ju i varenda park och skogsdunge och lekte, det är ju inte min dotter hon vill mer vara på Instagram med sina kompisar.”

Analysen visar även att en del av föräldrarna upplever att deras erfarenheter av barns spontanidrottande på fritiden idag sker mer sällan än när de själva var unga. Att det mesta idrottandet idag sker via föreningar. Detta har inneburit en uppdelning i hur föräldrar upplever behovet av fysisk aktivitet hos barn som är en del av en förening på fritiden och de barn som inte är aktiva i idrottens föreningsliv. Sven redogör för sina upplevelser av idrottandet på fritiden förr i jämförelse med idag:

Jag idrottade ju varje dag efter skolan när jag var liten. Det var en helt annan, eller jag upplevde, jag upplevde skillnader mot idag att det är en helt annan. Då var det en helt annan spontan, ett helt annat spontanidrottande än vad jag upplever att det är idag. Idag är det ju det som sker på fritiden mycket mer uppstyrt och mer ordnade former än vad jag upplever att det var när jag var yngre. Så det är väl det som är skillnaden egentligen och där, där är det väl lite svårare att, hamnar man inte i en uppstyrd miljö utanför skolans miljö så är svaret på den frågan att det är alldeles för lite med rörelse två dar i veckan på idrotten.

Maja beskriver skillnaden mellan olika typer av elevers behov av att röra sig i ämnet ”Det är nog lite olika typ blandat för att de som tränar mycket kanske inte behöver lika mycket fysiskt och så i skolan. Men jag tror att alla barn och framförallt de som bara håller på med mobiler och spelar behöver idrott i skolan nästan varje dag”. Denna utmaning beskrivs av Andreas som menar att ”...det är svårt liksom också på något sätt som att det blivit olika, de som verkligen är engagerade i föreningsidrott vid sidan om och de som inte är det, bara utifrån min egen upplevelse så kan jag ju känna att det finns vissa utmaningar för skolan där, det känns ju som att de kommer mycket längre ifrån varandra, det känns som att det kan bli väldigt stora skillnader i en klass.”

Föräldrarna finner oro för deras barns inaktivitet som är en fara för deras hälsa. Detta är motivet till att idrott och hälsa ska bidra med mycket fysisk aktivitet för elever. Samma oro

för barns inaktivitet beskrivs bland föräldrar i George och Curtner-Smith (2018) där föräldrar upplever att skolan ska motverka barns fysiska inaktivitet och bekämpa den övervikt som ökar bland barn och ungdomar idag. Föräldrarna i vår studies oro för sjukdomar på grund av minskad fysisk aktivitet hos barn hänger samman med föräldrarnas erfarenheter av samhällsförändringen när det gäller fritiden. Både spontanidrotten har minskat och barn idag väljer skärmar istället för fysiska aktiviteter. Föräldrarna upplever en extra stor oro för de barn som inte är en del av föreningslivet. Na (2015) visar också att föräldrar upplever att barn är stillasittande och väljer att spela olika dataspel och spenderar fritiden med att kolla på tv och skärmar när de kommer hem från skolan istället för att röra på sig.

Föräldrarna anser att ämnet idag har för få undervisningstimmar och antalet lektioner måste utökas för att kunna bistå barns behov av fysisk aktivitet. Andreas berättar om hans syn på fysisk aktivitet i idrott och hälsa ”...elever får i alla fall röra sig där men nu tycker jag det är synd att det är så pass sällan i skolan.” En av föräldrarna upplever också att en av orsakerna till fler lektioner är att han inte vill att den teoretiska undervisningen ska konkurrera ut elevernas tid för fysisk aktivitet. Andreas:

Jag skulle ju hellre se att det va flera pass i veckan än...oftast så är det väl två tror jag som de har, men ehm, men annars skulle jag nog hellre se att det va kanske gymna tre eller tre gånger eller kanske fyra gånger i veckan. Det skulle vara mera tycker jag, asså du kan ju ha fysisk idrott och sen kan du ju ha teori senare asså så att du får in det nästan varje dag, men du kan ha teori nån dag, så att inte den här fysiska rörelsen som du gör utgår på grund av att du ska ha teori.

Föräldrarna beskriver att en bredd av aktiviteter är bra för att täcka barns behov av fysisk aktivitet. Elin berättar om rörelse i ämnet ”jag vet att det är mycket olika sporter. Att de får prova på eh, lära sig hantera kroppen och mycket motoriskt, olika övningar, bland annat med boll, eh, där man får använda både fötter och händer för att se hur det fungerar.”

Analysen visar att föräldrarna anser att ämnet bör utöka lektioner i idrott och hälsa för att öka den fysiska aktiviteten i skolan. De nämner också att teorin konkurrerar med den fysiska aktiviteten. Detta menar vår studie både är ett uttryck för att föräldrarna upplever fysisk aktivitet som viktigt i ämnet samtidigt som den teoretiska biten av ämnet inte har samma prioritet bland föräldrarna. Vår studies resultat visar också att föräldrar upplever att behovet av fysisk aktivitet byggs genom att elever får utöva en bredd av aktiviteter inom idrott och hälsa. Föräldrars upplevelse av idrott och hälsa är att en bredd av aktiviteter domineras av

olika sporter, gymnastik och simning. Detta stämmer delvis överens med föräldrarnas upplevelser i George och Curtner-Smith (2018) och Na (2015) där de upplever att eleverna får en bredd av aktiviteter i skolan, deras motiv skiljer sig med det föräldrarna i vår studie upplever. De upplever istället att bredden av aktiviteter ska medföra att eleverna ska få en djupare förståelse för olika sporter istället för att stimulera fysisk aktivitet.

## **6.2 Skolan en stillasittande inlärningsmiljö**

I analysen framkom även meningen att föräldrarna upplever att skolan är en stillasittande inlärningsmiljö för eleverna. Idrott och hälsa kan komplettera elevens stillasittande i andra ämnen med hjälp av fysisk aktivitet. Detta beror på att föräldrarna anser att mer regelbunden fysisk aktivitet hjälper elever att fokusera och höja sina skolresultat.

Elin berättar om sina erfarenheter av sin dotters fysiska aktivitet i skolan ”jag tror hon skulle orka mer, asså orka sitta stilla under resten av skolan å koncentrera sig bättre.” Sven beskriver vidare om fysisk aktivitets fördelar för eleverna ”massa saker, framförallt att de får förutsättningar för att röra på sig, och på så sätt har lättare att ta till sig information och nämen att man faktiskt får möjligheten att röra på sig under dagtid. Det är en del som är väldigt, väldigt viktig för att kunna lära sig och för att kunna ta till sig ny information och ny kunskap, det är ju en del som jag tycker känns viktig.” Anders fyller på ”det främjar ju att du, dels att du får röra på dig, men det främjar ju även inläring över hela dan, så att säga, som du haft. Det är jag övertygad om... Jag tror att, idrott och hälsa är viktigt för alla. Även om du rör på dig på fritiden men asså, jag tror det främjar skolarbetet överlag.”

Föräldrarna upplever den svenska skolan idag som stillasittande för elever. I Larssons (2004) studie stärker elever denna upplevelse av att andra ämnen än idrott och hälsa är för stillasittande för att eleverna ska nå optimalt lärande. I vår analys finns upplevelsen bland föräldrarna att fysisk aktivitet är en viktig faktor för eleverna för att orka en skoldag och att kunna öka fokus under andra ämnens lektioner. På så sätt finns det en upplevelse bland föräldrarna att ämnet idrott och hälsa ska bidra till att öka elevernas lärandesituation i andra ämnen och dess betyg med hjälp av fysisk aktivitet. På samma sätt beskrivs detta av föräldrarna i Na (2015), att elever får möjligheten att röra på sig och på så sätt öka blodcirkulationen till hjärnan, vilket bidrar till att eleverna är redo för fler lektioner och lära sig mer.



### **6.3 Hälsosamma vuxna**

Analysen visar inte bara att föräldrar upplever att idrott och hälsa ska bidra till barns fysiska hälsa här och nu, utan också att en av meningarna är att bidra till att skapa hälsosamma vuxna. Det som eleverna lär sig i ämnet ska bidra till att elever både fortsätter vara fysiskt aktiva efter sin skoltid och att de förstår vikten av att äta hälsosamt. Detta hänger ihop med att god kroppslig hälsa skyddar mot sjukdom. I analysen framkom även att föräldrarnas motiv till att idrott och hälsa ska undervisa fysisk aktivitet och goda kostvanor är att det anses viktigt för att bli en hälsosam samhällsmedborgare. Detta är viktigt enligt föräldrarna eftersom människor som har fysisk hälsa kan bidra mer genom arbete och inte vara samhället till last på grund av följsjukdomar. Här har en stor underkategori bland föräldrarna varit att förståelse för både kost och fysisk aktivitet i kombination är viktigt för att bidra till fler hälsosamma vuxna.

Föräldrarna upplever idrott och hälsa som ett investeringsvärde för samhället. Sven talar om detta:

Amen alltså det bidrar ju till, alltså det övergripande är ju att det bidrar till folkhälsan på nått sätt i landet. Som bidrar till att vi har människor som mår bra och är arbetsförda och kan vara med och bidra till välfärden i Sverige. Det kan jag ju tycka är ett övergripande mål. Så att vi inte har människor som sitter och är sjukskrivna i förtid för att man inte rör på sig eller tycker att, kan se vikten av ett aktivt liv, på något sätt. Vår kropp är inte så gjorda för att sitta still, det märker man ju bara de här dagarna när man sitter inlåst.

Följande citat beskriver att fysisk aktivitet ska utvecklas till en del av barns liv. Kalle beskriver detta:

Men att alla barn ska kunna ha möjligheten att springa, röra på sig, att, utifrån sina förutsättningar ha någon form av fysisk aktivitet om det är två till tre dar i veckan livet ut. Det kan jag ändå tycka att man borde kunna få med sig. Sen är ju alla olika beroende på vad man vill göra men det kan jag ändå tycka att man borde skicka med barnen på nåt sätt. Förutsättningar till ett långsiktigt hälsosamt liv, i nån mening. Det är, aa. Det tror jag borde vara liksom huvudsyftet på nått sätt...

Som citaten beskriver anser föräldrarna att idrott och hälsa bidrar med ett investeringsvärde genom att ämnet främjar att eleverna tar hand om sina kroppar till följd av att vara fysiskt

aktiva som vuxna. Idrott och hälsa bistår med samhällsnytta eftersom hälsosamma individer kan bidra till samhället genom arbete och samtidigt minska antalet människor som på grund av sjukdom är samhället till last.

I efterföljande citat beskrivs hur föräldrarna anser att skolan ska kunna få elever fysiskt aktiva som vuxna genom att skapa intresse och förståelse för fysisk aktivitet.

Sven talar om att förståelse för fysisk aktivitet är viktigt ”så skulle man ju gärna vilja se att det skapas en förståelse kring varför man behöver röra på sig och vad är nyttan med att ha ett aktivt liv och så vidare, den delen skulle man ju också vilja att de får med sig.” Andreas beskriver sin förhoppning hur ämnet kan utveckla barns positiva känslor för fysisk aktivitet efter att de gått ut skolan ”Ja asså, förhoppningsvis att de har fortsatt och idrotta även efter skolan, när man slutar skolan så kanske man inser att, de är rätt skönt och röra på sig, ehm, och fortsätta och idrotta, på ett eller annat sätt och så. Vad man än gör så, om man rör på sig så tror jag det är viktigt. Så att jag tror att det bidrar till det.”

Sven beskriver hur förförståelse underlättar steget in i ett vuxet liv som fysiskt aktiv:

Nämen där tror jag att. Där tror ju jag just den här delen framförallt att erbjuda massa olika alternativ av att röra på sig tror jag är väldigt viktigt att man har fått prova på mycket olika saker. Jag tror att själva insteget till att testa något nytt inte är lika stort eller lika svårt då. Om man senare i livet vill prova på någonting, kan man ju någon ny idrott, eller vad det nu kan vara.

Kalle beskriver att för att vara fysiskt aktiv som vuxen är det viktigt att få testa olika aktiviteter i skolan för att hitta sin grej:

Hmm. Jag tror att det är bra att de får testa olika idrotter i skolan för då kanske de hittar något som de fastnar för senare. För om jag, mina föräldrar säger att jag ska spela fotboll och så får jag testa basket i skolan och känner aa shit de här är roligare. De var det som hände med min son att han spelade fotboll för jag gör det och sedan kom han bara och sa ”pappa jag vill testa basket” och det hade han testat i skolan och på den vägen har han börjat spela basket. Så de var ju via skolan han fick det, det var inte jag som pushade. Att de får testa på olika idrotter och får smak för det där att röra på sig. Så var det för mig om jag inte testat idrott i skolan hade jag valt en helt annan bana, man måste fastna för något som man tycker är roligt. Man får testa sig fram, man kanske börjar med basket och slutar med gym. Det är viktigt att man får testa alla dessa saker tills man hittar något som man fastnar för.

Analysen visar att intresse för fysisk aktivitet skapas i en bredd av aktiviteter för att bli fysiskt aktiv som vuxen. Detta intresse för en viss aktivitet medför att steget till denna fysiska aktivitet som vuxen blir lättare för elever. För att skapa hälsosamma vuxna är det även viktigt att skapa förståelse för att det är skönt att röra sig och varför det är viktigt.

Citaten nedan visar att föräldrarna anser det viktigt att elever ska kunna skapa en förståelse för betydelsen av hälsosamma i kombinationen av teori och aktivt utövande.

Anna redogör ”att om man får prova olika saker så tänker jag att det är en sak. men sen också det teoretiska i varför måste jag göra det eller såhär varför håller man på med det här, idrottar. Ere bara för att man ska bli världsmästare eller handlar det om nåt annat att alla har ett behov av att på nått sätt få fysisk aktivitet och kost och hur det hänger ihop, välmående.”

Anders beskriver vidare hur denna förståelse för kost leder till hälsosamma val ”går man förbi Mcdonalds och köper en cheeseburgare, det kanske inte är det mest optimala, utan man planerar och liksom, aa så kan man gå hem så kan man kaka nånting som är bättre i det fallet då, inför träning, så de får lite mer energi, inte mer så här 5-minuters energi och sen dör man, för att det är mest socker.” Kombinationen av förståelse av kost och fysisk aktivitet beskrivs av Maja som unikt för ämnet i jämförelse med andra ämnen ”Att träna lagom och att äta varierat. Det är ju inget som de lär sig på engelskan utan det är ju nått som inte går att läsa sig till bara. Jag tror nästan att man måste prova på att röra sig rätt eller äta rätt för att man ska förstå. Det tror jag väl är styrkan också att det inte bara är läsa utan också att det är mycket praktiskt som de kan använda senare när de blir vuxna för att må bra.”

Citaten visar likt föräldrarna i Na (2015) att det krävs en utveckling av förståelse och ett intresse av fysisk aktivitet för att röra sig som vuxen. Att eleverna får upp ögonen för att förstå varför de rör sig genom att testa en bredd av aktiviteter. Detta ska ge elever en större möjlighet att hitta någon aktivitet som de kan fastna för och som eleverna skulle vilja utöva som vuxna. I George och Curtner-Smith (2018) nämns skolan också som en god kraft för att få fler elever att hitta sin aktivitet efter skoltiden och föräldrarna berättar att skolan kan bidra till en väg in i föreningsidrotten för eleverna. Föräldrarna i vår studie ser också ämnet som unikt eftersom det möjliggör ökad förståelse för en hälsosam livsstil, genom att det knyter samman teori där elever förstår behovet av att röra sig med ett praktiskt utövande av fysisk aktivitet. Även att ämnet knyter samman olika hälsosamma faktorer där kost och fysisk aktivitet

samverkan mot en hälsosam livsstil upplevs som viktig. Att förståelse upplevs som viktigt på lång sikt för att bidra till hälsosamma elever har även visat sig bland föräldrarna i George och Curtner-Smith (2018), som uttryckte att målet med ämnet idrott och hälsa är att barnen ska lära sig om varför det är en fördel med god hälsa och fördelarna med att hålla sig i god fysisk form. Denna studie nämner också att barnen ska lära sig betydelsen av att kombinera fysisk aktivitet med att äta rätt för att bibehålla en god fysisk hälsa livet ut. Detta ska sammantaget leda till att forma friska och hälsosamma vuxna som kan bidra i arbete istället för att belasta samhället med sjukdomar.

#### **6.4 Självtändiga barn**

Analysen visar att föräldrars mening av deras barns deltagande i idrott och hälsa ska bidra till fostran av självständighet bland eleverna. Denna mening är tudelad eftersom föräldrar upplever att detta utvecklas genom att elever får mer ansvar i undervisningen och att det ska finnas tydliga regler och konsekvenser för eleverna i ämnet. Föräldrar upplever att elever ges möjlighet att bli mer självständiga i undervisningen eftersom undervisningen kräver större ansvarstagande idag bland elever i jämförelse med förr. De upplever att elever idag lär sig att planera och genomföra egna moment och egna lektioner i undervisningen. Detta ska vidare bidra till deras vuxna liv i form av att kunna bli mer självständiga individer.

Nedanstående citat visar hur regler och krav kan leda till ansvarstagande. Kalle förklarar hur han upplever skillnaden mellan regler och krav för eleverna nu och förr i idrott och hälsa:

(I): Tror du att idrott och hälsa undervisningen skiljer sig från när du gick i skolan?.

(R): Alltså det är en svår fråga, om vi tar det såhär, mina barn, våran gympalärare var ganska tuff och sträng men rättvis, det var såhär, ska vi vara med på idrotten ska vi alltid vara ombytt och alltid duscha efter. Mina barn duschar inte efter gympan och jag frågar varför duschar ni inte. Då säger de nä det behövdes inte, vadå behövdes inte? Det är klart ni måste duscha. Det har med renhet att göra, nä men det behövs inte vi duschar när vi kommer hem istället, det är alltid såhär, ursäkter. Och hade jag varit gympalärare hade det varit obligatoriskt att de ska duscha efter lektion, för det är viktigt, en del i det hela... Men just det här med duschandet är något som jag har reagerat starkt på för jag packar alltid handdukar och duschkräm och allting men de är alltid orörda. Och så vill de duscha hemma och det är alltid någon ursäkt. Då frågar jag va säger läraren, då säger de vi behövdes inte, så aa det blir lite så.

I ytterligare ett exempel beskriver Kalle hur skolan i idrott och hälsa inte ställer rätt krav på

eleverna och hur han upplever att det påverkar hans barns ansvarstagande, samt exempel på hur han vill att lärare i idrott och hälsa ska agera:

(I): Om du skulle beskriva en typisk lektion för dina barn i idrott och hälsa hur tror du att den ser ut?.

(R): Helt ärligt tror jag att de kommer dit och så stampar det in folk sent som stör lektionerna ...Jag tror att barnens personligheter är så starka numera med sociala medier och allting att de har mera makt. För när jag var liten så sa läraren vi ska dansa idag och jag ba skojar du, nä, så det fanns inget utrymme för det. Vi tjafsade inte ens emot, det var bara göra det och jag vet att barn testat gränser, men det var hårdare då och det var tuffare och man lärde ju sig följa regler, men nu jag vet att i alla fall mina barn, det kan vara kvällen innan som jag säger packa dina väskor och sedan i bilen var är din väska och då säger de, nä men vi behöver inte, jag ska träna i de här kläderna. Det där fanns inte på min tid. Om du inte klarade vara ombytt med inneskor och allt ja du fick inte vara med, det blev frånvaro. Jag frågar var du med på gympan och de svarar ja jag var med på gympan och jag frågar hur gick det till, men du hade ju inte ens med dina inomhusskor? Men jag fick spela med mina utomhusskor och ja ba vaaa., eller spela barfota. Det där fanns inte på min tid om du inte var ombytt och klar hej då. De ska ni sköta. Och det skulle jag vilja ha, lite hårdare, lite hårdare krav. Att gympaläraren gör upp och säger att den här terminen funkar det såhär, bam bam bam. Om jag var gympalärare jag lovar att jag hade givit dem ett kontrakt första dagen där det står att ni ska vara ombytta och klara och ni ska ha det och det och det och har ni inte det får ni sitta och få frånvaro. Plus att jag kommer ringa era föräldrar, jag hade varit tuff men rättvis. Första dagen här är reglerna. Sedan kan föräldrarna ringa mig hur mycket de vill men jag kan diskutera. Jag hade lagt upp det så 110 procent.

Även Maja beskriver att kravställningen som var förr i ämnet bidrog till att elever var mer ansvarstagande ”... jag tycker väl att vissa saker var bättre när jag gick i skolan som att vi inte fick komma för sent. Jag vet att det är vanligt att de inte kommer i tid men får ändå hoppa in. Så det är väl en sak som borde bli lite strängare kanske.” Hon fortsätter att berätta hur hon själv reagerade på strängare krav under sin skoltid i ämnet:

Jo men det var bara så som det var, att man kom inte sent eller hade inte glömt kläder. Ja tror vi fick vänta utanför tills läraren kom och sa att vi måste skärpa oss annars ringer jag hem till mamma och pappa. Ja då blev man ju livrädd så då ville man ju inte göra om det så man kom ju alltid i tid efter det. Sedan vet jag att det var några killar som sket i va läraren sa då kom han överens med deras föräldrar att de skulle få hjälpa till att städa på deras rast i idrottssalen. Det skulle nog inte funka idag men jag tror att det måste finnas gränser för barnen annars tar de inget på allvar och tar inget ansvar. Så det är viktigt tror jag ...

Analysen visar att det finns ett missnöje bland föräldrar i vår studie mot skolan. De upplever skolan som slapp när det gäller regler och krav jämfört med när de själva gick i skolan. Eleverna tillåts att delta på lektioner utan att vara ombytta, utan att komma i tid till

lektionerna och duschar inte heller efter lektionerna. Dessa krav och regler hänger samman med att utveckla ansvarstagande bland eleverna. Föräldrarna menar på att de uteblivna kraven avspeglar sig i hemmet där de inte är självständiga. De menar att det borde vara mer som förr där det var krav att vara i tid och att duscha efter idrottslektionerna.

Föräldrarna upplever även att ansvarstagande stärks genom att elever behöver ta större ansvar i undervisningen. Eftersom att eleverna måste lösa problem och inhämta information själv till olika uppgifter. Några citat från föräldrarna förklarar detta nedan, Anna berättar om skillnader i ämnet nu mot förr:

Vad de lär sig, det vet jag inte. De har bara pratat om att de dansat och tyckt att det varit kul, sen så har de fått göra mera själva tror jag. Alltså mer att man får öva och tänka själva. Vi fick stå där så fick läraren berätta vad man ska göra. Idag har jag upplevt att de har mera som eget arbete och grupparbete, att de själva behöver ta reda på mer. Jag tänker att hela skolan är mer uppbyggd så idag tror jag. Jag satt ju ner och lyssnade och skulle lära mig saker utantill. Så är inte skolan idag och det är bra.

Maja fyller i:

Måste tänka själv och inte bara få instruktioner hela tiden. När vi hade idrott så minns jag att det mest var att göra som läraren säger, ja tror de har ändrat sig idag att de ska klara sig själva. Jag hoppas att hon ska bli du vet independent bitch haha att hon bara tuffar på i livet och vill framåt och hittar lösningar trots motgångar. Det är ju på något sätt en mental spärr som man måste komma över tror jag, det blir ju inte alltid som ens mål är. Men om man vill framåt så blir det bra till slut och ger inte upp. Man möter ju andra krav och det är mycket olika frestelser som ung idag.

Föräldrarna upplever att självständighet är viktigt i idrott och hälsa vilket visar sig i citaten nedan som beskriver uppgifter och hur elever klarar målen för ämnet.

Elin berättar exempel på uppgifter som eleverna måste ta ansvar för i undervisningen ”jo men det är väl just det att de, de får göra mycket mera nu, det här med de får hålla sina lektioner och man får ehm, man får mera tid och planera inför lektionen.” Elin fortsätter “de planerar i skolan eh, de brukar vara två-tre stycken som ehm, får, de får en liten tid sen får de planera liksom vad de ska göra, hur de ska lägga upp det. Vad för lekar och eh, hur man delar in lagen för att det ska vara jämnt och att man inte bara tar sina bästa vänner i ett lag. Att det, det blir en fördelning.”

Analysen visar att föräldrars erfarenheter av skolans arbetssätt skiljer sig idag mot förr. Idag ställer skolan krav på elever att ta mycket mer ansvar i dagens undervisning. De måste i större utsträckning tänka och lösa uppgifter själva. Detta anser föräldrarna som positivt eftersom detta ansvar utvecklar en självständighet som medför att de är förberedda för att tackla oförutsägbara utmaningar. Att elever ska utveckla denna förmåga stämmer till viss del med George och Curtner-Smith (2018) där självständighet nämns som en förmåga och inställning att inte ge upp. Det visar sig i analysen att föräldrarna i vår studie kopplar samman denna självständighet mer med en kreativ förmåga. Kreativiteten syftar till problemlösning i idrott och hälsa där läraren inte ger elever givna svar utan eleverna ska hitta lösningar och inhämta information. Detta visar sig i olika uppgifter där de behöver utveckla denna förmåga genom att exempelvis planera lektioner eller lösa en uppgift i grupp. George och Curtner-Smith (2018) visar på att den sociala interaktionen är en viktig del att utveckla i skolan för att elever ska bli självständiga vilket till viss del visar sig i att eleverna ska ta hänsyn till andra och arbeta i grupp.

## 7 Diskussion

Syftet i studien har varit att undersöka föräldrars upplevelse av betydelsen av idrott och hälsa. Diskussionsdelen inleds med att diskutera resultaten utifrån studiens frågeställningar och avslutas med att diskutera studiens metod och dess genomförande. Avsnittet resultatdiskussion belyser resultaten utifrån studiens frågeställningar och diskuteras utifrån den existerande forskningen samt grundskolans styrdokument.

Studiens frågeställningar:

- Hur upplever föräldrar till elever i svenska grundskolan syftet med idrott och hälsa?
- Vad beskriver föräldrar till elever i svenska grundskolan att de ska lära sig i idrott och hälsa?

## **7.1 Hur upplever föräldrar till elever i svenska grundskolan syftet med idrott och hälsa**

I rubrikerna; *Bidra till fysisk hälsa*, *Inläring* och *Fostra självständighet* beskrivs hur föräldrarna upplever syftet med idrott och hälsa. Under rubriken; *Bidra till fysisk hälsa* diskuteras föräldrarnas upplevelser av ämnets syfte att främja fysisk hälsa både på kort och lång sikt. Under rubriken; *Inläring* diskuteras hur ämnet upplevs viktigt för att öka elevers koncentration som bidrar till elevers lärande i andra ämnen. I den sista rubriken för föräldrars upplevelse av syftet lyfter vår studie fram föräldrarnas upplevelser av att ämnet ska fostra självständiga individer. Resultaten från vår studie visar att föräldrars upplevelser av syftet inte alltid stämmer överens med skolans styrdokument för grundskolan Lgr 11.

### **7.1.1 Bidra till fysisk hälsa**

Vår studie belyser likt tidigare nämnda studier (Carreiro da Costa et al., 1995; George & Curtner-Smith, 2018; Na, 2015) att föräldrar upplever syftet med idrott och hälsa som fysiskt hälsofrämjande för elever. I vår studie upplevs detta hälsofrämjande syfte både på kort och lång sikt bland föräldrarna. Synen på hälsofrämjande i ämnet ur ett kortsiktigt perspektiv är förenat med en upplevelse hos grundskoleföräldrarna som utgår ifrån att hälsa är en frisk kropp som kan skapas med hjälp av rörelse i olika fysiska aktiviteter. Quennerstedt (2006) beskriver denna ämnestradition som fysiologisk där syftet är att träna kroppen fysiskt i undervisningen, vilket också beskrivs vara det upplevda syftet bland föräldrarna i tidigare studier (Carreiro da Costa et al., 1995; Na, 2015). Två förklaringar till detta resultat skulle kunna vara att lärare i idrott och hälsa förmedlar en fysisk syn på hur hälsa skapas i ämnet och att media har framställt hälsa som en frisk och stark kropp (Quennerstedt, 2007; Thedin Jakobsson, 2005).

Idrott och hälsa upplevs som unikt i jämförelse med andra ämnen bland våra föräldrar eftersom det kan stimulera barns behov av fysisk aktivitet. Föräldrarnas motiv till undervisningstid som fokuserar på barns fysiska behov samstämmer med Na (2015) som också likt vår studie visar på att ökad skärmtid bland barn orsakar oro hos föräldrarna. Oron har sin grund i upplevelser att tekniska intressen konkurrerar ut fysiska intressen som föräldrarna själva hade när de var barn. Eleverna väljer istället att spendera tid vid olika tekniska skärmar, vilket stämmer överens med hur Kirk (2006) beskrivit att media och



forskning beskriver denna hälsoproblematik. Vår studie visar dessutom på att föräldrar upplever en uppdelning i barns fritid och att dessa känner en särskild oro för inaktivitet bland de barn som står utanför föreningslivets verksamhet.

Vår studies resultat kommer fram till att oro för barnens fritid hör samman med en patogen syn på hälsa bland föräldrarna. De upplever att syftet är att bekämpa kroppsliga sjukdomar likt George och Curtner-Smith (2018) som visar på att föräldrar upplever att fysisk aktivitet kan motverka övervikt. Föräldrarna i vår studie upplever barn som hälsosamma i förhållande till mängden utövad fysisk aktivitet. Detta motiverar varför föräldrar anser att idrott och hälsa har ett extra stort ansvar att erbjuda barn som står utanför idrottens föreningsliv daglig fysisk aktivitet. Det blir också påtagligt att mer fysisk aktivitet för elever ses som ett akut behov bland föräldrarna, eftersom de beskriver detta behov som anledningen till deras önskade ökning av undervisning i idrott och hälsa. Vår studie indikerar att idrott och hälsa idag ses som ett substitut för den dagliga fysiska aktiviteten bland barn, som hänger samman med föräldrars oro för barns förändrade fritid i en stillasittande samhällskultur.

Föräldrarna upplever att skolan ska bidra till barns rörelsebehov i syfte av fysiska hälsomotiv vilket överensstämmer med Larsson (2004) som belyst elevers upplevelse. Elever upplever att syftet med idrott och hälsa är att minska den fysiska inaktiviteten och att motverka övervikt. En del forskare har pekat på faran med att förmedla en för patogen syn på hälsa inom skolan som utgår från att behandla kroppsliga sjukdomar. Kirk (2006) menar att skolan felaktigt förespråkar en biologisk och funktionell syn på hälsa som leder till att skapa fysiskt fulländade individer. Skolans biomedicinska och patogena syn på hälsa kan också påverka hälsoutvecklingen negativt eftersom att det bidrar till normen att fysisk aktivitet är den enda vägen till hälsa där vissa elever inte passar in.

I vår studie finner vi att dagens läroplans syfte förändrats till en mer holistisk syn på hälsa där den psykiska hälsan är mer framskrivnen till skillnad mot föräldrarnas upplevelse. I kursplanen för idrott och hälsa går bland annat att läsa att ”Eleverna ska även ges förutsättningar för att utveckla goda levnadsvanor samt ges kunskaper om hur fysisk aktivitet förhåller sig till psykiskt och fysiskt välbefinnande” (Skolverket, 2011). Idrott och hälsa idag ska vara bredare i hälsoundervisningen och beakta upplevelsen av rörelsen i större utsträckning än tidigare läroplaner (Larsson, 2012). Vår studies resultat har likt Sheehys (2006) visat på att föräldrar refererar deras barns idrottsundervisning i skolan till sin egen skolundervisning. Föräldrarnas

syn att bistå med fysisk aktivitet i idrott och hälsa överensstämmer ur ett historiskt perspektiv med Lgr 80 som Annerstedt (2001) menar hade mer fokus på att tillfredsställa eleverns rörelsebehov. Larsson (2016) menar också att detta syfte var mest framträdande innan skolans bildningsperspektiv fick större fokus på 1990-talet.

En annan viktig upptäckt är att föräldrarna särskiljer idrott och hälsas arbetssätt för hur ämnet ska bidra till elevers fysiska hälsa här och nu, och på lång sikt. Föräldrar ser idrott och hälsas långsiktiga syfte att bidra med fysiskt hälsofrämjande med utgångspunkt i samhällsnytta. I vår analys upplever alla föräldrar att ämnet på lång sikt ska bistå samhället genom att barn lär sig att bli hälsosamma samhällsmedborgare. Detta skiljer sig mot en del föräldrar i George och Curtner-Smith (2018) som inte anser att ämnet är viktigt för att elever ska bidra till samhället på lång sikt. Men den generella upplevelsen bland föräldrarna i den studien visar likt vår studie att ämnen med inriktning på rörelse ska lära elever att bli hälsosamma vuxna. Detta genom att elever förstår fördelarna med god hälsa och att hålla sig i god fysisk form.

Vår studie visar även att föräldrarnas upplevelse kring det långsiktiga syftet att bidra till hälsa liknar de kortsiktiga målen som beskrivits. Eftersom synen på hur ämnet ska bidra till hälsa även här utgår från en fysiologisk ämnestradition med utgångspunkt i en fungerande kropp (Quennerstedt, 2006). Föräldrarna upplever att syftet med att bygga hälsosamma vuxna i ämnet ska medföra samhällsvinster eftersom det skapas fler friska vuxna människor som inte belastar samhället med sjukdomar och har möjlighet att bidra genom att arbeta.

I de långsiktiga målen upplever föräldrarna förståelse för hälsa som primärt för att uppnå syftet att bidra till hälsosamma vuxna. Föräldrarna upplever att ämnet ska förankra en förståelse för både kost och fysisk aktivitet och dess positiva inverkan på elevernas hälsa. Vår studie visar likt George och Curtner-Smith (2018) att den fysiska aktiviteten som vuxen ska stimuleras i undervisningen genom att eleverna i olika aktiviteter finner ett intresse för en viss aktivitet, vilket ska underlätta för elever att få vara en del av idrottens föreningsliv.

I kursplanen för idrott och hälsa står att ämnet syftar till att utveckla eleverns "...intresse för att vara fysiskt aktiva...". Föräldrarna upplever barns aktivitetsintresse som viktigt för att dessa senare som vuxna ska vara fysiskt aktiva. Vår studie visar att föräldrarnas tilltro att alla elever kan finna ett intresse i aktiviteter visar att föräldrarna präglas av en ämnestradition där aktiviteten i sig ses som lustfylld (Quennerstedt, 2006). Men som i denna studie är

sammankopplad med ett högre syfte att på lång sikt bidra till hälsosammare vuxna i det svenska samhället. Föräldrarnas upplevelse kring hur skolan ska skapa hälsa långsiktigt stämmer väl överens med hur kursplanen i idrott och hälsa beskriver syftet. ”Genom undervisningen ska eleverna få möta många olika slags aktiviteter. Eleverna ska också ges möjlighet att utveckla kunskaper om vad som påverkar den fysiska förmågan och hur man kan påverka sin hälsa genom hela livet. Eleverna ska även ges förutsättningar för att utveckla goda levnadsvanor”. (Skolverket, 2011, s. 47)

Föräldrarna i vår studie upplever ämnets syfte som att bistå barns rörelsebehov för att undvika ohälsa, studiens resultat påvisar en viktig insikt för lärare och rektorer. Det framstår som att föräldrarna har en syn på ämnets kortsiktiga motiv som samstämmer med äldre läroplaner vilket hade större fokus på att bidra till elevers rörelsebehov och kroppsligt hälsofrämjande. Detta skulle kunna vara problematiskt eftersom lärarnas syfte är att förädla kunskaper i ett mer holistiskt hälsotänk än enbart fysisk aktivitet som prevention för fysiskt hälsofrämjande. I idrott och hälsas syfte står att ”planera, praktiskt genomföra och värdera idrott och andra fysiska aktiviteter utifrån olika synsätt på hälsa, rörelse och livsstil”. (Skolverket, 2011)

Därför föreslår vi att information från ämnet idrott och hälsa till föräldrarna bör vara holistisk i sin framställning gällande hur ämnet ska bidra till elevers hälsa. Vidare föreslår vi att informationen till föräldrarna bör vara fokuserad på att framställa hälsa och fysisk aktivitet ur ett upplevelse- och bildningsperspektiv, vilket Larsson (2012) menar är ett av ämnets syften idag. Detta skulle kunna medföra nya perspektiv på hälsa bland föräldrarna. Kirk (2006) har beskrivit att det finns en biomedicinsk och funktionell syn på kropp och hälsa i skolan som han menar är ett felaktigt arbetssätt. Forskning tyder på att denna patogena syn även innefattar eleverna som enligt Larsson (2004) upplever att idrott och hälsas syfte är att motverka fysisk inaktivitet och sjukdomar. Att barn upplever ämnet som endast fysiskt hälsofrämjande skulle kunna påverkas av föräldrars syn på idrott och hälsa visar tidigare studier (Meckbach & Lundvall, 2008; Redelius, 2004b). På grund av detta indikerar vår studie att föräldrarnas syn på hälsa kan vara viktig att förändra om idrott och hälsa ska lyckas lyfta ett bredare perspektiv på hälsa bland eleverna.

I styrdokumentet för grundskolan beskrivs inte hur stort ansvar lärarna i idrott och hälsa har för barnens dagliga fysiska aktivitet, utan hela grundskolans verksamhet har ett gemensamt ansvar vilket beskrivs i skolans uppdrag ”Skolan ska även sträva efter att erbjuda alla elever

daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen” (Skolverket, 2011, s. 7). För att inte skapa konflikt mellan föräldrars förväntningar på idrott och hälsa och skola, visar vår studie att skolan bör förtydliga för föräldrarna hur ansvarsfördelningen för barns dagliga fysiska aktivitet förefaller inom skolan. Föräldrarna i vår studie har en tydlig upplevelse av att idrott och hälsa har ett stort ansvar att bistå med daglig aktivitet för eleverna, i syfte att bidra till fysiskt hälsofrämjande.

### **7.1.2 Inläring**

Vår studie har visat att föräldrar upplever att idrott och hälsas syfte är att stimulera elevers lärande i andra ämnen vilket även belysts i Na (2015). Daglig fysisk aktivitet i ämnet anses stimulera elevernas förmåga att koncentrera sig bättre. Fysisk aktivitet i ämnet blir på så sätt ett medel för främjande av elevers inläring. Ur ett samhällsperspektiv blir därför också idrott och hälsa ett viktigt komplement i skolans verksamhet för föräldrarna för att öka betygen i svenska grundskolan. Intressant är föräldrarnas upplevelse att en stillasittande skolmiljö inte skiljer sig från deras egen skolgångs erfarenheter. Det tycks vara så att oron för att en skola är för stillasittande inte är förankrad i skillnaden av erfarenheter mellan nu- och dåtid. Att skolan är en stillasittande inlärmingsmiljö upplevs inte bara av föräldrarna i vår studie utan även bland elever (Larsson, 2004).

Vår studie har visat att skolan bör ta denna oro på allvar och ta ansvar för att upplysa föräldrarna hur skolan arbetar med en aktiv lärmiljö. Detta inbegriper hur ansvarsfördelningen ser ut mellan skolans olika element och hur deras arbete ser ut för att elever ska få en tillräckligt stimulerande lärmiljö.

Föräldrar i vår studie tycks även likt Na (2015) ha svårt att beskriva exakt vad elever ska lära sig i rörelseämnen så som idrott och hälsa. Föräldrarna i vår studie har haft svårt att ge detaljerade beskrivningar av kunskapsinnehållet i ämnet såsom det är beskrivet i läroplanen för grundskolan. Osäkerhet kring ämnets läroobjekt har även visat sig för elever i Larsson (2004) vilket skulle kunna vara en förklaring till varför föräldrarna skapar sig skilda syften än vad kursplanen i ämnet föreskriver. Därför föreslår författarna till denna studie att skolan tittar på strategier som både kan utveckla föräldrars och elevers förståelse för vilka ämneskunskaper som förväntas i idrott och hälsa.

### 7.1.3 Fostra självständighet

Föräldrarnas upplevelser av ämnet idrott och hälsa syftar samstämmer med föräldrarna i George och Curtner-Smiths (2018) studie där rörelseämnen i skolan ska bidra till en självständighet bland eleverna som innefattar ansvarstagande. Denna självständighet ska utvecklas genom att elever lär sig ta ansvar för praktiska sysslor men också har förmågan att självständigt kunna lösa utmanande problem i undervisningen. En del av hur föräldrarna beskriver syftet att skapa självständighet utgår från två av Quennerstedts (2006) ämnestraditioner, hygien och moral. Dessa har utgångspunkt i att elever ska klara av att ta ansvar för sin hygien genom att duscha och andra praktiska skyldigheter som att ha rätt kläder och passa tider. Larsson (2012) menar att traditionen att kunna sköta den kroppsliga hygien lever kvar i skolan kan bero på att tidigare kursplaner hade ett moment som syftade till att kunna ta ansvar för detta. Föräldrarna känner ett missnöje med avsaknaden av kravställning i skolan vilket bidrar till att elever tar mindre ansvar hemma. En del av citaten för elevernas ansvarstagande att duscha skulle även kunna tolkas som att föräldrarna upplever detta som en nödvändighet för att elever ska ses som hälsosamma. Vilket återigen indikerar att föräldrarna upplever hälsa som knutet till den fysiska kroppen.

Föräldrarna i vår studie upplever också att idrott och hälsa ska fostra självständiga individer i undervisning. Eleverna måste kunna ta ansvar för att arbeta mera självständigt, genom att lösa olika uppgifter och finna information på egen hand. Denna upplevelse av arbetssättet i ämnet är tvärtom mot den lärarstyrda undervisningen elever i Larsson (2004) beskriver.

I läroplanen under Skolans uppdrag nämns många av de värden som föräldrarna i vår studie beskriver i samband med självständighet. Som att "Skolan ska stimulera elevernas kreativitet, nyfikenhet och självförtroende samt deras vilja att pröva och omsätta idéer i handling och lösa problem. Eleverna ska få möjlighet att ta initiativ och ansvar samt utveckla sin förmåga att arbeta såväl självständigt som tillsammans med andra" (Skolverket, 2011, s. 7). Vår studie anser därför att föräldrarnas syn på ämnet har stöd av läroplanens övergripande uppdrag. Det ökade behovet hos skolan och föräldrarna att elever ska arbeta mer självständigt skulle kunna förmedlas av en ökad komplexitet att bedöma information i dagens samhälle. Detta skrivs fram i skolans uppdrag att "Eleverna ska kunna orientera sig och agera i en komplex verklighet med stort informationsflöde" (Skolverket, 2011, s. 7). Däremot anses det inte finnas stöd i vare sig kurs- eller läroplan för att idrott och hälsa har rätten att ställa krav på

vare sig kläder eller duschning bland eleverna. Därför anser vi att skolan bör förtydliga detta i kommunikationen med föräldrarna.

## ***7.2 Vad beskriver föräldrar till elever i svenska grundskolan att de ska lära sig i idrott och hälsa***

Vår studie belyser att föräldrarna har en otydlig bild av vad eleverna ska lära sig i idrott och hälsa. Föräldrarna har en tydligare upplevelse av vad eleverna ska göra i idrott och hälsa än vad de ska lära sig. De menar att eleverna genom deltagande i en bredd av aktiviteter ska lära sig bygga upp ett intresse och vana för fysisk aktivitet. Några föräldrar nämner också lärande kopplat till kroppen i form av motorik och kondition. Störst fokus ligger på elevers deltagande i olika idrotter men föräldrarna beskriver även att de har aktiviteter som simning och gymnastik.

Föräldrarna anser också att eleverna ska lära sig betydelsen av hälsosamma val med utgångspunkt i ämnestraditionen för fysiologi där lärande om sambandet mellan olika hälsosfaktorer som kost och motion eftersträvas (Quennerstedt, 2006). Upplevelsen bland föräldrarna är att både teoretiska och praktiska kunskaper helst ska komplettera varandra. Föräldrarna menar att elever ska lära sig förstå betydelsen av att vara fysiskt aktiv men också att kunna lära in en sorts vana hos eleverna att rörelse är en del av deras liv. Trots att föräldrarna upplever kombinationen mellan praktik och teori som viktig så har de haft svårt att ge konkreta exempel på vilken typ av teorier som eleverna ska lära sig. Det teoretiska området som nämnts är att eleverna ska lära sig nutritionslära för att kunna värdera bra och dålig kost, liksom andra studier (Carreiro da Costa et al., 1995; George & Curtner-Smith, 2018).

I samband med självständiga barn pratar föräldrarna om att barnen ska utveckla och lära sig att lösa problem självständigt. Att elever ska vara kreativa och bli bra på problemlösning antyder att föräldrar anser att det krävs utveckling av elevers kognitiva förmåga i ämnet. Att eleverna ska lära sig ta eget ansvar att planera egna lektioner, upplevs av föräldrarna som ett vanligt moment de praktiserar och ska klara av i undervisningen. Föräldrarna menar också att för att lösa egna uppgifter lär sig eleverna att kunna ta ansvar för att själva kunna finna information för att en uppgift eller ett problem ska lösas. De ska också lära sig att ta ansvar för praktiska saker som att duscha eller att ha rätt material till idrottslektionen.

Föräldrars beskrivning av idrott och hälsa och dess lärandemål beskriver inte i någon större omfattning lärandemål för riskhantering och friluftsliv i ämnet. Quennerstedt (2006) har visat på att friluftsliv är svagt förankrat i kommunernas kursplaner för idrott och hälsa. Vår studie visar på att föräldrarnas syftesbeskrivning av ämnet troligtvis påverkats av att föräldrar inte uppmärksammat lärande inom dessa två områden. Vår analys visade inte heller på att föräldrarna upplever dessa områden som primära för ämnets syfte. Därför föreslår vår studie att dessa moment bör prioriteras när skolan beskriver idrott och hälsas kunskapsmål.

### **7.3 Metoddiskussion**

Vår studie startade med att söka rätt metodval för att kunna undersöka och uppfylla studiens syfte. Enligt Kvale och Brinkmann (2014) och Alase (2017) är kvalitativ intervju en bra metod för forskning som vill undersöka olika aspekter av mänsklig erfarenhet likt vår studie. En kvantitativ metod hade inte svarat på vår studies frågeställningar eftersom den inte ämnar mäta och presentera kvantitativa data, utan syftet med vår studie har varit att undersöka föräldrars perspektiv på betydelsen av idrott och hälsa. Detta uppnås bäst med hjälp av halvstrukturerade livsvärldsintervjuer för att söka beskrivningar av de intervjuades livsvärld och utifrån dem söka den mening som föräldrar upplever att ämnet idrott och hälsa syftar till för att sedan genom texten tolka fenomenets mening. (Kvale & Brinkmann, 2014)

Anledningen till att det blev en fenomenologisk ansats berodde på att vår studie ville så objektivt som möjligt undersöka upplevelsen av ett fenomen. Fenomenologin handlar även om att beskriva innebörden av hur ett fenomen upplevs av individer vilket vår studie syftade till att undersöka och förklara. (Hassmén & Hassmén, 2008)

För att höja pålitligheten har vår studie utgått från Korstjens och Moser (2017) samt Graneheim och Lundman (2004) där de diskuterar *trovärdighet*, *överförbarhet* och *tillförlitlighet* samt *reflexivitet* och *bekräftbarhet* som faktorer som påverkar en studies *pålitlighet*. Trovärdigheten har vår studie bland annat tagit hänsyn till genom bearbetning av intervjuguide som bygger på frågor från George och Curtner-Smith (2018) som överensstämmer med vår studies syfte och frågeställningar. Vår strävan har varit att ha ett någorlunda homogent urval i enlighet med Smith (2007), vilket vår studie lyckades med eftersom att studien uppnådde kriterierna för urval där lika många kvinnor som män deltog och åldern för urvalet hamnade mellan 30- och 40-årsåldern samt att alla hade barn i grundskolan. Som kritik eftersträvades mättnad i vår studie vilket inte uppfylldes eftersom

nya berikande svar uppkom i den sista av intervjuerna. Att inte nå mättnad i intervjustudier sänker pålitligheten (Graneheim & Lundman, 2004; Korstjens & Moser, 2017). Att vår studie inte genomförde fler intervjuer berodde på den tidsram som fanns tillgänglig, men studien uppnådde likväl vårt eftersträvade antal deltagare.

Vid analyserna framkom några mindre tydliga teman bland föräldrarna som vår studie valde att inte presentera eftersom resultatet hade blivit oläsbart för läsaren med för många teman. Det hade i sin tur påverkat att resultatet inte heller hade varit lika överförbart och hade därav påverkat pålitligheten för denna studie (Graneheim & Lundman, 2004; Korstjens & Moser, 2017). Istället skrevs de teman fram som tydligare delades av alla föräldrar och som svarade på våra frågeställningar samt uppfyllde syftet med vår studie. Alla respondenter har i vår studie fått möjligheten att få ta del av våra teman, tolkningar och sammanfattningar för att bekräfta sanningshalten i studiens resultat innan arbetet publiceras, som är i enlighet med de deltagarkontroller som ska stärka studiens pålitlighet (Graneheim & Lundman, 2004; Korstjens & Moser, 2017). Deltagarna i vår studie har dock valt att tacka nej till erbjudandet. Några har uttryckt att de gärna velat ta del av arbetet när det är klart istället. Detta betyder i sin tur att teman, tolkningar och sammanfattningar kan skilja sig från hur deltagarna uppfattar det, vilket i sin tur kan betyda att resultaten och tolkningarna i vår studie inte helt överensstämmer med urvalets uppfattning.

Ett annat begrepp för att stärka pålitligheten är överförbarhet som handlar om huruvida resultaten och analysen presenterats på ett sätt som gör det meningsfullt för läsaren där fokus ligger på att belysa sammanhang, vilket vår studie eftersträvat genom att bland annat ha mindre citat men även större blockcitat där både fråga och svar finns med. Detta för att läsaren ska få en möjlighet att eventuellt göra egna tolkningar. Vår studie har även styrkt citaten med tillhörande förklaring av analys. Överförbarheten har även stärkts då tidigare versioner av arbetet samt anteckningar sparats för att följa processen hur vår studie förändrats över tid samt dokumentera de beslut som tagits under studiens gång (Graneheim & Lundman, 2004; Korstjens & Moser, 2017)

För att försäkra oss om frågornas relevans och för att få en tidsuppfattning om intervjuens längd genomfördes en pilotintervju. Pilotintervjun förstärkte pålitligheten för vår studie eftersom frågornas tillförlitlighet säkerställdes, att frågorna var relevanta för vår studie samt svarar på våra frågeställningar. (Patel & Davidson, 2003)



Som tidigare nämnt är målet med vår studie att utforska, inte bekräfta eller förkasta en hypotes, intervjuerna har därför varit halvstrukturerade just för att ha möjlighet att ställa följdfrågor till deltagarnas berättelser för att få en djupare förståelse för det fenomen vår studie velat undersöka. Detta möjliggjordes vid intervjuerna genom att vår studie använt sig av följdfrågor för att få djupare svar av respondenterna. Ingen av författarna i denna studie har erfarenheter av vare sig livsvärldsintervjuer eller att genomförande av analys i IPA. Med mer erfarenhet av analys i IPA samt genomförandet av livsvärldsintervjuer hade detta möjligtvis kunnat bidra till både djupare förståelse i analysen och fler följdfrågor under intervjuerna.

Under intervjun har en av oss haft huvudansvar för att ställa frågor och följdfrågor från intervjuguiden, medan den andra har suttit vid sidan och fått möjligheten att anteckna intressanta iakttagelser hos respondentens svar. Detta gynnade vår studie vid intervjuerna eftersom det bidrog till följdfrågor som studien annars hade missat. Detta tillät den som ledde intervjun också att helt fokusera på att skapa en relation med deltagaren och få denne att känna sig avslappnad. Den person som antecknar kan då helt fokusera på innehållet av intervjun och vara uppmärksam på vissa ord och begrepp som nämns och kan följa upp dessa och bidra till en djupare förståelse kring fenomenet. Två inspelningsapparater under intervjun bidrog till att inget bortfall inträffade och underlättade för författarna i studien vid enskilda transkriberingar av intervjuerna. Författarna till denna studie har analyserat transkriberingarna enskilt för att sedan tillsammans tolka de teman som framkom utifrån våra tolkningar av deltagarnas berättelser. Detta arbetssätt användes vid alla analyser med efterföljande diskussion. Detta bidrog till ökad pålitligheten genom forskartriangulering. (Graneheim & Lundman, 2004; Korstjens & Moser, 2017) I studien har även samma person genomfört transkribering efter avslutad intervju, vilket enligt Hassmén och Hassmén (2008) minskar risken för tolkningsfel.

Slutligen så har författarna till denna studie regelbundet reflekterat över våra fördomar, egna antaganden och våra förutfattade meningar kring undersökningsområdet i enlighet med fenomenologins objektiva strävan. Detta möjliggjorde att vi kunde bedöma hur vår förförståelse påverkade våra beslut och tolkningar i studiens olika faser. Denna process genomfördes bland annat genom att vi som är författare till studien antecknat våra erfarenheter på en whiteboardtavla för att belysa dem för varandra. (Korstjens & Moser, 2017) Detta arbete anser vår studie har påverkat resultatets objektivitet positivt.

## **7.4 Vidare forskning**

Författarna till denna studie anser att det krävs vidare forskning på hur föräldrar i Sverige upplever ämnet idrott och hälsa och dess syfte. Det kan vidare hjälpa lärare att få en bild av vad föräldrar tror barn ska lära sig i ämnet idrott och hälsa samt varför det är viktigt med ämnet i skolan. Framtida studier för att undersöka föräldrars syn på ämnet idrott och hälsa behöver undersökas i mer omfattande forskning med barn från både hög- mellan- och lågstadier för att undersöka om det skiljer sig bland föräldrarna i de olika årskurserna, samt med ett mer geografiskt rikstäckande urval. Vidare bör forskningen fokusera på att undersöka sambandet mellan svenska föräldrars kunskaper om läroplanen och elevers studieresultat för att få svar på hur föräldrarnas inflytande kan påverka elevernas betyg.

## **8 Slutsats**

Vår studie har belyst upplevelsen av betydelsen av idrott och hälsa bland föräldrar till barn i svenska grundskolan.

Vår studie visar likt andra studier (Carreiro da Costa et al., 1995; George & Curtner-Smith, 2018; Na, 2015) att föräldrar upplever syftet med idrott och hälsa som fysiskt hälsofrämjande för elever som har utgångspunkt i en oro för barns inaktiva fritid idag. Fysiska aktiviteter ses som ett medel i ämnet att skapa friska kroppar som skyddar barn mot sjukdom och bidrar till samhällsnytta. Elever ska därför både få vara aktiva i en bredd av aktiviteter men också lära sig att förstå vikten av kost och att vara fysiskt aktiv. Aktivitetsbreddens motiv upplevs av föräldrarna stimulera ett intresse för att vara fysisk aktiv senare i livet. Vår studie visar likt Na (2015) att idrott och hälsa ska bidra till att öka barns inläring i andra ämnen. Ämnet upplevs också bland föräldrarna bidra till att elever blir mer självständiga genom att utveckla ansvarstagande. Detta möjliggörs med hjälp av ökade krav och regler i idrott och hälsa samt att undervisningen låter elever arbeta självständigt med problembaserat lärande.

Författarna till denna studie har föreslagit att skolan är tydlig i kommunikationen till föräldrarna vilket ansvar idrott och hälsa har att bidra till fysisk aktivitet i hälsofrämjande syfte. Detta är viktigt eftersom föräldrarna i vår studie upplever detta som ett av syftena för ämnet och vår studie skriver fram att styrdokumentet för skolan endast skriver fram detta ansvar som ett övergripande uppdrag för skolan. Denna ansvarsfördelning gäller även för

syftet att öka inläring i andra ämnen. Vår studies resultat och analys visar vidare att skolan bör sträva efter att öka föräldrars kunskaper för vad eleverna förväntas lära sig inom idrott och hälsa. Lärandemålen för riskhantering och friluftsliv i ämnet ses som två prioriterade områden att belysa för föräldrarna. Författarna till denna studie anser även att skolan bör arbeta med strategier för att lyfta ett bredare hälsoperspektiv på ämnet bland föräldrar.

## Referenslista

Alase, A. (2017). The interpretative phenomenological analysis (IPA): A guide to a good qualitative research approach, *International Journal of Education and Literacy Studies*, 5(2), 9-19.

Allwood, C.M. & Erikson, M.G. (2017). *Grundläggande vetenskapsteori: för psykologi och andra beteendevetenskaper*. 2. uppl. Lund: Studentlitteratur.

Alvesson, M. & Sköldberg, K. (2008). *Tolkning och reflektion: vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*. 2., [uppdaterade] uppl. Lund: Studentlitteratur.

Annerstedt, C. (2001). *Idrottsundervisning: ämnet idrott och hälsas didaktik*. Göteborg: Multicare.

Annerstedt, C. (2008). Physical education in Scandinavia with a focus on Sweden: a comparative perspective. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 13(4), 303–318.

Antonovsky, A. (2005). *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och Kultur.

Bjurwill, C. (1995). *Fenomenologi*. Lund: Studentlitteratur.

Carreiro da Costa, F., Dinis, J., Carvalho, L.M. & Onofre, M. (1995). School physical education purposes: The parents' view. I: R. Lidor, E. Eldar & I. Harari (red.). *In windows to the future: bridging the gaps between disciples, curriculum and instruction: proceedings, Netanya (Israel), The Zinman College of P.E. and Sport Sciences*. The Wingate Institute: Israel, 181–187.

Eriksson, B. (2016) *Jag är så förbannad på alla er föräldrar*.

<https://www.aftonbladet.se/debatt/a/zLkj7q/jag-ar-sa-forbannad-pa-alla-er-foraldrar> [2019-11-18].

George, M. & Curtner-Smith, M.D. (2018). Influence of acculturation on parents' readings of and expectations for physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 37(1), 35–45.

Giddens, A. (1976). *New rules of sociological method. A positive critique of interpretative sociologies*, London: Macmillan.

Graneheim, U.H. & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24(2), 105–112.

Hassmén, N. & Hassmén, P. (2008). *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*. Stockholm: SISU idrottsböcker.

Heidegger, M., Macquarrie, J. & Robinson, E. (1962). *Being and time*. New York: Harper & Row.

Kirk, D. (2006). The "obesity crisis" and school physical education. *Sport, Education and Society*, 11(2), 121-133.

Korstjens, I. & Moser, A. (2017). Series: Practical guidance to qualitative research: part 4: Trustworthiness and publishing. *The European Journal of General Practice*, 24(1), 120-124.

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. 3. uppl. Lund: Studentlitteratur.

Larsson, H. (2004). Vad lär man sig på gympan? Elevers syn på idrott och hälsa i år 5. I: E. Backman, H. Larsson & K. Redelius (red.). *Mellan nytta och nöje: bilder av ämnet idrott och hälsa* (s. 123–148.). Stockholm: Idrottshögskolan.

Larsson, H. (2012). Idrott och hälsa – en del av idrottskulturen. I: H. Larsson & J. Meckbach (red.). *Idrottsdidaktiska utmaningar* (2. uppl., s. 54–69). Stockholm: Liber.

Larsson, H. (2016). Didaktiska perspektiv på idrott. I: S. Hedenborg (red.). *Idrottsvetenskap: en introduktion* (s. 89–112). Lund: Studentlitteratur.

Larsson, H., Lundvall, S., Meckbach, J., Peterson, T. & Quennerstedt, M. (red.) (2016). *Hur är det i praktiken?: lärare utforskar ämnet idrott och hälsa*. Stockholm: Gymnastik- och Idrottshögskolan.

Lärarnas Riksförbund (2014). *Så påverkar föräldrarna undervisningen*. Lärarnas Riksförbund. Hämtad från <https://www.lr.se/download/18.2c5a365d1645ac11059e334/1559028169118/Så%20påverkar%20föräldrarna%20undervisningen%20201404.pdf>

Meckbach, J. & Lundvall, S. (2008). Flickor och fysisk aktivitet – bilder av flickors och deras föräldrars skattning av fysisk aktivitet och inställning till idrott och hälsa. *Svensk Idrottsforskning*, 17(4), 12–16.

Medin, J. & Alexandersson, K. (2000). *Begreppen hälsa och hälsofrämjande – en litteraturstudie*. Lund: Studentlitteratur.

Moran, D. (2000). *Introduction to phenomenology*. London: Routledge.

Na, J. (2015). Parents Perception of Their Children's Experiences in Physical Education and Youth Sport. *Physical Educator*, 72(1), 139–167.

Nordin, S. (2003). *Filosofins historia: det västerländska förnuftets äventyr från Thales till postmodernismen*. 2. uppl. Lund: Studentlitteratur.

Paley, J. (2017). *Phenomenology as qualitative research: A critical analysis of meaning attribution*. London: Routledge.

Patel, R. & Davidson, B. (2003). *Forskningsmetodikens grunder: Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. 3. uppl. Lund: Studentlitteratur.

Quennerstedt, M. (2006). *Att lära sig hälsa*. (Avhandling) Örebro Universitet.

Quennerstedt, M. (2007). Hälsa eller inte hälsa - är det frågan?. *Utbildning & Demokrati*, 16(2), 37–56.

Quennerstedt, M. (2008). Exploring the relation between physical activity and health – A salutogenic approach to physical education. *Sport, Education and Society*, 13(3), 267–283.

Redelius, K. (2004a). Bäst och pest!: Ämnet idrott och hälsa bland elever i grundskolans senare år. I: E. Backman, H. Larsson & K. Redelius (red.). *Mellan nytta och nöje: bilder av ämnet idrott och hälsa* (s. 149–172). Stockholm: Idrottshögskolan.

Redelius, K. (2004b). Vilka är vinnare och förlorare i idrott och hälsa? *Svensk Idrottsforskning*, 4(4), 42–46.

Sheehy, D.A. (2006). Parents perceptions of their child's 5th grade physical education program. *Physical Educator*, 63(1), 30–37.

Skolinspektionen (2018). Kvalitetsgranskning av ämnet idrott och hälsa i årskurs 7–9. Hämtad 2019-11-15 från <https://www.skolinspektionen.se/idrott-och-halsa>

Skolverket (2011). *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet 2011: reviderad 2018*. 5., [rev.] uppl. (2018). Stockholm: Skolverket.

Smith, J. (2007). *Qualitative psychology: A practical guide to research methods*. 2. ed. London: Sage.

Smith, J.A., Flowers, P. & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. London: Sage.

Smith, J.A., Flowers, P. & Larkin, M. (2013). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, methods, and research*. Los Angeles: Sage.

Smith, J. (2019). Participants and researchers searching for meaning: Conceptual developments for interpretative phenomenological analysis. *Qualitative Research in Psychology*, 16(2), 166–181.

Taylor, C. (1985). *Philosophical papers. Volume 2. Philosophy and the human sciences*. Cambridge: Cambridge University Press.

Theodin Jakobsson, B. (2005). *Hälsa - vad är det i ämnet idrott och hälsa? - en studie av lärares tal om ämnet idrott och hälsa*. Stockholm: Idrottshögskolan.

Vetenskapsrådet (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

Åström, P. (2017). Idrott och hälsas styvbarn. I: *De aktiva och de inaktiva: Om ungas rörelse i skola och på fritid* (s. 91–120). Stockholm: Centrum för idrottsforskning.



# Bilaga 1 - Litteratursökning

## Litteratursökning

### Syfte och frågeställningar:

#### Syfte

Syftet med vår studie har varit att undersöka föräldrars perspektiv på betydelsen av idrott och hälsa.

#### Frågeställningar

- Hur upplever föräldrar till elever i svenska grundskolan syftet med idrott och hälsa?
- Vad beskriver föräldrar till elever i svenska grundskolan att de ska lära sig i idrott och hälsa?

#### Vilka sökord har du använt?

*Parents perception, curriculum, physical education, PE, parents influence on children, childrens perception of parent's view, compulsory school, purpose, "school subjects" learning, fenomenologi, fenomenologisk ansats, föräldrars uppfattning, barn i grundskolan, föräldrar, idrott och hälsa, parents view, trustworthiness credibility transferability dependability, childrens perception of physical education, purpose of physical education, meningen med idrott och hälsa, barn idrott och hälsa, expecations of physical education, parents perception of PE, purpose of physical education, interpretative phenomenological analysis, läroplanen då och nu, läroplan förr, föräldrar inställning idrott*

#### Var har du sökt?

*GIH:s bibliotekskatalog, Discovery, Google Scholar, Diva*

#### Sökningar som gav relevant resultat

*Discovery: parents' expectations "physical education"  
parent's perception "physical education"  
Google Scholar: "Parents view" "physical education" purpose  
Elever "idrott och hälsa" uppfattning syn  
Diva: föräldrars uppfattning, syfte "idrott och hälsa"*

#### Kommentarer

*Vi hittade en del material via sökningar vi gjorde medan en del kom från att se andras avhandlingar eller arbeten och kolla litteraturlistan och söka material den vägen. En del hittade vi via böcker i biblioteket genom att aktivt söka själv.  
Det var svårt att hitta material som speglar det vi ska göra och vi fick upplevelsen av att lite är gjort på denna front därför tror vi också att vår studie kommer bidra till en djupare förståelse kring ämnet.  
Det vi har hittat är först fokuserat på vad det är vi skriver om sen breddade vi sökningen och gav oss på mer internationella studier som är gjorda på främst ämnet idrott.*

## **Bilaga 2 - Samtyckesblankett**

### **Samtyckesblankett**

Vi heter Patrik Frykling och Sofiän Norstad Habeish och studerar vid Gymnastik – och idrottshögskolan (GIH) i Stockholm. Vi skriver självständigt arbete på avancerad nivå och har intresserat oss för föräldrars syn på idrott och hälsa. Vi kommer därför att genomföra ett antal intervjuer på föräldrar med barn i grundskolan boende i Stockholmsområdet. En av oss kommer under intervjun att ställa huvudfrågor med följdfrågor och den andre kommer att anteckna intressanta iakttagelser under intervjun, samt kontrollera att intervjuguiden följs.

#### **Syfte**

Vårt syfte med studien är att undersöka hur föräldrar till grundskoleelever upplever idrott och hälsa och dess betydelse för elevernas skolgång och lärande.

#### **Etik**

Deltagarna i studien kommer aidentifieras med siffror istället för deltagarnas namn och intervjuerna kommer hållas enskilt utan andra åhörare. Den information vi samlar kommer enbart användas i studiesyfte och kommer förvaras i ett låst skåp under studietiden och efter studiens slutdatum. Alla deltagare ställer upp frivilligt och de kan när som helst välja att avbryta sitt deltagande. Efter intervjun kommer de få chansen att läsa igenom sina svar som nerskriven text om så önskas.

#### **Samtycke**

Jag har informerats om studien och samtycker till att delta. Jag är medveten om att mitt deltagande är helt frivilligt och att jag kan avbryta mitt deltagande i studien utan att ange något skäl. Min underskrift nedan betyder att jag väljer att delta i studien och godkänner att forskarna behandlar mina personuppgifter i enlighet med gällande dataskyddslagstiftning (GDPR) och den tilldelade informationen.

.....  
Underskrift

.....  
Namnförtydligande

.....  
Ort och datum

#### **Studenter**

Sofiän Norstad Habeish

Patrik Frykling

#### **Handledare**

Magnus Kilger

**Gymnastik – och idrottshögskolan (GIH), Lidingövägen 1, 114 33 Stockholm**

## **Bilaga 3 - Intervjuguide**

### **Intervjuguide**

#### **Uppvärmningsfrågor**

Kan du berätta lite om dig själv?

Berätta hur det var när du gick i skolan?

Tror du att ämnet skiljer sig i dagens skola från när du gick i skolan? På vilket sätt?

#### **Huvudfrågor**

1. Berätta lite vad du tänker på när du hör idrott och hälsa? Varför tror du att du tänker på detta?

- Kan du beskriva vilken relation (hur har du kommit i kontakt) du har till ämnet idrott och hälsa?

2. Kan du beskriva dina erfarenheter av dina barns deltagande i idrott och hälsa?

Berätta varför du tror att ämnet är en del av undervisningen i den svenska skolan?

- Anser du att idrott och hälsa är ett viktigt ämne i skolan?

- Om ja. Kan du berätta varför det är viktigt med idrott och hälsa i skolan?

- Om nej. Kan du berätta varför du tycker att idrott och hälsa inte är viktigt?

- Vad anser du att idrott och hälsa kan/ska bidra till för eleverna?

3. Kan du berätta vad elever ska lära sig på lektionerna i idrott och hälsa?

- Kan du beskriva vad elever kan/ska utveckla i ämnet?

- Kan du beskriva vad elever ska lära sig på en typisk idrott och hälsa lektion?

#### **Avslutande fråga**

Har du något annat du skulle vilja tillägga som du inte fått säga eller som vi glömt att fråga om?

#### **Utvecklingsfrågor**

Är det möjligt för dig att berätta mera?

Går det att utveckla det du berättar?

Hur menar du i din berättelse?

Hur tänkte du då?

Hur kände du då?

Vad betyder det för dig?