



Får idrottande elever högre betyg?

– en fallstudie på tre samhällsvetenskapliga program för att visa eventuella samband mellan fysisk aktivitet och höga betyg

Andreas Haugen Pihl
Olle Forsén

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN
Examensarbete:45:2008
Utbildningsprogram: Lärarprogrammet 2006-2009
Seminariehandledare: Karin Söderlund/Carolina Lundqvist
Examinator: Suzanne Lundvall

Abstract

Aim

The purpose of this study has been to investigate the possible differences in grades and attitudes towards further studies that can be explained by the student's level of physical activity. The questions we wanted answers to were:

- Does students in more sports-oriented programs have better grades than students in more theoretical programs?
- Is there a relationship between physical activity and study-results?
- Are there any differences in attitudes towards further studies for students at the different programs?
- Which other variables could be affecting the students grades?

Method

The extent of this study has included 3 municipal schools and 6 classes (2 from each school) – in all 119 students and 6 teachers. 3 different social sciences programs have participated – two sports-oriented and one without any sports-oriented concentration . The study has been done with questionnaires where the students have stated their grades, their level of physical activity, attitudes towards further studies and other possible influential factors. The students teachers have also answered questionnaires to investigate their opinion about their students and to see if the demands are the same. The statistic material from the study has then been analyzed in the statistical analysis programme SPSS.

Results

In this study we have not been able to prove that physical activity actually leads to higher grades. Our results show that it is more about the time the students put on their schoolwork, their ambition and the programs study rate that can be related to higher grades. Our results also show that students in more sports oriented programs are not as keen on future studies as students on more theoretical programs.

Conclusion

Our study has not been able to show relationships between a high grade of physical activity and high grades. Still we consider that we can strengthen that physical activity 3-4 times/week on a moderate/high effort level is the optimal training quantity for reaching higher grades.

Sammanfattning

Syfte och frågeställningar

Syftet med denna studie har varit att undersöka de eventuella skillnader i betyg och inställning till framtida studier som kan förklaras av gymnasieelevernas nivå av fysiska aktivitet.

De frågor vi velat få besvarade har varit:

- Har elever på program med idrottsinriktning högre betyg än elever på ett teoretiskt samhällsprogram?
- Finns det samband mellan fysisk aktivitet och studieresultat?
- Finns det några skillnader i attityd gentemot framtida studier hos elever på de olika inriktningarna?
- Vilka andra faktorer kan påverka elevernas betyg?

Metod

Studien har inkluderat 3 kommunala skolor och 6 klasser (2 per skola) - sammanlagt 119 elever och 6 lärare. 3 olika samhällsvetenskapligt inriktade gymnasieprogram har deltagit – två med idrottsinriktning och en utan någon idrottsinriktning. I studien har enkätundersökningar använts där eleverna har fått uppge sina betyg, sin fysiska aktivitetsnivå, attityder gentemot framtida studier och olika eventuella påverkansfaktorer. Även lärarna till dessa elever har fått besvara enkäter för att undersöka deras uppfattningar om sina elever samt för att se om kravbilderna är desamma. Undersökningens statistiska material har sedan behandlats i statistikprogrammet SPSS.

Resultat

Vi har i vår studie inte kunnat påvisa resultat som visar att fysisk aktivitet faktiskt leder till högre betyg. Snarare är det elevernas nedlagda studietid, ambitioner och studietakt som man i vår studie kan koppla till höga betyg. Resultatet visar också att elever på idrottsinriktade program inte prioriterar framtida studier lika mycket som elever på teoretiska program.

Slutsats

Vår studie har inte kunnat påvisa samband mellan hög grad av fysisk aktivitet och höga betyg. Dock anser vi oss kunna stärka att fysisk aktivitet 3-4 ggr/vecka på en måttlig/hög ansträngningsgrad är en optimal träningsmängd för att uppnå höga betyg.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Abstract	2
Sammanfattning	3
1 Inledning.....	3
1.1 Introduktion.....	3
1.2 Centrala begrepp	3
1.3 Bakgrund	4
1.3.1 Det samhällsvetenskapliga programmet.....	4
1.3.2 Idrottsgymnasier och idrottsinriktningar inom det samhällsvetenskapliga programmet	4
1.4 Forskningsläge	5
1.4.1 Barn och ungdomars nivå av fysisk aktivitet	5
1.4.2 Fysisk aktivitet – ökad inlärning	7
1.5 Teoretisk utgångspunkt	9
1.6 Syfte och frågeställningar.....	11
1.7 Hypoteser	11
2 Metod	12
2.1 Val av metod	12
2.2 Avgränsningar	13
2.3 Urval.....	13
2.4 Bortfallsanalys.....	16
2.5 Procedur	16
2.6 Databearbetning SPSS.....	16
2.7 Validitet och reliabilitet.....	17
3. Resultat.....	18
3.1 Lärarenkäterna.....	18
3.2 Elevernas grad av fysisk aktivitet.....	19
3.2.1 Fysisk aktivitet/vecka.....	19
3.2.2 Fysisk aktivitet under skoltid	19
3.2.3 Fysisk aktivitet på fritiden.....	20
3.2.4 Tid/tillfälle.....	21
3.2.5 Ansträngningsgrad	21
3.2.6 Sammanfattning av elevernas fysiska aktivitet	22
3.3 Elevernas studieresultat.....	22
3.3.1 Elevernas medelbetyg i de teoretiska ämnena.....	23
3.3.2 Elevernas medelbetyg för alla ämnen	23
3.3.3 Sammanfattning av studieresultat	24
3.4 Elevernas studieambitionsnivå.....	24
3.4.1 Framtida studieambitioner.....	24
3.4.2 Nedlagd studietid/vecka	25
3.4.3 Sammanfattning ”Skolornas studieambitionsnivå”	25
3.5 Eventuella påverkansfaktorer	25
3.5.1 Föräldrarnas utbildningsnivå.....	26
3.5.2 Kön.....	26
3.5.3 Elevernas uppfattning om kravbilden	27
3.5.4 Idrottselevernas uppfattningar om idrottsprogrammet.....	27
3.5.5 Idrottselevernas uppfattning om idrottens påverkan på betyget.....	28
3.5.6 Sammanfattning ”Eventuella påverkansfaktorer”	29
4. Diskussion	30
4.1 Studieresultat & fysisk aktivitet	30

4.1.1 "Har elever på program med idrottsinriktning högre betyg än elever på ett teoretiskt samhällsprogram?"	30
4.1.2 "Finns det ett samband mellan fysisk aktivitet och studieresultat?"	32
4.2 Framtida studieambitioner.....	34
4.2.1 "Finns det några skillnader i attityd emot framtida studier hos elever på de olika programmen?"	34
4.3 Sammanfattning av diskussion.....	35
4.4 Förslag till vidare forskning inom området.....	36
Käll- och litteraturförteckning.....	37

Bilaga 1 Käll- och litteratursökning

Bilaga 2 Enkäten till lärarna på samhällsprogrammet

Bilaga 3 Enkäten till lärarna på idrottsprogrammen

Bilaga 4 Enkäten till eleverna på samhällsprogrammet

Bilaga 5 Enkäten till eleverna på idrottsprogrammet

Bilaga 6 Kodning för SPSS

1 Inledning

1.1 Introduktion

Fysisk aktivitet är ett begrepp som de flesta känner till, något de flesta vet är viktigt - men långt ifrån de allra flesta sysselsätter sig med. Att fysisk aktivitet tar en stor plats i dagens samhälle är ett påstående svårt att undgå. Öppna vilken dagstidning som helst och du blir överröst med diverse träningstips och bantningsformer. Att rörelse är bra för vår kropp är allmän kunskap idag, men att rörelse även är bra för hjärnan är kanske inte lika välkänt. Genom att röra på oss kan vi utveckla och förbättra många av de funktioner som krävs för en fungerande inläring. Eftersom fysisk aktivitet kan påverka inlärningsförmågan är vi intresserade av att undersöka om det på grund av detta finns en koppling mellan fysisk aktivitet och studieresultat hos elever på olika samhällsvetenskapliga inriktningar – två med idrottsinriktning och en utan någon idrottsinriktning. Att jämföra ett teoretiskt program med idrottsgymnasier är något som vi inte sett gjorts förut och det vore intressant att se om det framkom skillnader i betyg samt inställning till framtida studier som kan förklaras av elevernas nivå av fysisk aktivitet.

1.2 Centrala begrepp

Fysisk aktivitet – den definition av fysisk aktivitet vi använder oss av i vår undersökning lyder: ”Med fysisk aktivitet menar vi att du medvetet rör på dig för att få en bättre hälsa, för att det är roligt eller för att öka prestationsförmågan inom en viss aktivitet.” Denna definition brukar allmänt användas för att definiera *motion*.¹ Varför vi valt oss av denna definition är dels för att vi anser den vara lättbegriplig för våra respondenter men också för att vi anser det vara den definition som passar bäst för att besvara vårt syfte och våra frågeställningar.

Studieprestationer – vi har i denna studie valt att begränsa studieprestationerna till de kärnämnen som är obligatoriska för samhällsprogrammet på gymnasiet och som de utvalda skolorna hade hunnit avsluta när undersökning gjordes. Dessa ämnen är: Matematik A, Svenska A, Engelska A, Idrott & Hälsa A och Samhällskunskap A.

¹ Andreas Hallgren <andreas.hallgren@ltu.se> Luleå tekniska universitet: vetenskapliga definitioner för sambanden mellan fysisk aktivitet och hälsa. <<http://www.luth.se/org/stil/friskvard/motion.htm>> (Acc. 2008-11-12)

Framtida studier – begreppet framtida studier har att göra med en av undersökningens frågeställningar. Vår definition av detta är studier på antingen högskola eller universitet, och inräknat är inte kompletterande gymnasieutbildningar såsom Komvux.

1.3 Bakgrund

1.3.1 Det samhällsvetenskapliga programmet

Det samhällsvetenskapliga programmet syftar till en på humaniora och samhällsvetenskap grundad kunskap om människors villkor och verksamhet. Också utveckling av redskap till formulering, analysering och problemlösning inom flera ämnesområden samt utveckla förmågan att förstå sambanden mellan ekonomi, humaniora, samhällsvetenskap och andra vetenskaper hör till programmets syften. Det finns fyra nationella inriktningar på programmet – ekonomi, kultur, samhällsvetenskap och språk. Det samhällsvetenskapliga gymnasieprogrammet är främst ett studieförberedande program och ger en mycket bred grund för fortsatta studier på högskolor och universitet.² Att eleverna på samhällsprogrammet också har en högre studieambition än riksgenomsnittet är bevisat i en undersökning gjord av Statistiska centralbyrån (SCB) 2007/08 där riksgenomsnittet för fortsatta studier låg på 59 % medan snittet för det samhällsvetenskapliga programmet låg på 73 %.³

1.3.2 Idrottsgymnasier och idrottsinriktningar inom det samhällsvetenskapliga programmet

Under 1965 presenterades ett antal riksdagsmotioner angående ungdomsidrotten. Detta ledde till en statlig utredning som 1969 kunde lägga fram det första förslaget till utbildning kombinerat med elitidrott. Detta var starten för riksidsrottsgymnasierna i Sverige. Riksidsrottsförbundet samarbetade med två kommuner och 1972 inleddes en försöksverksamhet som sedan togs över av Skolöverstyrelsen, vilket möjliggjorde ändringar i studieplanen. Kombinationen elitidrott och utbildning permanentades 1982 och ämnet specialidrott såg dagens ljus.⁴

Möjligheterna att utveckla såväl lokala som individuella program knutna till idrott öppnar möjligheter till nya kombinationer och idrottsgymnasier finns idag på tre olika nivåer - riks,

² Skolverket <skolverket@skolverket.se>, Samhällsvetenskapsprogrammet GY 2000:16. Upplaga 1. <<http://www.skolverket.se/publikationer?id=128>> (Acc. 2008-11-15)

³ SCB <scb@scb.se>, Gymnasieungdomars studieintresse läsåret 2007/08 <http://www.scb.se/statistik/_publikationer/AA9998_2007T02_BR_A40BR0801.pdf> (Acc. 2008-12-11)

⁴ Rolf Jonsson, "Kroppen och knoppen: en ESO-rapport om idrottsgymnasierna": *Rapport till Expertgruppen för studier i offentlig ekonomi* (Stockholm: Fritze, 2000), s. 9.

regionalt och lokalt. Riksidrottsgymnasierna tas omhand av Riksidrottsförbundet och det finns idag 1297 platser fördelat på 36 olika idrotter.^{5 6}

De regionala och lokala idrottsgymnasierna sköts framförallt av de kommuner som de finns i och idag är det allt vanligare att kommunala gymnasieskolor profilerar sig med olika ”idrottsprofiler” för att rekrytera elever.^{7 8} Denna profilering kan ske genom att skolorna erbjuder sina elever olika ”paket”, exempelvis ”idrottsprofil”. Detta möjliggörs genom att skolorna väljer åt eleverna vilka valbara kurser som ska ingå i dessa profileringar.⁹ Dessa specialutformade program/profiler avses ge en utbildning som inte tillgodoses på de nationella programmen, men som är likvärdig med dessa. En undersökning från hösten 2005 visar att 34 300 elever gick på dessa specialutformade program och 39 % av dessa, alltså 13 377 elever, gick på program näraliggande det samhällsvetenskapliga programmet.¹⁰

1.4 Forskningsläge

1.4.1 Barn och ungdomars nivå av fysisk aktivitet

Statistiska centralbyråns (SCB's) ULF-undersökning (undersökning om levnadsförhållanden) från 1996/97 visar att 67 % av ungdomarna i åldrarna 16-24 år motionerade minst en gång i veckan. En siffra som bland pojkar och flickor var lika hög. Detta är en ökning från SCB's tidigare undersökning som gjordes 1980/81 då 61 % av pojkarna och 57 % av flickorna uppgav att de motionerade minst en gång i veckan¹¹.

Rasmussens rapport från 2004 som undersöker fysisk aktivitet, matvanor, övervikt och självkänsla bland ungdomar visar att nivån av ungdomars fysiska aktivitet har fortsatt att öka. Rapporten utgår från rekommendationen om 60 minuters fysisk aktivitet på minst måttlig nivå per dag och resultaten visar att 71,2 % av ungdomarna uppnått denna rekommendation. Flickornas siffror var högre än pojkarnas då ca 1/4 av pojkarna klarade rekommendationen jämfört med ca 2/4 av flickorna. Rapporten undersöker också ungdomars nivå av fysisk

⁵ Rolf Jonsson, "Elitidrott och utbildning", *Aktuell beteendevetenskaplig forskning*, (SVEBIS 1997) s. 97

⁶ Riksidrottsförbundets hemsida <riksidrottsforbundet@rf.se>, Riksidrottsgymnasier 2008/09 – 2010/11, 2008-02-07

<http://www.rf.se/templates/Pages/InformationPage_723.aspx> (Acc. 2008-11-15)

⁷ Riksidrottsförbundets hemsida, Lokala och regionala idrottsgymnasier, 2008-01-31

<http://www.rf.se/templates/Pages/InformationPage_205.aspx> (Acc. 2008-11-03).

⁸ Skolverket <skolverket@skolverket.se>, Remissyttrande - *Begäran om upplysningar angående s.k. idrottsutbildningar - regionala och lokala idrottsgymnasier*. <<http://www.skolverket.se/remisser?id=2008:60>> (Acc. 2008-11-15)

⁹ Skolverket <skolverket@skolverket.se> Samhällsvetenskapsprogrammet GY 2000:16. Upplaga 1. <<http://www.skolverket.se/publikationer?id=128>> (Acc. 2008-11-15)

¹⁰ UD <education@ministry.se>, Kommittédirektiv, En reformerad gymnasieskola (Dir. 2007:8) <<http://www.ud.se/content/1/c6/07/89/49/849e3ff0.pdf>> s. 5 (Acc.2008-11-14)

¹¹ Sverige. Ungdomsstyrelsen, *Svensk ungdomsstatistik* (Stockholm: Ungdomsstyr. 1999), s. 58.

aktivitet utifrån WHO:s (World Health Organisation) rekommendationer om 30 minuters fysisk aktivitet på måttlig nivå/dag samt 20 minuters fysisk aktivitet på hård intensitetsnivå minst 3 tillfällen/vecka. Här var det dock betydligt fler pojkar än flickor som klarade rekommendationen då endast hälften av flickorna klarade den. Totalt sett var det färre ungdomar som klarade WHO:s rekommendationer om 60 minuters fysisk aktivitet på minst måttlig nivå per dag¹² än den rekommendation Rasmussen i sin studie utgick ifrån. Dessa resultat kan dock bara appliceras på barn och ungdomar då en undersökning av SCB från 2002 visar hur äldre individer, både män och kvinnor, har ökat sin träningsmängd de senaste decennierna. Andelen kvinnor som idag tränar regelbundet minst 2 gånger/vecka jämfört med för 30 år sedan är nästan det dubbla, från ca 15 % till ca 30 %. Även männen tränar mer regelbundet senaste decennierna, dock inte i samma höga utsträckning som kvinnor. Motsvarande för män är ökningen 5 % - från ca 15 % till 20 %. En eventuell förklaring till detta ges i populariteten för dagens gymkultur som är mer utbredd bland kvinnor än bland män.¹³

Åsa Strandbus och Anders Bakkens rapport om ungdomars motionsvanor på fritiden i Oslo visar även den att nivån av fysiskt aktiva ungdomar i åldrarna 14-17 år har ökat med åren. Resultat i studien visar att fysisk inaktiva ungdomar i Oslo uppgår till 12-20 %. Den största gruppen aktiva är de som är medlemmar i en klubb eller ett lag vilket uppgår till 40 %. En annan fjärdedel sköter sin träning på egen hand (främst löpning, dans och gym), aktiviteter utanför den organiserade idrotten.

Angående mängden av ungdomarnas träning framkommer att 28 % tränar 3-5 h/vecka, 15 % 6-9 h/vecka och 17 % 10 h och mer/vecka. De som är medlemmar i ett lag eller en klubb är överrepresenterade i de två senare mängdnivåerna.

Undersökningen visar också markanta könsskillnader. En generalisering som kan dras utifrån studien är att det inom den organiserade idrotten är betydligt fler pojkar än flickor och att gruppen som tränar på egen hand främst innehåller flickor.¹⁴ Huruvida också detta resultat kan förklaras av att populariteten för dagens gymkultur är mer utbredd bland kvinnor går bara att spekulera kring.

¹² Finn Rasmussen, Marit Eriksson, *Fysisk aktivitet, matvanor, övervikt och självkänsla bland ungdomar* (Stockholm: Epidemiologiska enheten, samhällsmedicin, Stockholms läns landsting, 2004), s. 52-54.

¹³ SCB <scb@scb.se>, Idrott och motion. <http://www.scb.se/statistik/LE/LE0101/1976I02/LE0101_1976I02_BR_08_LE103SA0401.pdf> (Acc. 2008-11-04)

¹⁴ Åse Strandbu & Anders Bakken, "Aktiv Oslo-ungdom – en studie av idrett, minoritetsbakgrunn og kjønn", *Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring* (NOVA Rapport 02/07), s. 41-46.

1.4.2 Fysisk aktivitet – ökad inlärning

Olika studier som visar samband mellan ökad fysisk aktivitet och bättre studieresultat har gjorts. Nedan presenteras fyra olika studier - en gjord på elever i åk 1- åk 3, en på högskolestuderande i åldrarna 19-64 år samt två studier gjorda på personer i ungefär samma åldersgrupp som deltagarna i denna studie.

Forskaren Ingegerd Ericsson deltog 1999-2003 i en studie kallad ”Bunkefloprojektet”. Syftet med hennes delstudie var att studera eventuella påverkans effekter av utökad fysisk aktivitet och individuellt anpassad motorisk träning i skolan avseende motorisk status, koncentrationsförmåga och skolprestationer.¹⁵ Hon prövar tre olika hypoteser varav två är relevanta för vår studie. Dessa två är:

- Barns koncentrationsförmåga förbättras med ökad fysisk aktivitet och extra motorisk träning i skolan.
- Barns skolprestationer i svenska och matematik förbättras med ökad fysisk aktivitet och extra motorisk träning i skolan.¹⁶

Resultaten från denna studie indikerar att tidigt insatt ökad fysisk aktivitet och motorisk träning i skolan kan ha betydelse för skolprestationer i svenska och matematik.¹⁷

Forskningsresultaten visar också att följande funktioner är viktiga för förmågan att lära sig läsa, skriva och räkna och också möjliga att förbättra med motorisk träning:

- Automatisering av grovmotoriska vardagsrörelser
- Öga – handkoordination
- Automatisering av finmotoriska rörelser i ögon och fingrar
- Visuell, auditiv, vestibulär, kinestetisk och taktil perception
- Sensomotorisk integrering
- Självkänsla

Alla dessa funktioner är möjliga att förbättra genom en ökad fysisk aktivitet och motorisk träning.¹⁸

Några slutsatser som visar att också elevers koncentrationsförmåga förbättras går inte att finna i studien men indikationer finns i jämförandet mellan elever med god motorik och elever med sämre motorik.¹⁹

¹⁵ Ingegerd Ericsson, *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer: en interventionsstudie i skolår 1-3* (diss. Malmö; Malmö högskola: lärarutbildningen, 2003), s. 90.

¹⁶ Ibid., s. 91.

¹⁷ Ibid., s. 175.

¹⁸ Ibid., s. 147.

¹⁹ Ibid., s. 150.

En annan studie värd att nämnas är den gjord på högskolestudenter där författarna undersöker om fysiskt mer vältränade personer har bättre förmåga till inläring och problemlösning än mindre fysiskt vältränade personer.²⁰ En undersökning gjord på 483 studenter där resultaten visar att fysiskt vältränade studenter som motionerade regelbundet presterade signifikant bättre studieresultat än mindre fysisk aktiva, icke-motionerande studiekamrater. Det visade sig även att studieprestationen var beroende av vilken grad av fysisk aktivitet studenter ägnade sig åt. Den optimala träningsmängden i studien var att motionera 3-4 gånger/vecka på en hög eller mycket hög ansträngningsgrad.²¹ En träningsmängd som också stärks i andra undersökningar. I en undersökning gjord på fyra högstadieskolor i Jönköping visar resultaten att de elever som presterade bäst skolresultat var de som utövade fysisk aktivitet minst 3 gånger/vecka. Samma undersökning lyckas också dela in även de lågpresterande eleverna i en grupp för sig och även i denna grupp presterade de elever med högst fysisk aktivitetsnivå bäst studieresultat på den lägre nivån. Alltså kan man tänka sig att fysisk aktivitet minst 3 gånger/vecka inte bara visar sig ha en positiv effekt för de elever med högst betyg utan även för de elever med sämre betyg som kan bero på en mängd saker, exempelvis läs- och skrivsvårigheter. Fysisk aktivitet kan alltså höja elevernas studieresultat oavsett elevens förutsättningar.²²

Något som också diskuteras i studien på studenterna vid högskolan är att fysisk aktivitet, indirekt eller direkt, tycks vara av betydelse för bland annat mental prestation, stressbenägenhet och kognitiv förmåga (reaktionstid, problemlösning, minne) inte bara bland äldre utan också yngre individer.²³ Ett påstående som stärks när man talar om äldre personer i annan forskning som visar att fysisk aktivitet kan ha fördelaktiga konsekvenser för den kognitiva förmågan hos äldre personer.²⁴

Kroppen eller knoppen är en ESO-rapport om idrottsgymnasier där författaren Rolf Jonsson är intresserad av tiden efter idrottsgymnasiet för elever.²⁵ Studien har gjorts på 514 elever som tog studenten från olika idrottsgymnasier 1984-93.²⁶ Bland mycket annat undersöks det

²⁰ Boo Svartbo & Michael Sjöström, "Sambandet motion studieresultat" *Svensk idrottsforskning* (1996:1) s. 34.

²¹ Ibid., s. 34-36.

²² Rune Hestner, "Idrottande skolungdomar får bra betyg", *Svensk idrott* (1995:3) s. 10.

²³ Boo Svartbo & Michael Sjöström, "Sambandet motion studieresultat" *Svensk idrottsforskning* (1996:1) s. 36-37.

²⁴ McAuley E, Kramer AF, Colcombe SJ "Cardiovascular fitness and neurocognitive function in older adults" <[http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?Db=pubmed&Cmd=ShowDetailView&TermToSearch=15116743&log\\$=activity](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?Db=pubmed&Cmd=ShowDetailView&TermToSearch=15116743&log$=activity)> (Acc. 2008-12-04)

²⁵ Rolf Jonsson, "Kroppen och knoppen: en ESO-rapport om idrottsgymnasierna" *Rapport till Expertgruppen för studier i offentlig ekonomi* (Stockholm: Fritze, 2000), s. 25.

²⁶ Ibid., s. 27-30.

som är relevant för oss i vår studie, nämligen dessa före detta idrottsgymnasieelevers betyg samt hur många som efter sin gymnasietid gick vidare med fortsatt utbildning.

Studiens resultat visar att idrottseleverna hade högre betyg än riksgenomsnittet förutsatt att idrottsbetygen var inräknade. Utan idrottsbetygen sjunker idrottselevernas medelbetyg under riksgenomsnittet. Resultatet visar också att flickorna på dessa hade bättre medelbetyg än pojkarna. En tredje slutsats är att individuella idrottare generellt hade bättre medelbetyg än lagidrottare.²⁷

Den andra delen av denna rapport som är intressant för vår forskning är hur många som valde att studera vidare efter gymnasiet. Forskningsresultaten visar att ungefär hälften, 54 %, hade någon form av eftergymnasial utbildning. Det som också konstateras är att betydligt fler flickor än pojkar i dessa avgångsklasser hade valt att studera vidare.²⁸

Studier som visar att idrottande, motorikträning, motionerande och fysisk aktivitet har positiv inverkan på kognitiv förmåga, studieprestationer och betyg har alltså gjorts. Dock har undersökningar på de olika inriktningarna inom det samhällsvetenskapliga programmet vi önskar undersöka inte gjorts. Med denna undersökning hoppas vi därmed kunna bidra till detta problemområde och få svar på om idrottande gymnasieelever presterar bättre skolresultat.

1.5 Teoretisk utgångspunkt

Hannafords teori om rörelse och inläring bygger på tanken att kroppsrörelse har en viktig funktion i skapandet av nätverk och nervceller.²⁹ Detta skapande inträffar då vi interagerar med världen (genom erfarenheter och sinnesförmågor) och i vår hjärna och kropp skapar en kommunikation mellan nervceller. Kommunikationen startas genom utskott mellan nervcellerna som bildas då vi tar emot stimuli med våra sinnen och påbörjar rörelser. Dessa utskott kallas dendriter och det är dem som sätter nervceller i kontakt med andra nervceller. Processen med nervceller som förbinds och blir nätverk är grunden för inläring och tanke.³⁰ Processen kan enligt Hannaford påverkas av muskelaktiviteter, främst koordinerade rörelser, som ökar antalet nervförbindelser i hjärnan och kan påverka tillväxten av nervceller.³¹

²⁷ Jonsson, s. 51-53.

²⁸ Ibid., s. 55-57.

²⁹ Ingegerd Ericsson, *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer: en interventionsstudie i skolår 1-3* (diss. Malmö; Malmö högskola: lärarutbildningen, 2003), s. 54.

³⁰ Carla Hannaford, *Lär med hela kroppen: inläring sker inte bara i huvudet* (Jönköping: Brain books, 1997), s. 18.

³¹ Ericsson, s. 55.

En av de viktigaste vägarna till kunskap som Hannaford tar upp är proprioceptionen (människans förmåga att kunna avgöra de egna kroppsdelarnas position, även kallat för djupsensibilitet, en nödvändighet bl.a. för en människas balans) och ju mer du övar dig på detta, desto snabbare kan överföringen och bearbetning av impulser i det centrala nervsystemet ske. Vårt vestibulära system har en stor del av utvecklingen av proprioceptionen och Hannaford betonar även det vestibulära systemets betydelse för uppmärksamhet och inläring.³² Hon menar att det vestibulära systemet har inverkan på all inläring under livets första femton månader och att grundläggande färdigheter såsom balans, rörelseförmåga, koordination av synen med rörelse är beroende av att det vestibulära systemet fungerar som det ska. Det vestibulära systemet har även stor del i vår uppmärksamhet som ser till att vi håller oss vakna och kan svara på stimuli.³³

Förutom de positiva effekterna som fysisk aktivitet ger våra muskler, hjärta, lungor och ben så påverkar det även hjärnan positivt genom en ökad blodtillförsel.³⁴ Fysisk inaktivitet försätter däremot hjärnan i ett passivt mottagande av impulser vilket i sin tur leder till försämrad kognitiv förmåga.³⁵

Eftersom man enligt Hannafords teori kan påverka inlärningsförmågan genom fysisk aktivitet så kan fysisk aktivitet vara en förklarande faktor till en elevs höga studieresultat. Detta är något som vi vill undersöka i vår studie. Går det att se samband mellan fysisk aktivitet och studieresultat?

³² Ericsson, s. 54.

³³ Hannaford, s. 160.

³⁴ Ericsson, s. 56.

³⁵ Ibid., s. 55.

1.6 Syfte och frågeställningar

Syftet är att undersöka de eventuella skillnader i betyg och inställning till framtida studier som kan förklaras av gymnasieelevernas nivå av fysisk aktivitet.

Frågeställningar:

- Har elever på program med idrottsinriktning högre betyg än elever på ett teoretiskt samhällsprogram?
- Finns det ett samband mellan fysisk aktivitet och studieresultat?
- Finns det några skillnader i attityd gentemot framtida studier hos elever på de olika programmen?
- Vilka andra faktorer kan påverka elevernas betyg?

1.7 Hypoteser

Nedan presenterar vi hypoteser som växt fram under arbetets gång. Hypoteserna grundar vi delvis på egna erfarenheter men framförallt på den bakgrund, det forskningsläge och den teoretiska utgångspunkt som tidigare presenterats:

- Eleverna på de idrottsinriktade programmen visar bäst studieresultat.
- Eleverna som utövar mest fysisk aktivitet, vilka vi tror till största andel är de eleverna på elitidrottsprogrammet, är de med bäst studieresultat.
- Eleverna på det teoretiska programmet är de med bäst attityd gentemot framtida studier.

2 Metod

2.1 Val av metod

Studien har gjorts med enkäter som vi lät gymnasieelever i år 2, år 3 och år 4 på de undersökta programmen besvara. Alla frågorna i enkäterna var slutna förutom de fyra sista där eleverna kunde motivera sina svar. Enkäterna till eleverna bestod utav 16 frågor. Valet av enkäter gjordes för att vi önskade att undersöka flera klasser med olika studieinriktningar. Genom enkätundersökningarna kunde vi få en generell information om elevens egen uppfattning angående deras fysiska aktivitetsnivå samt attityder gentemot skolan och framtida studier. Andra fördelar med vårt metodval är att vi kan få fram ett resultat som är generaliserbart för de respektive klasserna på de tre skolor som deltar i undersökningen.

Enkäten var uppdelad i olika delar som behandlade våra frågeställningar (se bilaga 4-5). En del som fokuserade på elevernas grad av fysisk aktivitet under skoltid och efter. Eleverna fick här också gradera, utefter Borgskalan, inom vilken ansträngningsnivå de ansåg sig ligga när de utövade sina fysiska aktiviteter.

En del där vi undersökte elevernas betyg för att se om vi kunde finna skillnader mellan de olika programmen. Detta skedde genom att eleverna själva fick fylla i sina betyg för ämnena Matematik A, Svenska A, Engelska A, Samhällskunskap A samt Idrott & Hälsa A. Vi valde dessa ämnen då de är obligatoriska för det samhällsvetenskapliga programmet och de klasser med olika samhällsinriktningar vi undersöker. Valet av undersökta ämnen baserades också på att respektive skolor uppgav att deras elever hade fått slutgiltiga betyg i dessa ämnen då tiden för vår undersökning gjordes. Vi lät eleverna själva skriva i sina betyg för ämnena då enkäterna var anonyma och elevernas anonymitet inte kunnat behållas om vi t.ex. använt oss av en betygsdatabas.

En del av enkäterna var frågor som vi författare skulle använda oss av för att eventuellt förklara vilka andra faktorer, utöver fysisk aktivitet, som kunde förklara elevernas betyg. Här undersöktes kön, nerlagd studietid, uppfattad kravbild, föräldrars utbildningsgrad och studietakt.

Enkäter delades även ut till lärarna på respektive program för att få en bakgrund till elevernas skolsituation och elevernas attityd till framtida studier. Eventuella skillnader i krav från lärare på de olika programmen undersöktes samt hur elevernas nivå av fysisk aktivitet påverkats eller eventuellt skulle ha påverkats av hög/ökad fysisk aktivitet.

Svaren vi fick från enkätundersökningarna med eleverna behandlades sedan i statistikprogrammet SPSS. Lärarenkäterna behandlades manuellt då de var för få till antalet för att behandlas i SPSS.

2.2 Avgränsningar

Det finns flera faktorer som påverkar elevernas studieresultat och attityd gentemot framtida studier. Faktorer som vi i denna studie inte har kunnat eller valt att undersöka - exempelvis kultur, tradition, umgänge.

Vi har valt att främst fokusera på elevernas fysiska aktivitetsnivå för att förklara deras studieresultat och attityd. Vi har dock inkluderat vissa faktorer i resultatet och diskussionen för att se vilka andra faktorer som kan påverka en elevs betyg. De faktorer vi valt att undersöka utöver den fysiska aktivitetsnivån är etnicitet, föräldrars utbildning, kön, nedlagd studietid, kravbild och studietakt. Dessa faktorer valdes därför att vi som författare fick uppfattningen under studiens gång att de var viktiga faktorer till elevernas betyg och relativt lätt för oss att i en enkät undersöka. Som tidigare nämnt finns det fler faktorer som kan påverka resultatet men att undersöka alla dessa faktorer hade krävt en mer omfattande studie. Avgränsning vid undersökningen av elevernas betyg har också gjorts. Vi gjorde ett urval av en del av de obligatoriska ämnen som finns på samhällsprogrammet ämnen som respektive skola uppgav att eleverna hade fått ett slutbetyg i vid tiden för vår undersökning.

2.3 Urval

Vi har baserat vårt urval av deltagare i denna undersökning på ett så kallat bekvämlighetsurval. Med detta menas att vi valt skolor där vi som gör undersökningen redan har befintliga kontakter. Denna urvalsmetod har, utöver bekvämlighetsfaktorn, valts då tiden för denna uppsats är knapp och det smidigaste urvalssättet för oss var detta.

Antalet deltagare i undersökningen är 119 elever samt 6 lärare. Eleverna och lärarna kommer från 3 olika kommunala skolor och 6 olika klasser, två klasser från varje program. Eleverna är mellan 16 och 18 år gamla. Vi valde att göra undersökningarna med gymnasieelever i de två avslutande årskurserna vilket i denna undersökning blev elever i år 2, år 3 och år 4.

Det lokala idrottsprogrammet ligger i en förort till Stockholm medan elitidrottsprogrammet samt samhällsprogrammet ligger i nordvästra Skåne. Skälet till de geografiska lägena är, som tidigare nämnt, bekvämlighetsurvalet.

I vår undersökning har vi velat undersöka elever som studerar på samhällsprogrammet fast med olika specialinriktningar – ett elitidrottsprogram, ett lokalt idrottsprogram och ett teoretiskt samhällsvetenskapligt program med samhällsinriktning. Alltså två inriktningar där idrott/fysisk aktivitet är vanligt förekommande både i skolan och på fritiden samt ett program med mindre idrott/fysisk aktivitet.

Befintliga kontakter på de båda idrottsprogrammen fanns innan studiens början och detta styrde valet av dessa skolor och klasser. Det geografiska läget utgjorde grunden för valet av det teoretiska samhällsprogrammet. Ändå valdes denna skola ut mer slumpartat genom ett besök skolan. Det är en skola som profilerar sig genom sina samhällsvetenskapliga program.

Nedan presenteras respektive skolor och de program som deltar i undersökningen. Informationen har hämtats från gymnasiernas respektive hemsidor samt genom informella intervjuer med lärare och elever. Dessa källor har vi författare i vår ägo för att dölja skolornas och respondenternas identiteter, allt enligt de gällande forskningsetiska reglerna.

Det elitidrottsprogram vi undersökt ser lite annorlunda ut jämfört med riks/regionala/lokala idrottsgymnasier. Till skillnad från riksidrottsgymnasierna så är idrottsklassen på denna skola en klass för sig, d.v.s. idrottseleverna integreras inte med andra program när de läser de teoretiska ämnena. En annan skillnad på denna skola jämfört med lokala och andra regionala gymnasier är att elevernas specifika idrottsutövande ansvaras av den klubb eleven representerar. Kraven från skolan är därför att respektive idrott ska kunna erbjuda grenspecifik träning vid tre tillfällen per vecka, sammanlagt 6 timmar. Kostnaden för denna träning är inte heller det något som skolan får ordna utan det är klubbens egna resurser som står för detta.

Utöver ovan nämnda skillnader är den största skillnaden att eleverna ges möjlighet att utöka sin studietid från traditionella 3 år till 4 år. Detta är en möjlighet som ges för att eleverna ska få chans att fullt ut satsa på sin idrott utan att studierna behöver bli lidande.

Utbildningen är studieförberedande och ger samma behörighet till fortsatta studier som vilket annat samhällsvetenskapligt program som helst. Utöver det praktiska idrottsutövande som eleverna utövar 6 timmar/vecka läser eleverna specialkurser knutna till det idrottsutövande och det intresse eleverna själva har för idrott i stort. Exempel på sådana kurser är ”Idrottspsykologi och ledarskap”, ”Idrottshistoria” och ”Anatomi, fysiologi”. Av de sammantagna 2500 poängen som eleverna tagit vid studenten uppgår antalet idrottspoäng till minst 600 poäng. Idrott i både praktik och teori är alltså en stor del utav detta gymnasieprogram.

Gymnasiet som inkluderar elitidrottsprogrammet är en kommunal skola och är i stort ett mångkulturellt gymnasium men på det berörda programmet uppgår antalet elever med utländsk bakgrund till 17 %.

På det lokala idrottsprogrammet tränar eleverna 3 träningspass/vecka. Detta ska vara ett komplement till den vanliga föreningsidrott som eleverna förväntas utöva minst 3 pass/vecka på fritiden. På detta program blandar man idrott med samhällsvetenskap och undervisningen sker enligt timplanen för det 3-åriga samhällsvetenskapsprogrammet. Efter avslutade studier har eleven samhällsvetenskaplig behörighet för att söka till högskola/universitet. Av de totalt 2500 poäng som man ska uppnå under studietiden är 600 poäng knutna till idrotten. Här ingår bland annat kurser som ”Ledarskap inom lek och idrott” samt ”Estetisk verksamhet” som är specialanpassade för programmet. Vid det lokala idrottsprogrammet finns det ett lärarlag som arbetar nära med gruppen. Lärarlaget arbetar mycket flexibelt och planerar för att läxor och prov ska kunna anpassas efter elevernas idrottsutövande. De använder sig bl.a. av s.k. ”buffertdagar” och Lärcentrum som möjliggör inläsning och kan ge stöd för de elever som behöver det.

Antagningskraven på detta program kräver, utöver ett högt medelbetyg, att eleven har ett stort tekniskt kunnande inom sin idrott. Anledningen till detta är att skolan rangordnar de sökande eleverna efter deras idrottsmeriter och endast de bästa kommer in.

Gymnasiet är mångkulturellt och antalet elever med utländsk bakgrund, utslaget på hela det samhällsvetenskapliga programmet, uppgår till 51 %. En procentsiffra som med full säkerhet kan appliceras på det lokala idrottsprogrammet.

Det teoretiska samhällsprogram som deltar i vår undersökning är ett samhällsprogram med samhällsinriktning.

Gymnasiet som inkluderar de klasser som deltagit i undersökningen är en kommunal skola och har mestadels teoretiska program att erbjuda. Skolan profilerar sig genom ett specialutformat samhällsprogram (dock inte det undersökta) men också deras övriga samhällsprogram har ett gott rykte som ”*ett bra gymnasieval*”. Andelen elever med utländsk bakgrund på skolan är strax under 20 %. Detta inkluderar inte det IV-program som också finns på skolan.

De undersökta klasserna hade som sagt valt samhällsinriktning som inriktning. Med detta menas att eleverna läser fler ämnen knutna till samhällsvetenskap, exempelvis ”Historia B” och ”Religionskunskap B”. Denna inriktning intresserar sig för människan som individ, grupp

och samhällsmedborgare och på den undersökta skolan jobbar arbetslagen mycket med projekt som går över klassgränser och ibland även skolgränser.

2.4 Bortfallsanalys

Bortfallet på enkäterna var överlag väldigt små. På elitidrottsprogrammet deltog sammanlagt 38 elever och bortfallet uppgick till 8 elever. På det samhällsprogrammet deltog sammanlagt 45 elever och bortfallet uppgick till 7 elever. På det lokala idrottsprogrammet deltog sammanlagt 35 elever och bortfallet uppgick till 5 elever. Det sammanlagda bortfallet i studien uppgick sammanlagt till 20 elever – 14.4 %. Bortfallet baserades utifrån lärarna för respektive klass och deras klasslistor.

I resultatdelen togs ett svarsalternativ bort när aspekten ”föräldrarnas utbildningsnivå” behandlades. Svarsalternativet ”vet ej” togs bort då det ej ansågs relevant för resultatet. Detta på grund av att det var så pass få elever som markerade det svarsalternativet. Detta medförde dock ett visst bortfall som kan ha påverkat det färdiga resultatet.

2.5 Procedur

Enkäternas uppbyggnad och val av frågor gjorde vi författare i samråd med vår handledare. Vi var på plats när enkäterna delades ut och besvarades på samtliga skolor och klasser. Detta gjorde vi för att försäkra oss om att de gjordes och för att kunna besvara frågor och eventuella oklarheter kring enkäterna. Vår närvaro kändes även viktig för att kontrollera bortfall samt tydligt beskriva undersökningens syfte och de forskningsetiska reglerna vi följde.

2.6 Databearbetning SPSS

För att kunna analysera svaren från enkätundersökningarna i SPSS kodades svaren. Kodningen skedde genom att frågorna först kategoriserades och sedan omvandlades svarsalternativen till siffror (se bilaga 6). Siffror som sedan lades in i Excel för vidare analysering i SPSS. Den statistiska analysen gjordes sedan med statistikprogrammet SPSS och ”One-way anova” testet med ”Post hoc (bonferroni)” användes på de aspekterna som uppvisade normal distribution samt ”Crosstabs chisquare” testen på de aspekterna där båda variablerna var på nominalskalenivå för att analysera resultaten. ”One-way anova” testens samt ”Crosstabs chisquare” testens värden representeras av bokstaven *F* respektive χ^2 i resultatet. Signifikansnivån är $p < .05$ för testen.

2.7 Validitet och reliabilitet

Denna undersökning är en fallstudie inom det problemområde vi valt att undersöka. De skolor och klasser som undersökts har baserats på ett bekvämlighets- samt slumpurval. Med detta, samt det faktum att endast tre skolor deltagit, i åtanke, kan man inte dra några långtgående slutsatser av de resultat vi fått fram. Hur valen av skolor påverkat resultaten är svårt att sja om eftersom liknande studier med de olika inriktningar inom det samhällsvetenskapliga programmet som vi undersökt inte går att finna. Urvalet kan mycket väl ha påverkat resultatet i en eller annan riktning. Kanske skulle resultaten vara helt annorlunda om undersökningen gjorts på tre andra skolor - kanske inte? Vi anser att validiteten och reliabiliteten av de resultat vi fått fram i vår studie kunde varit högre för de skolor, klasser, elever och lärare som medverkat i studien. Med en enkätundersökning är det svårt att veta huruvida de svar som ligger till grund för våra resultat är sanningsenliga. Detta går bara att hoppas på. De vi kunde ha kollat upp var om elevernas svar angående deras betyg var äkta. Men eftersom enkäterna var anonyma så gick detta inte att genomföra. Det försvagar förstås validiteten i vår studie men vi som gjort undersökningen känner i varje fall att vi försökt vara tillmötesgående och framförallt närvarande då enkäterna besvarades - faktorer som vi författare tror och hoppas påverkat sanningshalten positivt i enkätsvaren.

Det totala bortfallet bland eleverna i vår studie uppgick till 14.4 %. Det brukar sägas att om bortfallet överstiger 25 % kan detta påverka resultaten. Då vårt bortfall inte var i närheten av detta och det faktum att vi använt oss av analysprogrammet SPSS tycker vi höjer validiteten och reliabiliteten i undersökningen. På grund av tidsbrist kunde ej en pilotstudie genomföras. Vi anser dock att detta inte har påverkat resultatet.

Vi anser att vi har mätt det vi varit ute efter att mäta. Vi anser även att de svaren vi fått har svarat på de frågeställningar som vi ställt. Under enkätundersökningarna gavs alla respondenter samma yttre förutsättningar. De utfördes i klassrum utan tidspress och eventuella oklarheter fanns vi författare på plats för att reda ut – faktorer som borde vara positivt för undersökningens reliabilitet.

3. Resultat

Resultatet presenteras enligt följande. Först presenteras resultaten från lärarenkäterna vilken används för att teckna en bakgrund till elevernas studiesituation, sedan skolornas grad av fysisk aktivitet, efter det presenteras skolornas studieresultat, följt av skolornas studieambitionsnivå och sist presenteras eventuella påverkansfaktorer.

3.1 Lärarenkäterna

Lärarna på de båda idrottsprogrammen ansåg att de allmänna kraven på deras elever på idrottsprogrammen var likvärdiga eller högre än för elever på teoretiska program. Detta motiverades bland annat av ”samma program mål, betygskriterier etc.”³⁶. De lärare som ansåg att de allmänna kraven var högre ställde motiverade detta genom ”måste vara bra i skolan och på sin idrott”,...”elevernas stora intresse kanske leder till en något högre kravbild...”.³⁷

4 av 6 ansåg att lärare för idrottseleverna var mer toleranta/schyssta vad gäller inlämningar av arbeten eller datum för prov – ”medvetna lärare har större förståelse,...större flexibilitet då det är giltiga skäl,... det ingår i konceptet att man får läsa på ett mer flexibelt sätt”.³⁸ Bara en lärare på elitidrottsprogrammet ansåg att toleransnivån var likvärdig – ”Är man uttagen till match den dagen och den tiden kommer man i tid – samma här.”³⁹

Att elever på ett samhällsteoretiskt program är mer motiverade till framtida studier än elever på idrottsinriktade program tror 5 av 6 lärare, den mest slående motiveringen – ”Jag tror faktiskt att eleverna på idrottsgymnasier främst hoppas på en idrottslig karriär”.⁴⁰

På frågan om hur många av deras elever som skulle fortsätta studera var den stora skillnaden att lärarna för eleverna på det lokala idrottsprogrammet trodde att ¼ av deras elever skulle studera vidare medan lärarna för de båda andra programmen trodde att ¾ av deras elever skulle studera vidare.

Lärarna på samhällsprogrammet var överens om att en ökad fysisk aktivitetsnivå skulle påverka deras elevers studieresultat till det bättre. Även lärarna för de båda idrottsprogrammen ansåg att elevernas höga träningsnivå hade en positiv inverkan på elevernas studieresultat och motiveringarna som gavs är snarlika för samtliga lärare – ”ökande koncentration, ... mer ork, ... bättre planeringsförmåga, ... mer stresståliga”.⁴¹

³⁶ Lärarenkät i författarens ägo.

³⁷ Ibid.,

³⁸ Ibid.,

³⁹ Ibid.,

⁴⁰ Ibid.,

⁴¹ Ibid.,

3.2 Elevernas grad av fysisk aktivitet

Här redovisas eleverna på de tre gymnasieprogrammen och deras fysiska aktivitetsnivå. Denna aspekt innefattar skolornas fysiska aktivitet/vecka, fysisk aktivitet i skolan, fysisk aktivitet på fritiden, ansträngningsgrad samt hur lång tid som lades ner för varje tillfälle. Varje kategori inom denna aspekt kommer att redovisas separat.

3.2.1 Fysisk aktivitet/vecka

Här redovisas hur många tillfällen per vecka som eleverna på de olika programmen är fysisk aktiva. Skalan är uppdelad från 1-5 (1 = inga tillfällen, 2 = 1-2 tillfällen, 3 = 3-4 tillfällen, 4 = 5-6 tillfällen och 5 = 7 eller fler tillfällen). Då aspekten ”fysisk aktivitet/vecka” uppvisade normal distribution analyserades datan med ”One-way anova” test med ”Post hoc (Bonferroni)”.

Tabell 1: Fysisk aktivitet/vecka

Skola	Antal elever	Medelvärde
Lokalt (Idrott)	34	4,53
Elit (Idrott)	39	4,67
Samhäll	46	2,94

Resultatet visade på en signifikant skillnad i fysisk aktivitet/vecka mellan de tre programmen, $F(2, 118) = 58.67, p = .00$. Bonferroni's post hoc test visade att signifikanta skillnader existerade mellan lokalt idrottsprogram och samhällsprogram ($M_s = 4.53$ respektive 2.94, $p < .01$) samt mellan elitidrottsprogram och samhällsprogram ($M_s = 4.67$ respektive 2.94, $p < .01$). Resultatet visade dock ingen signifikant skillnad mellan det lokala idrottsprogrammet och elitidrottsprogrammet.

3.2.2 Fysisk aktivitet under skoltid

Här presenteras resultaten för den fysiska aktivitet som genomfördes av eleverna under skoltid på de olika skolorna. Skalan (1-5) är uppdelad på samma sätt som för kategorin fysisk aktivitet/vecka. Då aspekten ”fysisk aktivitet under skoltid” uppvisade normal distribution analyserades datan med ”One-way anova” test med ”Post hoc”(Bonferroni).

Tabell 2: Fysisk aktivitet under skoltid

Skola	Antal elever	Medelvärde
Lokalt (Idrott)	34	3,00
Elit (Idrott)	39	2,92
Samhäll	46	1,59

Resultatet visade att eleverna på de båda idrottsprogrammen utövar signifikant mer fysisk aktivitet under skoltid än eleverna på samhällsprogrammet, $F(2, 118) = 140.81, p=.00$. De signifikanta skillnaderna fanns mellan det lokala idrottsprogrammet och samhällsprogrammet ($M_s = 3.00$ respektive 1.59) samt mellan elitidrottsprogrammet och samhällsprogrammet ($M_s = 2.92$ respektive 1.59).

3.2.3 Fysisk aktivitet på fritiden

Här redovisas den fysiska aktivitet som genomfördes under fritid av eleverna på de olika skolorna. Skalan (1-5) är uppdelad på samma sätt som för kategorin fysisk aktivitet/vecka. Då aspekten ”fysisk aktivitet på fritiden” uppvisade normal distribution analyserades datan med ”One-way anova” test med ”Post hoc”(Bonferroni).

Tabell 3: Fysisk aktivitet på fritiden

Skola	Antal elever	Medelvärde
Lokalt (Idrott)	34	2,65
Elit (Idrott)	39	3,41
Samhäll	46	2,63

Resultatet visade en signifikant skillnad i fysisk aktivitet på fritiden mellan eleverna på elitidrottsprogrammet och det lokala idrottsprogrammet och samhällsprogrammet, $F(2, 118) = 12.63, p=.00$. De signifikanta skillnaderna fanns mellan elitidrottsprogrammet och samhällsprogrammet ($M_s = 3.41$ respektive 2.63) samt mellan elitidrottsprogrammet och det lokala idrottsprogrammet ($M_s = 3.41$ respektive 2.65).

3.2.4 Tid/tillfälle

Nedan redovisas hur lång tid som lades ner vid varje aktivitetstillfälle. Skalan är uppdelad från 1-5 (där 1 = 20-25 min, 2 = 30-55 min, 3 = 1 h-1 h och 25 min, 4 = 1 h och 30 min - 2 h och 5 = mer). Då aspekten ”tid/tillfälle” uppvisade normal distribution analyserades datan med ”One-way anova” test med ”Post hoc” (Bonferroni).

Tabell 4: Tiden som lades ner vid varje träningstillfälle

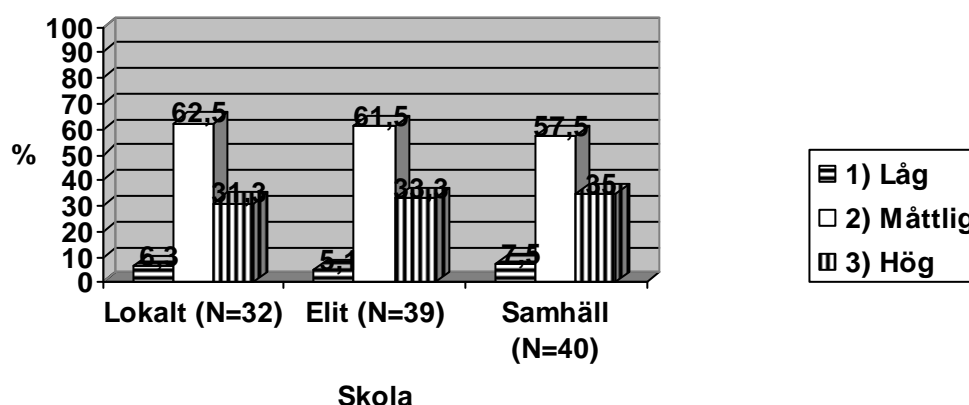
Skola	Antal elever	Medelvärde
Lokalt (Idrott)	34	3,56
Elit (Idrott)	39	3,74
Samhäll	41	2,83

Resultatet visade en signifikant skillnad i tid per tillfälle mellan eleverna på de båda idrottsprogrammen gentemot eleverna på samhällsprogrammet, $F(2, 113) = 27.48, p = .00$. De signifikanta skillnaderna fanns mellan det lokala idrottsprogrammet och samhällsprogrammet ($M_s = 3.56$ respektive 2.83) samt mellan elitidrottsprogrammet och samhällsprogrammet ($M_s = 3.74$ respektive 2.83). Resultatet visade dock ingen signifikant skillnad mellan det lokala idrottsprogrammet och elitidrottsprogrammet.

3.2.5 Ansträngningsgrad

Här redovisas den genomsnittliga ansträngningsgrad som aktiviteten utfördes i. Ansträngningsgraden har eleverna själva fått bedöma utifrån Borgskalans nivåer. Skalan är uppdelad i 3 nivåer. Nivå 1 = Lågintensiva, nivå 2 = Måttligt intensiva och nivå 3 = Högintensiva. Då båda variablerna var på nominalskala användes ett ”Crosstabs chisquare” test för att analysera resultaten.

Diagram 1: Elevernas ansträngningsgrad fördelat på de tre skolorna



Resultatet visade inga signifikanta skillnader skolorna emellan. När eleverna på respektive skola väl utövar fysisk aktivitet visar diagrammet att deras uppskattning av ansträngningsgraden är likvärdig.

3.2.6 Sammanfattning av elevernas fysiska aktivitet

Resultaten visar att eleverna på de båda idrottsprogrammen utövar mer fysisk aktivitet/vecka och under skoltid än eleverna på samhällsprogrammet. Även tiden på passen är längre bland idrottseleverna. Eleverna på elitidrottsprogrammet utövar mer fysisk aktivitet på fritiden än det lokala idrottsprogrammet och samhällsprogrammet (som ligger på samma nivå). Det som är likbördigt för alla skolor är självuppskattningen av ansträngningsgraden under de fysiska aktiviteterna.

3.3 Elevernas studieresultat

Här presenteras de olika gymnasiernas snittbetyg. Betygen har omvandlats till siffror. Skalan är från 1-4 (där 1 = IG, 2 = G, 3 = VG och 4 = MVG). De ämnen som valts ut för undersökningen är Matematik A, Svenska A, Engelska A, Samhällskunskap A samt Idrott och Hälsa A. Betygen delades in i två grupper där den ena gruppen enbart består av de teoretiska ämnena och den andra gruppen innehåller samtliga ämnen (teoretiska + Idrott och Hälsa A). För att undersöka skillnader i betygen slogs ämnena samman till grupper och medelvärde för varje skola jämfördes. Detta gjordes med "One-way anova" testet med "Post hoc" (Bonferroni) i SPSS.

3.3.1 Elevernas medelbetyg i de teoretiska ämnena

Här redovisas de olika gymnasiernas medelvärde för de teoretiska ämnena Matematik A, Svenska A, Engelska A och Samhällskunskap A. Då aspekten ”elevernas medelbetyg i de teoretiska ämnena” uppvisade normal distribution analyserades datan med ”One- way Anova” test med ”Post hoc” (Bonferroni).

Tabell 5: Medelbetyg för samtliga teoretiska ämnen

Skola	Antal elever	Medelvärde
Lokalt (Idrott)	33	2,49
Elit (Idrott)	39	2,95
Samhäll	44	3,01

Resultaten visade en signifikant skillnad mellan de tre programmen, $F(2, 115) = 7.85, p=.00$. Den signifikanta skillnaden fanns mellan det lokala idrottsprogrammet och elitidrottsprogrammet ($M_s = 2.49$ respektive 2.95) samt mellan det lokala idrottsprogrammet och samhällsprogrammet ($M_s = 2.49$ respektive 3.01). Det fanns dock ingen signifikant skillnad mellan elitidrottsprogrammet och samhällsprogrammet.

3.3.2 Elevernas medelbetyg för alla ämnen

Här visas de olika gymnasiernas medelvärde för de teoretiska ämnena Matematik A, Svenska A, Engelska A, Samhällskunskap A och Idrott & Hälsa A. Då aspekten ”elevernas snittbetyg för alla ämnen” uppvisade normal distribution analyserades datan med ”One-way anova” test med ”Post hoc” (Bonferroni).

Tabell 6: Medelbetyg för alla ämnen

Skola	Antal elever	Medelvärde
Lokalt (Idrott)	28	3,38
Elit (Idrott)	39	3,85
Samhäll	34	3,85

Resultatet visade en signifikant skillnad mellan de tre programmen, $F(2, 100) = 4.81, p=.01$. Den signifikanta skillnaden fanns mellan det lokala idrottsprogrammet och elitidrottsprogrammet ($M_s = 3.38$ respektive 3.85) samt mellan det lokala idrottsprogrammet

och samhällsprogrammet ($M_s = 3.38$ respektive 3.85). Det fanns dock ingen signifikant skillnad mellan elitidrottsprogrammet och samhällsprogrammet.

3.3.3 Sammanfattning av studieresultat

Resultaten visar att eleverna på elitidrottsprogrammet och samhällsprogrammet har högre medelbetyg än eleverna på det lokala idrottsprogrammet oavsett om betyget i Idrott & Hälsa A inkluderas i analysen eller inte. Skillnaderna är dock större när betyget för Idrott & Hälsa A exkluderas.

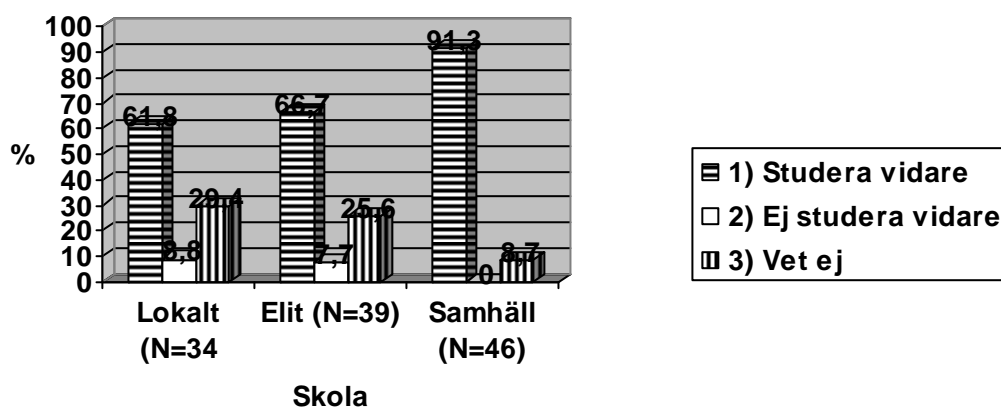
3.4 Elevernas studieambitionsnivå

Här redovisas resultat för kategorierna; framtida studieambitioner samt nedlagd studietid/vecka (inte schemalagd). Resultaten för kategorierna redovisas var för sig och är ett snittvärde för de olika skolorna.

3.4.1 Framtida studieambitioner

Nedan redovisas elevernas inställning gentemot framtida studier på de olika skolorna. Skalan är uppdelad från 1-3 (där alternativ 1 = Studera vidare, 2 = Ej studera vidare och 3 = Vet ej). Då båda variablerna var på nominalskale nivå användes ett "Crosstabs chisquare" test för att analysera resultaten.

Diagram 2: Elevernas framtida studieambitioner fördelat på de tre skolorna



Resultatet visade signifikanta skillnader i framtida studieambitioner mellan eleverna på de olika programmen, $\chi^2(4, 119) = 11.64, p = .02$. Eleverna på samhällsprogrammet har en mer positiv attityd gentemot framtida studier (91.2 %) jämfört med eleverna på

elitidrottsprogrammet (66.7%) och det lokala idrottsprogrammet (61.8%). Det fanns ingen signifikant skillnad mellan elitidrottsprogrammet och det lokala idrottsprogrammet.

3.4.2 Nedlagd studietid/vecka

Här redovisas hur mycket tid som eleverna på de olika skolorna lägger ner på sina studier på fritiden. Skalan går från 1-5 (där 1 = 0-55 min, 2 = 1 h – 2 h och 55 min, 3 = 3 h – 5 h och 55 min, 4 = 6 h – 9 h och 5 = mer). Då aspekten ”nedlagd studietid/vecka” uppvisade normal distribution analyserades datan med ”One-way anova” test med ”Post hoc”(Bonferroni).

Tabell 7: Tiden som läggs ner på studier varje vecka

<u>Skola</u>	<u>Antal elever</u>	<u>Medelvärde</u>
Lokalt (Idrott)	34	1,94
Elit (Idrott)	39	1,97
Samhäll	46	2,50

Resultatet visade en signifikant skillnad i ej schemalagd nedlagd studietid/vecka mellan de båda idrottsprogrammen och samhällsprogrammet, $F(2, 118) = 5.32, p=.01$. Den signifikanta skillnaden fanns mellan samhällsprogrammet och det lokala idrottsprogrammet ($M_s = 2.50$ respektive 1.94) samt mellan samhällsprogrammet och elitidrottsprogrammet ($M_s = 2.50$ respektive 1.97). Det fanns ingen signifikant skillnad mellan det lokala idrottsprogrammet och elitidrottsprogrammet.

3.4.3 Sammanfattning ”Skolornas studieambitionsnivå”

Resultatet visade att eleverna på samhällsprogrammet har en högre studieambitionsnivå både vad gäller inställning till framtida studier och nedlagd studietid utanför skolan/vecka jämfört med de båda idrottsprogrammen.

3.5 Eventuella påverkansfaktorer

Här redovisas andra eventuella faktorer som kan påverka elevernas betyg utöver den fysiska aktivitetsnivån samt nedlagd studietid/vecka. De faktorer som redovisas är föräldrarnas utbildningsnivå, kön, elevernas uppfattning om kravbilden, idrottselevernas uppfattning om idrottsprogrammet samt idrottselevernas uppfattning om idrottens påverkan på betyget.

3.5.1 Föräldrarnas utbildningsnivå

Nedan redovisas föräldrarnas utbildningsnivå. Kategorierna mammas utbildningsnivå och pappas utbildningsnivå har slagits ihop till enda gemensamt medelvärde representerandes båda föräldrarnas utbildningsnivå. Detta har gjorts med ”Transform – compute” funktionen i SPSS. Skalan går från 1-3 (där 1 = Högskola/universitet utbildning, 2 = Gymnasial utbildning och 3 = Grundskoleutbildning). Då aspekten ”föräldrarnas utbildningsnivå” uppvisade normal distribution analyserades datan med ”One-way anova” test med ”Post hoc”(Bonferroni).

Tabell 8: Föräldrarnas utbildningsnivå

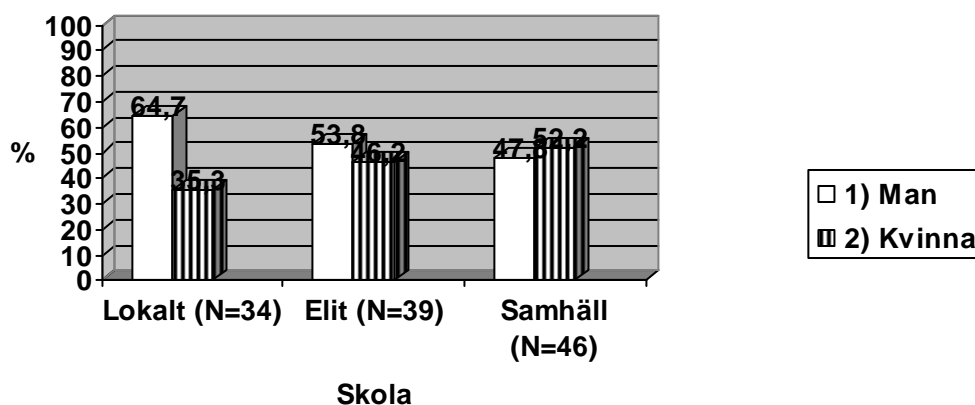
Skola	Antal elever	Medelvärde
Lokalt (Idrott)	22	1,75
Elit (Idrott)	32	1,64
Samhäll	41	1,65

Resultatet visade inga signifikanta skillnader mellan de olika programmen.

3.5.2 Kön

Här redovisas antalet manliga och kvinnliga deltagare på respektive program (1 = Man och 2 = Kvinna). Då båda variablerna var på nominalskalenivå användes ett ”Crosstabs chisquare” test för att analysera resultaten.

Diagram 3: Fördelning av kön på skolorna

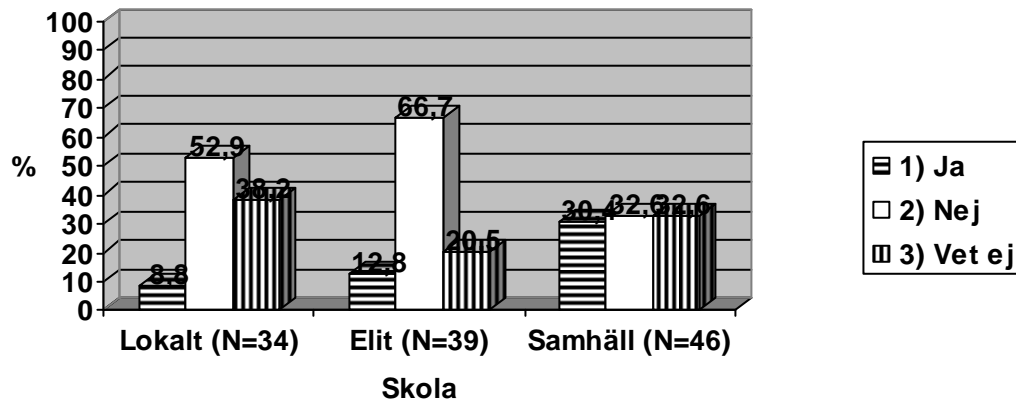


Resultatet visade att elitidrottsprogrammet och samhällsprogrammet hade en jämnare fördelning av könen än det lokala idrottsprogrammet. Samhällsprogrammet hade flest kvinnor. Det finns dock ingen signifikant skillnad mellan programmen.

3.5.3 Elevernas uppfattning om kravbilden

Här redovisas elevernas uppfattning om huruvida kraven som ställs på elever som går på idrottsprogram är lägre än på teoretiska gymnasieprogram. Skalan går från 1-3 (där 1 = Ja, 2 = Nej och 3 = ingen uppfattning). Då båda variablerna var på nominalskala nivå användes ett ”Crosstabs chisquare” test för att analysera resultaten.

Diagram 4: Elevernas uppfattning om krav som ställs på skolorna

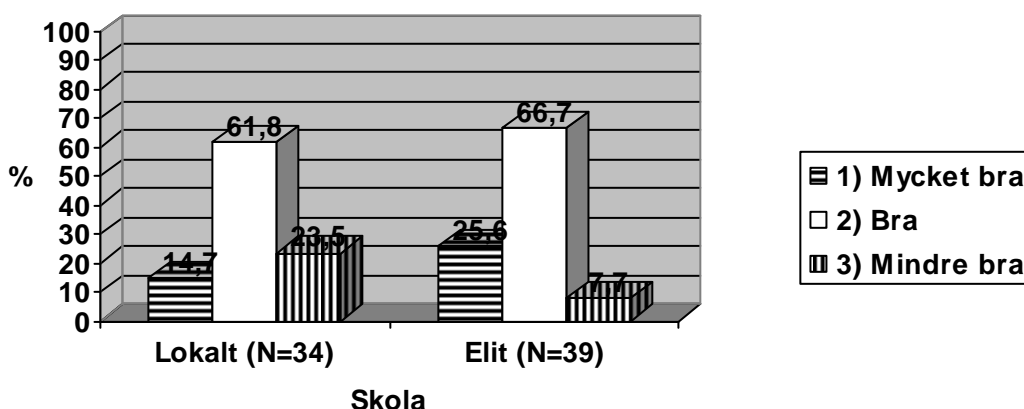


Resultatet visade en signifikant skillnad mellan programmen i elevernas uppfattning om kravbilden, $\chi^2(4, 119) = 11.63, p=.02$. Fler elever på samhällsprogrammet uppfattade att kraven är lägre ställda på eleverna på idrottsprogrammen (30.4%) än det lokala idrottsprogrammet (8.8%) samt elitidrottsprogrammet (12.8%) uppfattade. Det fanns ingen signifikant skillnad mellan det lokala idrottsprogrammet och elitidrottsprogrammet.

3.5.4 Idrottselevernas uppfattningar om idrottsprogrammet

Här redovisas hur eleverna på de båda idrottsprogrammen uppfattar att deras studieresultat påverkats av att läsa på ett idrottsinriktat program. Skalan går från 1-3 (där 1 = Mycket bra, 2 = Bra och 3 = Mindre bra). Då båda variablerna var på nominalskala nivå användes ett ”Crosstabs chisquare” test för att analysera resultaten.

Diagram 5: Idrottselevernas uppfattning om deras program

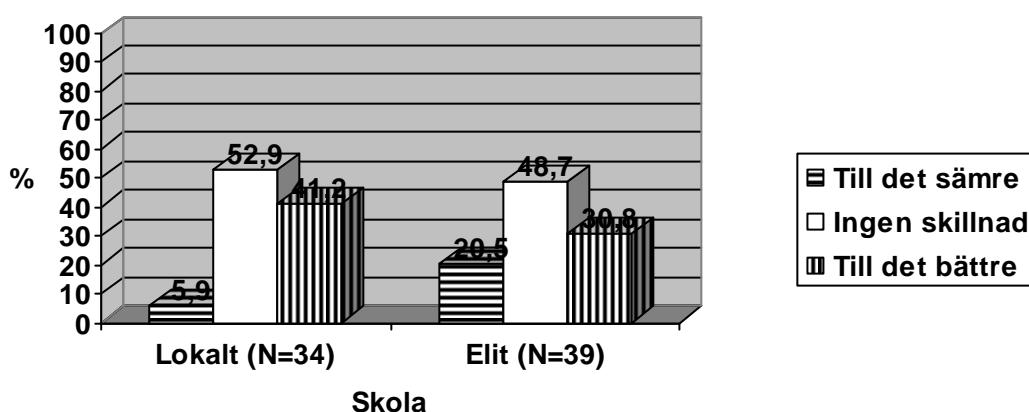


Resultatet visade ingen signifikant skillnad mellan idrottselevernas uppfattning om hur idrottsprogrammet påverkade deras studieresultat.

3.5.5 Idrottselevernas uppfattning om idrottens påverkan på betyget

Nedan redovisas hur eleverna på de båda idrottsprogrammen uppfattar att deras betyg hade förändrats om de inte haft så många idrottstimmar i skolan och på fritiden. Skalan går från 1-3 (där 1 = Till det sämre, 2 = Ingen skillnad och 3 = Till det bättre). Då båda variabelerna var på nominalskale nivå användes ett "Crosstabs chisquare" test för att analysera resultaten.

Diagram 6: Idrottselevernas uppfattning om idrottens påverkan på betyget



Resultatet visade ingen signifikant skillnad mellan idrottselevernas uppfattning om hur idrotten påverkade deras studieresultat.

3.5.6 Sammanfattning ”Eventuella påverkansfaktorer”

Resultatet visar att det inte finns en signifikant skillnad mellan de olika programmen om man tittar på föräldrarnas utbildningsnivå. Skillnaden i fördelning av kön ligger främst hos det lokala idrottsprogrammet då både elitidrottsprogrammet och samhällsprogrammet har en jämnare fördelning. Samhällsprogrammet har flest kvinnor av de olika skolorna. Det fanns dock ingen signifikant skillnad.

Resultaten visade en signifikant skillnad mellan programmen i deras uppfattning om kravbilden. Det fanns en tendens hos samhällsprogrammets elever att uppfatta kraven som lägre ställda på idrottsprogrammets elever än på dem själva.

Idrottselevernans inställning angående idrottsprogrammets påverkan på deras studieresultat är överlag positiva.

Majoriteten av eleverna på de både idrottsprogrammen uppfattade inte att deras betyg skulle ha förändrats utan idrott.

4. Diskussion

- Syftet är att undersöka de eventuella skillnader i betyg och inställning till framtida studier som kan förklaras av gymnasieelevernas nivå av fysisk aktivitet.

Frågeställningar vi önskar besvara är:

- Har elever på program med idrottsinriktning högre betyg än elever på ett teoretiskt samhällsprogram?
- Finns det ett samband mellan fysisk aktivitet och studieresultat?
- Finns det några skillnader i attityd gentemot framtida studier hos elever på de olika programmen?
- Vilka andra faktorer kan påverka elevernas betyg?

4.1 Studieresultat & fysisk aktivitet

4.1.1 ”Har elever på program med idrottsinriktning högre betyg än elever på ett teoretiskt samhällsprogram?”

Vårt resultat visar att eleverna på samhällsprogrammet tillsammans med eleverna på elitidrottsprogrammet var de elever med högst betyg.

Vår hypotes på denna fråga var att eleverna på de båda idrottsprogrammen skulle visa på högre betyg än samhällsprogrammet utan idrottsinriktning. Detta grundar vi bl.a. på den forskning som visar att studieprestationer är beroende av mängden och intensiteten fysisk aktivitet elever utövar. Samma forskning som lyckats få fram ett resultat där de mest högpresterande eleverna var de som utövade mest fysisk aktivitet.⁴² Också den forskning vars resultat visar att idrotts eleverna hade högre betyg än riksgenomsnittet inräknat idrottsbetygen ligger till grund för denna hypotes.⁴³ Även Hannafords teori om rörelse och inläring ligger till grund för vår hypotes då hon menar att fysisk aktivitet har en positiv inverkan på de processer i hjärnan som ligger till grund för inläring och tanke.⁴⁴

Varför visar då vår undersökning inte samma resultat som tidigare forskning? Som tidigare nämnts är vår undersökning en fallstudie och de 3 skolor vi undersökt har grundats på ett bekvämlighetsurval vilket kan ha påverkat vårt resultat. Men andra faktorer tror vi författare också spelat in. På det lokala idrottsprogrammet, vilket var den skola vars elever uppvisade sämst betyg, var andelen elever med utländsk bakgrund betydligt högre än på de andra två

⁴² Rune Hestner, ”Idrottande skolungdomar får bra betyg”, *Svensk idrott* (1995:3) s. 10.

⁴³ Rolf Jonsson, ”Kroppen och knoppen: en ESO-rapport om idrotts gymnasierna” *Rapport till Expertgruppen för studier i offentlig ekonomi* (Stockholm: Fritze, 2000), s. 51-53.

⁴⁴ Ingegerd Ericsson, *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer: en interventionsstudie i skolor 1-3* (diss. Malmö; Malmö högskola: lärarutbildningen, 2003), s. 55.

skolorna. Denna faktor har i andra undersökningar visat sig vara av betydelse för en elevs studieresultat. I ett pressmeddelande från Skolverket publicerat den 28 januari 2003 går att läsa att det finns stora skillnader i resultat mellan infödda elever och elever med utländsk bakgrund. Den största skillnaden finns, inte helt oväntat kanske, mellan infödda elever och elever som är födda utomlands.⁴⁵

På det lokala idrottsprogrammet var även andelen pojkar betydligt fler än andelen flickor medan det på de båda andra skolorna var en mer jämn fördelning av könen. Denna faktor kan också ha påverkat vårt resultat då det finns en mängd undersökningar som visar att kön är av betydelse för en elevs skolprestationer. Bl.a. tas detta upp i en undersökning gjord av myndigheten för skolutveckling år 2005. Resultaten från denna studie tolkas av Mats Björnsson på Utbildnings- och kulturdepartementet och utifrån dessa tolkningar kan man dra slutsatsen att flickor generellt presterar högre studieresultat än pojkar.⁴⁶

En faktor som undersöktes i vår studie var hur mycket tid som eleverna lade ner på sina studier utanför skoltid. Resultatet här visar att eleverna på de båda idrottsprogrammen i snitt lade ner betydligt mindre tid än eleverna på samhällsprogrammet (idrottsprogrammen lade i snitt/vecka ner strax under två timmar medan eleverna på samhällsprogrammet lade ner nästan det dubbla). Vi författare är övertygade om att denna faktor påverkat resultatet i hög grad - lägger man ner mer tid på sina studier bör detta resultera i bättre betyg.

Hur kommer det sig då att eleverna på elitidrottsprogrammet har betyg som kan likställas med eleverna på samhällsprogrammet trots att de endast lägger ner hälften så mycket tid på läxläsning? Detta tror vi, utöver de två förstnämnda faktorerna (andel med utländsk bakgrund och andelen flickor) som diskuterats tidigare, till stor del har att göra med att elitidrottsprogrammet är utformat på ett sätt som möjliggör för full satsning på idrott utan att studierna tar skada. Som nämnts i urvalet läser eleverna på elitidrottsprogrammet en 3-årig utbildning under 4 år vilket betyder en långsammare studietakt där både idrott och studier kan prioriteras. När man i unga år satsar på sin idrott i så hög grad som den största andelen av eleverna på de båda idrottsprogrammen gör så blir man tvungen att bortprioritera vissa saker för att hinna med sin idrott. Vi tror här att eleverna på det lokala idrottsprogrammet, baserat på studiens resultat, i högre grad bortprioriterar sina studier än andra aktiviteter vilket kan leda till lägre betyg.

⁴⁵ Skolverket, <skolverket@skolverket.se> Pressmeddelande, Sämre resultat för elever med utländsk bakgrund beror inte bara på skolsituationen, 2003-01-28 <<http://www.skolverket.se/sb/d/246/a/1513>> (Acc. 2008-12-01)

⁴⁶ Skolverket, <skolverket@skolverket.se> Kön och skolframgång. Tolkningar och perspektiv. <<http://www.skolverket.se/content/1/c6/01/26/10/webb%20inlagan.pdf>> (Acc.2008-11-13)

Baserat på vårt forskningsläge och teoretiska utgångspunkt kan man tänka sig att eleverna som utövar mer fysisk aktivitet (eleverna på de båda idrottsprogrammen) tack vare detta har bättre inläring och därmed inte behöver lägga ner lika mycket tid på läxläsning som eleverna på det samhällsvetenskapliga programmet – som är de i undersökningen som utövar minst fysisk aktivitet.

Vi undersökte även om eleverna på idrottsprogrammen ansåg att deras gymnasieval påverkat deras studieresultat positivt eller negativt. Resultaten visar att överlag var eleverna på idrottsprogrammen nöjda med sitt gymnasieval och den inverkan antalet idrottstimmar hade på deras betyg. Hade eleverna haft en negativ inställning till deras gymnasieval eller antalet idrottstimmar de har på schemat skulle det kunna påverka studiemotivationen (exempelvis hur mycket tid man lägger ner på sina studier utanför skoltid) vilket i sin tur skulle kunna leda till lägre medelbetyg. Men då eleverna var överlag nöjda med sitt gymnasieval och antalet idrottstimmar på schemat anser vi att denna faktor kan bortses ifrån.

I studien undersökte vi även om föräldrarnas utbildningsnivå kunde vara en förklarande faktor till resultatet. I det tidigare nämnda pressmeddelandet från Skolverket går att läsa att en förklarande faktor till varför elever med utländsk bakgrund presterar sämre studieresultat är att de kommer från hem med lägre socioekonomisk status – större andel lågutbildade föräldrar.⁴⁷ Men då signifikansen i vår undersökning var så pass låg anser vi att vi oss också kunna bortse från denna eventuella påverkansfaktor i vår studie.

Vi undersökte även elevernas uppfattningar om kravbilden på idrottsprogram är lägre än på ett teoretiskt samhällsprogram. Om resultatet hade visat att kravbilden faktiskt varit lägre hade detta kunnat vara en förklarande faktor men då resultatet visar på det motsatta kan även denna faktor bortses ifrån.

En del av lärarna medger att förståelsen är större bland lärarna för idrottseleverna. Men då de samtidigt påpekar att kraven inte är lägre anser vi inte heller att denna faktor påverkat resultatet.

4.1.2 ”Finns det ett samband mellan fysisk aktivitet och studieresultat?”

Resultaten i vår undersökning visar att det inte går att finna någon korrelation mellan de undersökta elevernas nivå av fysisk aktivitet och deras studieresultat.

Vår hypotes på frågan var att de elever som utövade mest fysisk aktivitet, vilket vi till största del trodde skulle vara eleverna på elitidrottsprogrammet, var de som också skulle visa

⁴⁷ Skolverket, <skolverket@skolverket.se> Pressmeddelande, Sämre resultat för elever med utländsk bakgrund beror inte bara på skolsituationen, 2003-01-28 <<http://www.skolverket.se/sb/d/246/a/1513>> (Acc. 2008-12-01)

bäst studieresultat. Denna hypotes har grundats på den studie vi presenterade i forskningsläget som visar att fysiskt mer vältränade personer som motionerar regelbundet presterar signifikant bättre studieresultat än mindre fysiskt aktiva, icke-motionerande studiekamrater.⁴⁸ Även denna hypotes har utgångspunkt i Hannafords teori om fysisk aktivitet och inläring.⁴⁹

Denna hypotes visade sig vara delvis korrekt. Eleverna på de båda idrottsprogrammen och då främst eleverna på elitidrottsprogrammet var i och för sig de som i undersökningen utövade mest fysisk aktivitet. Även eleverna på samhällsprogrammet utövade fysisk aktivitet, om än i mindre utsträckning än de andra två skolorna. I föregående del där vi behandlade den första frågeställningen framkom att eleverna på elitidrottsprogrammet och eleverna på samhällsprogrammet hade signifikant högre betyg än det lokala idrottsprogrammet. Därför anser vi inte att det skulle finnas något tydligt samband mellan hög fysisk aktivitet och studieresultat eftersom bara det ena idrottsprogrammet uppvisade högst betyg av de undersökta skolorna.

I våra enkäter fick eleverna, utefter Borgskalan, gradera vilken ansträngningsnivå de ansåg sig ligga inom när de utövade sin fysiska aktivitet. Resultatet från denna fråga visade att alla i undersökningen ansåg sig utöva fysisk aktivitet på en måttlig till hög ansträngningsnivå. Från vårt forskningsläge går att läsa att den optimala träningsmängden för att uppvisa höga betyg skulle vara att träna 3-4 gånger/vecka på en hög eller mycket hög ansträngningsgrad.⁵⁰ Denna forskning passar väl ihop med det resultat vi har fått i vår undersökning. Eleverna på samhällsprogrammet har, tillsammans med eleverna på elitidrottsprogrammet, de högsta betygen. Till skillnad från elitidrottsprogrammet tränar dock eleverna på samhällsprogrammet det optimala antal och på den optimala nivå som Boo Svartbo och Michael Sjöström visar på i deras studie ”Sambandet motion och studieresultat”. Utifrån resultaten i vår undersökning anser vi oss därmed kunna stärka att den optimala träningsmängden för att uppvisa höga betyg ska vara att träna 3-4 gånger/vecka på en hög eller mycket hög ansträngningsgrad. Varför eleverna på elitidrottsgymnasiet har så pass höga betyg trots att de tränar mer än vad som anses vara optimalt för studieprestationen tror vi författare, återigen, att den största förklaringen ligger i deras långsammare studietakt.

Som tidigare nämnt anser vi oss inte kunnat påvisa tydliga samband mellan hög fysisk aktivitetsnivå och höga betyg i undersökningen. Däremot tycker vi oss kunna urskilja

⁴⁸ Boo Svartbo & Michael Sjöström, ”Sambandet motion studieresultat” *Svensk idrottsforskning* (1996:1), s. 34.

⁴⁹ Ingegerd Ericsson, *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer: en interventionsstudie i skolor 1-3* (diss. Malmö; Malmö högskola: lärarutbildningen, 2003), s. 55.

⁵⁰ Boo Svartbo & Michael Sjöström, ”Sambandet motion studieresultat” *Svensk idrottsforskning* (1996:1) s. 34-36.

samband mellan fysisk aktivitet på en måttlig/hög ansträngningsgrad på en optimal nivå (3-4 gånger/vecka) och höga betyg.

4.2 Framtida studieambitioner

4.2.1 ”Finns det några skillnader i attityd emot framtida studier hos elever på de olika programmen?”

Resultaten på frågan visar att majoriteten av eleverna på samtliga skolor är positivt inställda till framtida studier. Eleverna på samhällsprogrammet ligger betydligt högre än de båda idrottsprogrammen och är den enda skolan där ingen av eleverna svarat att de inte vill studera vidare efter gymnasiet.

Vår hypotes var att eleverna på samhällsprogrammet skulle vara de som var mest positivt inställda till framtida studier. Vi har grundat vår hypotes på att dessa elever läser på ett studieförberedande program samt att vi trodde att andelen flickor skulle vara högre i dessa klasser. Vi trodde även att framtida studier skulle prioriteras lägre bland eleverna på idrottsprogrammen eftersom deras fokus skulle ligga på framtida idrottskarriärer. Denna hypotes grundade vi också på ESO-rapporten vi presenterade i forskningsläget som visar att sammanlagt väljer ungefär hälften av eleverna på idrottsprogram att studera vidare och att det är fler flickor än pojkar som väljer att studera vidare.⁵¹ Som vi skrev i bakgrunden ligger riksgenomsnittet för planer av vidare studier för elever på det samhällsvetenskapliga programmet på 73 %⁵² - en betydligt högre siffra än den som visas i ESO-rapporten.

Vår hypotes visade sig vara korrekt. Resultaten skulle dock kunna vara något missvisande då ett betydligt större antal elever på idrottsprogrammen svarade ”vet ej” på frågan om de planerade att studera vidare än vad fallet var på samhällsprogrammet. Vad detta beror på tror vi återigen kan ligga i att eleverna på idrottsprogrammen hellre ser sig själva i en framtida idrottskarriär framför en akademisk utbildning. Vi tror också att eleverna på samhällsprogrammet gjort ett mer medvetet gymnasieval och är mer införstådda med att samhällsprogrammet är ett studieförberedande program. Denna förklaring grundas främst på de motiveringar som eleverna från det teoretiska samhällsprogrammet gav oss i enkäterna. Andelen som svarade i stil med ”Jag måste för jag går ju på ett studieförberedande program” var betydligt fler än bland eleverna på de båda idrottsprogrammen. Dessa resultat stämmer väl

⁵¹ Rolf Jonsson, ”Kroppen och knoppen: en ESO-rapport om idrottsgymnasierna” *Rapport till Expertgruppen för studier i offentlig ekonomi* (Stockholm: Fritze, 2000), s. 55-57.

⁵² SCB <scb@scb.se>, Gymnasieungdomars studieintresse läsåret 2007/08 <http://www.scb.se/statistik/publikationer/AA9998_2007T02_BR_A40BR0801.pdf> (Acc. 2008-12-11)

överens med de svar vi fått från lärarenkäterna där 4 av de 6 deltagande lärarna från de olika skolorna var överens om att eleverna på samhällsprogrammet var mer positivt inställda till framtida studier. Lärarnas svar tyder på att de, precis som oss, tror att eleverna på de båda idrottsprogrammen först och främst ser sig själva i en framtida elitidrottskarriär, vilket kanske är önsketänkande om man ska utgå ifrån en av lärarenkäterna där det står ”vissa elever verkar ha en överdriven tro på sitt eget idrottskunnande”.

4.3 Sammanfattning av diskussion

Här presenteras kortfattat de slutsatser vi i denna undersökning kunnat göra utifrån vårt syfte och våra frågeställningar.

- Eleverna på de idrottsprogram vi undersökt har inte högre betyg än eleverna som läser på samhällsprogrammet.
- Det går inte att finna ett samband mellan hög fysisk aktivitet och höga betyg.
- Det går att finna ett samband mellan fysisk aktivitet på en optimal nivå och höga betyg.
- Eleverna på samhällsprogrammet har en mer positiv attityd gentemot framtida studier än eleverna på de båda idrottsprogrammen.
- Kön, etnicitet, nerlagd studietid och långsammare studietakt är faktorer vi, utifrån studiens resultat, anser vara en stor förklarande faktor till studiens resultat.
- Kravbilden, föräldrars utbildningsgrad och antalet idrottstimmar på schemat är faktorer vi undersökt men där signifikansen varit för låg för att kunna påstå att de haft en avgörande faktor.

Det kan inte dras några långtgående slutsatser av vår studie då den endast kan anses trovärdig för de skolor och de elever och lärare vi undersökt. Det går inte att bortse från att fysisk aktivitet kan ha en positiv inverkan på elevernas betyg då vi inte kunnat undersöka hur elevernas betyg skulle ha påverkats av en ökad eller minskad grad av fysisk aktivitet.

4.4 Förslag till vidare forskning inom området

Då vi i vår undersökning inte kunnat påvisa ett starkt samband mellan fysisk aktivitet och betyg hade det varit intressant om studien kunde ha gjorts i en mer omfattande utsträckning (fler deltagande skolor, elever, lärare och gymnasieinriktningar) för att på så vis kunna dra några långtgående slutsatser av den fysiska aktivitetens inverkan på gymnasieelevers betyg.

Även en undersökning där man under perioder ökar samt minskar elevers grad av fysisk aktivitet för att se om betygen påverkas tycker vi författare varit intressant. På detta sätt hade man kunnat se hur betygen förändras under de perioder då den fysiska aktiviteten är hög respektive låg. Det hade då varit lättare att påvisa eventuell koppling mellan hög fysisk aktivitet och höga betyg.

En undersökning liknande vår egen men där man skiljer på vilken typ av fysiska aktiviteter/idrotter eleverna gör, för att på så sätt komma fram till vilken den optimala idrotten/typen av fysiska aktiviteten är tycker vi också varit intressant.

Det skulle också vara intressant att undersöka om den fysiska aktivitetsgraden påverkar betygen för studenter på GIH. Ökar betygen i de teoretiska kurserna när vi samtidigt har många praktiska kurser? Under de ”tunga” kurserna – som innefattar momenten med anatomi, fysiologi och biomekanik har vi samtidigt många praktiska moment. Är detta en kombination som gjorts medvetet av GIH för att den ökade fysiska aktiviteten ska underlätta arbetet med de teoretiska kurserna? Och går det att visa en koppling mellan den ökade fysiska aktiviteten och ett högre betyg hos studenterna under dessa perioder?

Käll- och litteraturförteckning

Otryckta källor

I författarnas ägo

- Svaren från enkäterna

Tryckta källor

- Ericsson Ingegerd, *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer: en interventionsstudie i skolår 1-3* (diss. Malmö; Malmö högskola: lärarutbildningen, 2003)
- Hannaford Carla, *Lär med hela kroppen: inläring sker inte bara i huvudet* (Jönköping: Brain books, 1997)
- Hestner Rune, ”Idrottande skolungdomar får bra betyg” *Svensk idrott* (1995:3)
- Jonsson Rolf, ”Elitidrott och utbildning”, *Aktuell beteendevetenskaplig forskning* (SVEBIS 1997)
- Rolf Jonsson, ”Kroppen och knoppen: en ESO-rapport om idrottsgymnasierna” *Rapport till Expertgruppen för studier i offentlig ekonomi* (Stockholm: Fritze, 2000)
- Rasmussen Finn, Eriksson Marit, *Fysisk aktivitet, matvanor, övervikt och självkänsla bland ungdomar* (Stockholm: Epidemiologiska enheten, samhällsmedicin, Stockholms läns landsting, 2004)
- Strandbu Åse, Bakken Anders, ”Aktiv Oslo-ungdom – en studie av idrett, minoritetsbakgrunn og kjønn”, *Norsk institutt for forskning om opvekst, velferd og aldring*. (NOVA Rapport 02/07)
- Svartbo Boo, Sjöström Michael, ”Sambandet motion studieresultat” *Svensk idrottsforskning* (1996:1)

Elektroniska källor

Riksidrottsförbundets hemsida:

- Riksidrottsgymnasier 2008/09 – 2010/11, 2008-02-07

<http://www.rf.se/templates/Pages/InformationPage_723.aspx> (Acc. 2008-11-15)

- Lokala och regionala idrottsgymnasier, 2008-01-31

<http://www.rf.se/templates/Pages/InformationPage_205.aspx> (Acc. 2008-11-03)

Statistiska centralbyråns hemsida:

- Gymnasieungdomars studieintresse läsåret 2007/08

<http://www.scb.se/statistik/publikationer/AA9998_2007T02_BR_A40BR0801.pdf> (Acc. 2008-12-11)

- Idrott och motion,

<http://www.scb.se/statistik/LE/LE0101/1976I02/LE0101_1976I02_BR_08_LE103SA0401.pdf> (Acc. 2008-11-04)

Skolverkets hemsida:

- Samhällsvetenskapsprogrammet GY 2000:16. Upplaga 1.

<<http://www.skolverket.se/publikationer?id=128>> (Acc. 2008-11-15)

- Remissyttrande - *Begäran om upplysningar angående s.k. idrottsutbildningar - regionala och lokala idrottsgymnasier.*

<<http://www.skolverket.se/remisser?id=2008:60>> (Acc. 2008-11-15)

- Skolverket, Kön och skolframgång. Tolkningar och perspektiv

<http://www.skolverket.se/content/1/c6/01/26/10/webb%20inlagan.pdf> (Acc. 2008-11-13)

- Pressmeddelande, Sämre resultat för elever med utländsk bakgrund beror inte bara på skolsituationen, 2003-01-28

<<http://www.skolverket.se/sb/d/246/a/1513>> (Acc. 2008-12-01)

Utrikesdepartementets hemsida:

- Kommittédirektiv, En reformerad gymnasieskola (Dir. 2007:8)

<<http://www.ud.se/content/1/c6/07/89/49/849e3ff0.pdf>> (Acc. 2008-11-14)

- Luleå tekniska universitet: Vetenskapliga definitioner för sambanden mellan fysisk aktivitet och hälsa.

<<http://www.luth.se/org/stil/friskvard/motion.htm>> (Acc.2008-11-12)

- McAuley E, Kramer AF, Colcombe SJ, “Cardiovascular fitness and neurocognitive function in older adults” (University of Illinois, 1999)

<[http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?Db=pubmed&Cmd=ShowDetailView&TermToSearch=15116743&log\\$=activity](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?Db=pubmed&Cmd=ShowDetailView&TermToSearch=15116743&log$=activity)> (Acc. 2008-12-04)

Bilaga 1

KÄLL- OCH LITTERATURSÖKNING

Frågeställningar:

- Har elever på program med idrottsinriktning högre betyg än elever på ett teoretiskt samhällsprogram?
- Finns det ett samband mellan fysisk aktivitet och studieresultat?
- Finns det några skillnader i attityd gentemot framtida studier hos elever på de olika programmen?
- Vilka andra faktorer kan påverka elevernas betyg?

VAD?

Vilka ämnesord har du sökt på?

Ämnesord	Synonymer
<i>Fysisk aktivitet, skolprestationer, inläring, betyg, attityder, framtida studier, motorik, motorisk motion, träning, Sverige, träning, studieprestationer, hela kroppen</i>	<i>Physical activity, grades, learning, Sweden, motor skills, academic achievement, training</i>

VARFÖR?

Varför har du valt just dessa ämnesord?

Ämnesorden har valts då de är återkommande ord i vårt syfte och våra frågeställningar och därmed anser vi att dessa är relevanta för vår undersökning.

HUR?

Hur har du sökt i de olika databaserna?

Databas	Söksträng	Antal träffar	Antal relevanta träffar
<i>ERIC/EBSCO</i>	<i>Motor skills + Sweden</i>	<i>5</i>	<i>1</i>
<i>GIH biblioteket</i>	<i>Motion + studieresultat</i>	<i>7</i>	<i>3</i>
<i>GIH biblioteket</i>	<i>Inläring + hela kroppen</i>	<i>3</i>	<i>1</i>

KOMMENTARER:

Utöver ovanstående sökord så har vi utgått mycket ifrån tidigare gjorda C-uppsatser på GIH och andra högskolor/universitet. Det är mycket utifrån dessa och de källor de arbetena angav som vi hittat forskning till denna undersökning.

Bilaga 2

Enkät till lärare på idrottsprogrammet:

Denna enkät är helt och hållet frivillig och dess svar kommer endast att redovisas i vårt examensarbete. Då enkäten är anonym kommer inga individuella svar att redovisas.

1. Anser du att de allmänna kraven på eleverna som läser på det idrottsinriktade programmet är likvärdiga, högre eller lägre ställda än för elever som läser på teoretiska program?

Likvärdiga

Högre

Lägre

Motivera: _____

2. Anser du att ni är mer toleranta/schyssta när det gäller exempelvis inlämningar av arbeten eller datum för prov för eleverna på idrottsprogrammet?

Ja

Nej

Ingen uppfattning

Motivera: _____

3. Anser du att studiemotivationen hos de elever som läser på idrottslinjen är högre, lägre eller likvärdig än hos de elever som läser på teoretiska program?

Högre

Lägre

Likvärdig

Motivera: _____

4. Uppfattar du att eleverna på idrottsprogrammet är mer eller mindre motiverade för framtida studier än de elever som läser teoretiska program?

Mer motiverade

Mindre motiverade

Ingen skillnad

Motivera: _____

5. Hur många av dina elever tror du kommer att studera vidare?

0-20 %
%

25-45 %
>75 %

50-75

6. Tror du elevernas höga träningsnivå kan påverka deras studieresultat?

Ja, till det sämre

Nej, ingen skillnad

Ja, till det bättre

Motivera: _____

Övriga kommentarer/synpunkter:

Tack för din medverkan!

Bilaga 3

Enkät till lärare på samhällsprogrammet:

Denna enkät är helt och hållet frivillig och dess svar kommer endast att redovisas i vårt examensarbete. Då enkäten är anonym kommer inga individuella svar att redovisas.

1. Anser du att dina elevers studieresultat skulle påverkas av en ökad fysisk aktivitetsnivå?

Ja, till det sämre

Nej, ingen skillnad

Ja, till det bättre

Motivera: _____

2. Hur många av dina elever tror du kommer att studera vidare?

0-20 %

25-45 %

50-75 %

>75 %

3. Tror du att dina elever på det samhällsinriktade programmet har högre krav på sig än elever på idrottsgymnasieprogram?

Från oss lärare:

Ja

Nej

Ingen skillnad

Ingen uppfattning

Från omgivningen:

Ja

Nej

Ingen skillnad

Ingen uppfattning

Från eleverna själva:

Ja

Nej

Ingen skillnad

Ingen uppfattning

Motivera: _____

4. Tror du att studiemotivationen hos dina elever är högre, lägre eller likvärdig än bland de elever som läser på idrottsgymnasieprogram?

Högre

Lägre

Likvärdig

Ingen uppfattning

Motivera: _____

5. Uppfattar du dina elever på samhällsprogrammet som mer eller mindre motiverade för framtida studier än de elever som läser idrottsgymnasieprogram?

Mer motiverade

Mindre motiverade

Ingen skillnad

Ingen uppfattning

Motivera: _____

6. Anser du att lärarna för idrottselever är mer toleranta/schyssta när det gäller exempelvis inlämningar av arbeten eller datum för prov?

Ja

Nej

Ingen uppfattning

Motivera: _____

Övriga kommentarer/synpunkter:

Tack för din medverkan!

Bilaga 4

Enkät till elever på samhällsprogrammet:

Denna enkät är helt och hållet frivillig och dess svar kommer endast att redovisas i vårt examensarbete. Då enkäten är anonym kommer inga individuella svar att redovisas.

1. Skola: _____

2. Årskurs: _____

3. Kön: _____

4. Ålder: _____

5. Dina föräldrars utbildningsnivå?

Mamma: högskola/universitet gymnasial utb. högstadietub. Vet ej

Pappa: högskola/universitet gymnasial utb. högstadietub. Vet ej

6. Planerar du att studera vidare efter gymnasiet?

Ja Nej Vet ej

Motivera: (Vad/Varför/Varför inte?)

7. Hur många tillfällen i veckan utövar du **fysisk aktivitet**? (Med fysisk aktivitet menar vi att du medvetet rör på dig för att få en bättre hälsa, för att det är roligt eller för att öka prestationsförmågan inom en viss aktivitet.)

Inga 1-2 3-4 5-6 7 eller fler. / _____

8. Hur många tillfällen är schemalagda under skoltid?

Inga 1-2 3-4 5-6 7 eller fler. / _____

9. När du tränar i skolan, hur långa är passen? (Svarade du inga på fråga 8 kan du hoppa över denna fråga)

20min-25 min 30-55 min 1h- 1h och 25 min 1.5h-2h mer
Antal: _____

10. När du tränar utanför skoltid, hur långa är passen? (Svarade du inga på fråga 7 kan du hoppa över denna fråga)

20min-25 min 30-55 min 1h- 1h och 25 min 1.5h-2h mer
Antal: _____

11. Om du tittar på Borgskalans nivåer och jämför med dina egna träningspass, hur många av dina pass är:

___ Lågintensiva (6-12 på Borgskalan)

- ___ Måttligt intensiva (13-16 på Borgskalan)
___ Högintensiva (17-20 på Borgskalan)

Borgskalan (Används för att mäta ansträngningsgraden och intensiteten av din träning)

- 6 - Extremt lätt
7 - Extremt lätt 45 %
8 - Extremt lätt
9 - Mycket lätt 55 % (Lågintensiv)
10 - Mycket lätt
11 - Lätt 65 %
12 - Lätt

13 - Ganska ansträngande
14 - Ganska ansträngande 75 % (Måttligt intensiv)
15 - Ansträngande
16 - Ansträngande 85 %

17 - Mycket ansträngande
18 - Mycket ansträngande 92 % (Högintensiv)
19 - Extremt ansträngande
20 - Maximalt ansträngande 95-100 %

12. Hur många timmar i snitt per vecka lägger du ner på dina studier? (ej schemalagd tid)

0-55 min 1h-2h och 55 min 3h-5h och 55 min 6h -9h mer

13. Tror du att kraven på elever som läser idrottsinriktade gymnasieprogram är lägre än på dig som läser ett samhällsteoretiskt program?

Ja Nej Ingen uppfattning

Motivera: _____

14. Skriv ner dina betyg för följande ämnen.

Matematik A: _____ Svenska A: _____ Engelska A: _____

Idrott och hälsa A: _____ Samhällskunskap A: _____

Övriga kommentarer/synpunkter:

Tack för din medverkan!

Bilaga 5

Enkät till elever på idrottsprogrammen:

Denna enkät är helt och hållet frivillig och dess svar kommer endast att redovisas i vårt examensarbete. Då enkäten är anonym kommer inga individuella svar att redovisas.

1. Skola: _____

2. Årskurs: _____

3. Kön: _____

4. Ålder: _____

5. Dina föräldrars utbildningsnivå?

Mamma:	<u>högskola/universitet</u>	<u>gymnasial utb.</u>	<u>högstadietub.</u>	<u>Vet ej</u>
Pappa:	<u>högskola/universitet</u>	<u>gymnasial utb.</u>	<u>högstadietub.</u>	<u>Vet ej</u>

6. Planerar du att studera vidare efter gymnasiet?

Ja Nej Vet ej

Motivera: (Vad/Varför/Varför inte?):

7. Vid hur många tillfällen i veckan utövar du **fysisk aktivitet**? (Med fysisk aktivitet menar vi att du medvetet rör på dig för att få en bättre hälsa, för att det är roligt eller för att öka prestationsförmågan inom en viss aktivitet.)

Inga 1-2 3-4 5-6 7 eller fler. / _____

8. Hur många tillfällen är schemalagda under skoltid?

Inga 1-2 3-4 5-6 7 eller fler. / _____

9. När du tränar i skolan, hur långa är passen? (Svarade du inga på fråga 8 kan du hoppa över denna fråga)

<u>20 min-25 min</u>	<u>30-55 min</u>	<u>1h- 1h och 25 min</u>	<u>1.5 h-2 h</u>	<u>mer</u>
Antal: _____	_____	_____	_____	_____

10. När du tränar utanför skoltid, hur långa är passen? (Svarade du inga på fråga 7 kan du hoppa över denna fråga)

<u>20 min-25 min</u>	<u>30-55 min</u>	<u>1h- 1h och 25 min</u>	<u>1.5h-2h</u>	<u>mer</u>
Antal: _____	_____	_____	_____	_____

11. Om du tittar på Borgskalans nivåer och jämför med dina egna träningspass, hur många av dina pass är:

- ___ Lågintensiva (6-12 på Borgskalan)
- ___ Måttligt intensiva (13-16 på Borgskalan)
- ___ Högintensiva (17-20 på Borgskalan)

Borgskalan (Används för att mäta ansträngningsgraden och intensiteten av din träning)

6 - Extremt lätt		
7 - Extremt lätt	45 %	
8 - Extremt lätt		
9 - Mycket lätt	55 %	(Lågintensiv)
10 - Mycket lätt		
11 - Lätt	65 %	
12 - Lätt		

13 - Ganska ansträngande		
14 - Ganska ansträngande	75 %	(Måttligt intensiv)
15 - Ansträngande		
16 - Ansträngande	85 %	

17 - Mycket ansträngande		
18 - Mycket ansträngande	92 %	(Högintensiv)
19 - Extremt ansträngande		
20 - Maximalt ansträngande	95-100 %	

12. Hur många timmar per vecka i snitt lägger du ner på dina studier? (ej schemalagd tid)

0-55 min 1h-2h och 55 min 3h-5h och 55 min 6h-9h mer

13. Hur upplever du att ditt studieresultat har påverkats av att du läser på ett idrottsinriktat program?

Mycket bra Bra Mindre bra Dåligt

Motivera: _____

14. Anser du att kraven på dig som elev på ett idrottsgymnasium är lägre ställda än på elever som studerar på ett samhällsinriktat program?

Ja Nej Ingen uppfattning

Motivera: _____

15. Tror du att dina betyg skulle se annorlunda ut om du inte haft så mycket idrottstimmar som du har idag?

Ja, till det sämre

Nej, ingen skillnad

Ja, till det bättre

Motivera: _____

16. Skriv ner dina betyg för följande ämnen.

Matematik A: _____

Svenska A: _____

Engelska A: _____

Idrott och hälsa A: _____

Samhällskunskap A: _____

Övriga kommentarer/synpunkter:

Tack för din medverkan!

Bilaga 6

Kodning för SPSS

- Skola 1 = Lokala fotbollsgymnasiet.
- Nr 1 → Nr 19 (=F2) Totalt: 19 stycken
- Nr 20 → Nr 34 (=F3) Totalt: 14 stycken

- Skola 2 = – ELITIDROTTSGYMNASIUM
- Nr 35 → Nr 54 (= SPID 3) Totalt: 19 stycken
- Nr 55 → Nr 73 (= SPID 4) Totalt: 18 stycken

- Skola 3 = – Sam/Sam
- Nr 74 → 99 (= SP2C) Totalt: 25 stycken
- Nr 100 → 119 (= SP3C) Totalt: 19 stycken

- Kön?
→ 1 (= MAN) 2 (= KVINNA)

- Klass?
→ 2 (= Skola 1+3), 3 (= Skola 1+2+3), 4 (= Skola 2)

- Föräldrarnas utbildningsnivå?
→ 1 (= Högskola/universitet utbildning), 2 (= Gymnasial utbildning), 3 (= Grundskoleutbildning).

- Studera vidare?
→ 1 (= JA) 2 (= NEJ) 3 (= VET EJ)

- Antal fysisk aktivitet/vecka?
→ 0 (= Inga) 1 (= 1-2) 2 (= 3-4) 3 (= 5-6) 4 (= 7 eller fler)

- Fysisk aktivitet i skolan?
→ 0 (= Inga) 1 (= 1-2) 2 (= 3-4) 3 (= 5-6) 4 (= 7 eller fler)

- Fysisk aktivitet på fritiden?
→ 0 (= Inga) 1 (= 1-2) 2 (= 3-4) 3 (= 5-6) 4 (= 7 eller fler)

- Längd på passen? Både under och efter skoltid.
→ 0 (= 20-25 min) 1 (= 30-55 min) 2 (= 1 h – 1,25 h) 3 (= 1.5 h – 2 h) 4 (= mer)

- Borgskalan?
→ 1 (= flest lågintensiva) 2 (= flest måttligt intensiva) 3 (= flest högintensiva)

- Läxläsning
→ 0 (= 0-55 min) 1 (= 1h-2, 55h) 2 (= 3h – 5, 55h) 3 (= 6h – 9h) 4 (= mer)

- Om studieresultaten påverkats positivt av att gå på ett idrottsinriktat program?
→ 1 (= Mycket bra) 2 (= Bra) 3 (= Mindre bra) 4 (= Dåligt)

- Om kraven är lägre ställda på elever på idrottsgymnasium? + Samma fråga till den vanliga samhällsklassen.
→ 1 (= JA) 2 (= NEJ) 3 (= Ingen uppfattning)

- Om betygen skulle se annorlunda ut utan antalet idrottstimmar?
→ 1 (= Ja, till det sämre) 2 (= Nej, ingen skillnad) 3 (= Ja, till det bättre)

- Betyg för Ma A, Sv A, Eng A, Id & Hä A, Sh A?
→ 0 (= IG) 1 (= G) 2 (= VG) 3 (= MVG)