



“Frånvaro, idrottsämnets största utmaning?”

En intervjustudie om flickors ickedeltagande

Alicia Fogelberg och Isabelle Larsson

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN

Självständigt arbete grundnivå: 28:2020

Idrott och hälsa, 120 hp: 2018-2020

Handledare: Bengt Larsson

Examinator: Karin Söderlund

Sammanfattning

Syftet med studien är att undersöka varför fem flickor på en gymnasieskola uteblir från undervisningen i Idrott och hälsa 1. Frågeställningarna som vi valt att ta reda på är följande:

- Hur tänker eleverna om innehållets betydelse för deltagande?
- Hur ser eleverna på samundervisning och deltagande i ämnet idrott och hälsa?
- Vad motiverar eleverna att delta i idrott och hälsa?

Denna studie har gjorts med en kvalitativ ansats, då intervjuer med fem flickor genomförts på en gymnasieskola. För att analysera intervjuerna så har studien utgått ifrån två teoretiska utgångspunkter, motivationsteori och Antonovskys begrepp KASAM.

De huvudsakliga resultat som studien visar kan delas upp i tre delar, innehåll, genus och motivation. Resultatet visar på att innehållet spelar stor roll till varför elever väljer att inte delta i undervisningen, innehållet är ofta bollspel vilket många elever kan känna sig obekväma med. Bollspelet i sin tur genererar könsmonster som upplevs av flickorna som jobbiga, då de känner sig exkluderade i undervisningen. Pojkarna tar ofta mycket plats och får sin vilja igenom när de uttrycker vad de vill göra på lektionerna. De intervjuade flickorna tror att särundervisning skulle göra att deltagandet blev större, men att en förändring i lektionsinnehållet skulle vara bättre. Till sist så handlar ickedeltagandet om amotivation då eleverna inte känner någon mening med att delta, flera elever uttrycker att om de själva fått välja innehåll och satt upp mål så skulle de vara med i större utsträckning.

De slutsatser som dras av denna studie är följande:

- Innehållet förstärker normerna
- Krav på prestation hindrar elever att delta
- Flexibilitet av lärarna är viktigt, att variera innehåll resulterar troligen i ett högre deltagande
- Lärare är bra på yttre motivation men glömmer att uppmärksamma vad varje individ vill uppnå. Mer fokus på inre motivation hade troligen ökat deltagandet.

Innehållsförteckning

1 Inledning.....	1
2 Bakgrund	2
2.1 Aspekter av problemområdet	2
2.2 Tidigare forskning	3
2.2.1 Innehåll.....	3
2.2.2 Genus.....	4
2.2.3 Motivation	6
2.2.4 Sammanfattning	7
2.3 Teoretisk utgångspunkt	8
2.3.1 Motivationsteori	8
2.3.2 Inre och yttre motivation	9
2.3.3 Amotivation.....	10
2.3.4 KASAM	10
3 Syfte och frågeställningar.....	12
4 Metod	13
4.1 Val av metod	13
4.2 Urval.....	13
4.3 Procedur	14
4.4 Databearbetning	15
4.5 Tillförlitlighetsfrågor.....	15
4.6 Etiska aspekter.....	16
5. Resultat.....	18
5.1 Innehållets påverkan på deltagande.....	18
5.2 Genus i undervisningen.....	20
5.3 Hur inre och yttre motivation påverkar deltagandet.....	21

6 Diskussion	24
6.1 Innehåll.....	24
6.2 Genus.....	25
6.3 Motivation	26
6.4 Slutsatser	27
6.5 Metodkritik.....	27
6.6 Förslag till framtida forskning.....	28

Käll- och litteraturförteckning

Bilagor:

Bilaga 1. Intervjuguide

Bilaga 2. Missivbrev

Bilaga 3. Litteratursökning

1 Inledning

I dagens svenska skola skall alla elever ges samma förutsättningar att kunna delta i undervisningen i idrott och hälsa. Oavsett genus, etnicitet, social klass eller funktionshinder skall eleverna kunna nå sina mål med hjälp av olika lösningar som skolan skall erbjuda (Skolverket, 2011a). Förutom att elever skall kunna delta fysiskt är gymnasieskolans uppdrag enligt läroplanen också att lyfta hälso- och livsstilsfrågor (Skolverket, 2011a). Detta för att eleverna skall utveckla förmågor och kunskaper för att skapa ett livslångt intresse för fysisk aktivitet och för att delges möjligheten att leva ett hälsosamt liv.

Problematiken med och runt elever som inte deltar i idrottsundervisningen uppmärksammades då vi var på verksamhetsförlagd utbildning och där såg flera elever som kontinuerligt uteblev från idrottslektionerna. Även lärare som vi varit i kontakt med bekräftar denna bild och beskriver uteblivande/frånvarande elever som en utav de största idrottsdidaktiska utmaningarna. Vi kommer i denna studie intervjua flickor med ovan beskrivna problembild för att lyfta fram problematiken kring icke deltagande flickor på idrottslektionerna. Varför vi valt att koncentrera intervjuerna enbart mot flickor är att flickor i större utsträckning än pojkar uttrycker ett missnöje med ämnet och innehållet i kursen idrott och hälsa som en anledning till att välja att inte delta i idrottsundervisningen (Eriksson et al, 2002).

Alla elever skall ges möjlighet att delta i undervisningen men i praktiken kan det vara svårt att tillgodose alla elevers olika behov, därför är det extra viktigt att behandla detta område under lärarutbildningen. Den didaktiska utmaningen det innebär att hitta möjliga alternativ för alla utgör en av idrottslärarens främsta uppgifter. Enligt skolinspektionen är det många elever som är med på lektionerna utan att delta i aktiviteterna. Det är många som tillåts att sitta bredvid alternativt gå ut på en promenad istället för att delta, och utan att veta syfte till varför de får göra det i stället (Skolinspektionen, 2012). De didaktiska valen utgår i dag i stor sett från normer kring att idrottsundervisning handlar om bollsport och lagidrott. Denna norm måste omvärderas då den påverkar vissa elevgrupper negativt (Skolinspektionen, 2010). Ämnet är viktigt för elevernas hälsa och många elever uttrycker att det är lättare med koncentrationen efter idrottslektionerna (Ericsson, 2005).

Syftet med studien är att undersöka flickors uteblivande på idrottslektionerna samt vad det är för kringliggande faktorer som påverkar upplevelsen av ämnet.

2 Bakgrund

Nedan kommer det att presenteras tre olika områden som behandlar aspekter av problemområdet, tidigare forskning och teoretiska utgångspunkter. Dessa kommer senare i uppsatsen användas för att analysera de resultat som kommer fram av intervjuerna.

2.1 Aspekter av problemområdet

Enligt Jeffrey Lake (2001) så handlar motivation i ämnet Idrott och hälsa ofta om att elever vanligtvis förknippar ämnet Idrott och hälsa med lagsporter och individuella prestationsinsatser hos 16–18 åriga elever. Lake (2001) visar att elever som motiveras av lagsporter, utmaningar och tävlingar ser positivt på ämnet och att detta kan bidra till att eleverna utvecklas. Däremot så påverkas de elever som inte motiveras av lagsporter och kan få en negativ inställning till ämnet på grund av att motivationen saknas om innehållet innefattar mycket lagsport och prestationsinriktat innehåll. Det visar sig att elever kan känna sig frustrerade och odugliga som en konsekvens av detta och att de kan känna sig obekväma för att de inte har hittat någon passande träningsform som de känner sig tillfredsställda av.

Lagsporter och bollspel är någonting som pojkar uttrycker att de gillar som i stor utsträckning möter pojkarnas behov och intressen (Eriksson et al., 2002). Lärare anser att den vanligaste aktiviteten är bollspel av olika slag. Det finns också en skillnad i vad lärare anser viktigt innehåll på idrottslektionerna och då tycker manliga lärare att eleverna skall lära sig att konkurrera i mycket högre utsträckning än vad kvinnliga lärare gör. Dock så verkar det inte bli någon positiv effekt av att inkludera konkurrens i undervisningen om man ser på elevernas svar. Rörelseglädje och ett positivt förhållande till kroppen framhålls som viktigare utgångspunkter av eleverna (Eriksson et al., 2002).

Det man kan se är att pojkar i större utsträckning upplever idrottsundervisningen som rolig och att de känner att de får visa upp vad de kan, medan flickor känner sig sämre och är rädda för att delta i vissa aktiviteter. Flickorna känner inte att de kan visa upp sig på samma sätt som pojkarna i undervisningsinnehållet. Flickorna visade sig vara mindre aktiva än pojkarna. Det framkommer att det finns många elever som upplever att idrotten fungerar bra och är nöjda med innehållet, dock så framhävs det att många flickor är missnöjda och känner att de inte utvecklar sin kunskap/ färdighet (Eriksson et al., 2002).

Enligt Olafsson (2002) uttryckte flickor att de inte ogillar ämnet i sig utan snarare innehållet. Innehållet i idrott och hälsa fick dem att inte vilja delta i undervisningen. Flickorna kunde nämna flera olika aktiviteter som de uppskattade och ägnade sig åt på fritiden, vilket tydligt visade på att problemet ligger bortom brist på intresse. Det som kom fram under intervjuerna var att innehållet på lektionerna ofta var den huvudsakliga anledningen till att flickorna valde att inte delta, även om de gillade fysisk aktivitet så var den erbjudna aktiviteten på idrotten sällan rolig.

2.2 Tidigare forskning

I detta avsnitt kommer tidigare forskning relaterat till studiens syfte och frågeställningar att presenteras. Våra frågeställningar berör tre olika områden som är genus, lektionsinnehåll och motivation kopplat till deltagande i Idrott och hälsa och kommer därför att presenteras var för sig nedan. Tidigare studier kring de olika områdena kommer att presenteras och sammanfattas och de är alla kopplade till denna studies syfte, där vi vill lyfta fram frågan kring varför elever väljer att inte delta på idrott och hälsa lektionerna.

2.2.1 Innehåll

I en studie av Aaby och Olsson (2016) visar resultaten att eleverna känner att undervisningen består av en bollspelsdiskurs där bollspel dominerar i ämnet. Denna bollspelsdiskurs medför att elever som är aktiva inom idrottsverksamheter på fritiden gynnas mer av innehållet och att det även påverkar deras betyg positivt. Detta kan påverka elevers medverkande i idrott och hälsa undervisningen främst hos de elever som inte förstår eller uppskattar bollspelsaktiviteter. Det framkommer även att det främst är flickor som känner sig missnöjda över det dominerande bollspelsinnehållet. Studiens resultat framhäver även att många elever upplever en prestationsångest inom ämnet där de bedöms exempelvis genom tidtagning vilket kan påverka elevers inställning till ämnet (Aaby & Olsson, 2016).

Skolverket (2010) har även lyft fram detta problemområde, de beskriver att idrott och hälsa tenderar att bli en förenklad form av föreningsidrott där innehållet inkluderar stora delar av föreningsidrottens områden. Detta kan skapa en problematik genom att det finns en risk att det stärker dominerande könsmonster där bollspelande pojkar får en fördel i ämnet på grund av det

bollspelsdominerande innehållet. Thedin Jakobsson (2015) betonar att alla elever som deltar i någon föreningsidrott upplever ämnet som positivt och att det medför att eleverna upplever att ämnet är någonting för dem, författaren gör alltså ingen könsåtskillnad när det gäller vilka som gynnas av den dominerande bollspelsdiskursen.

I och med att innehållet i ämnet idrott och hälsa präglats allt mer mot de föreningsidrottsliga aktiviteterna där tävlingsmomentet är ett starkt inslag så har tävling indirekt blivit en stor del av undervisningen. Tävling i sig är ingenting som framkommer i styrdokumentet (Skolverket, 2011b) och många idrottslärare poängterar att tävling inte är eftersträvansvärt att ha med i utbildningen, men inslaget finns dock där. Eftersom ämnet betygssätts så kan detta bidra till att elever känner sig jämförda med varandra, detta sker ofta i samband med aktiviteter som liknar tävlingar (Larsson, 2016).

Graffman Sahlberg (2015) understryker att någonting som lärare bör beakta i idrott och hälsa undervisningen är att konditionstest och konditionsträning kan signalera mätning och prestation, speciellt som en konsekvens av tävlingsidrottens påverkan, och lyfter fram att det är viktigt att detta diskuteras. Prestationslogiken är ofta förknippad med tävlingsidrott och innebär att elever förväntas nå upp till mätbara resultat som exempelvis tidtagning, att räkna antal mål i en aktivitet m.m och där tävling med rangordning står i fokus (Engström, 2010).

Redelius (2012) beskriver att innehållet i undervisningen med genus i åtanke kan påverka både elevers betyg och hur pojkar och flickor ser på sig själva samt att detta kan påverka deras framtida syn på fysisk aktivitet. Det är upp till varje skola och varje lärare att bestämma lektionsinnehållet utifrån de styrdokument som råder men i och med att styrdokumentet går att tolka relativt fritt så kan variationen på skolor se väldigt olika ut. Valet av innehåll kan även påverka pojkars och flickors syn på den egna kroppen på grund av att olika aktiviteter är könsmärkta. Detta kan medföra att de tror sig kunna klara av en aktivitet eller inte och det kan i sin tur påverka det fysiska intresset för olika aktiviteter (Redelius, 2012).

2.2.2 Genus

I början av 1980-talet införde Skolstyrelsen en övergång från särundervisning till samundervisning i ämnet idrott och hälsa. Tidigare så hade pojkar och flickor undervisats var för sig där innehållet

på lektionerna skilde sig åt beroende på biologiskt kön. Samundervisning implementerades för att öka jämställdheten och likvärdigheten mellan flickor och pojkar. Övergången till samundervisning medförde för en del grupper av flickor att de upplevde ämnet mer negativt och att de tyckte att de hamnade i skymundan under lektionerna (Larsson,2016).

Larsson (2016) menar att normerna kring att vara pojke eller flicka förstärks när slutsatser dras om vad de gillar eller inte, istället för att dessa normer måste bli ifrågasatta och motverkade. Han lyfter fram att flickgymnastikens innehåll betonade rörelsers estetik och att pojkgympastiken istället handlade om rörelsernas funktion. Författaren betonar att fysisk träning samt samarbetsförmåga och ledarförmåga kom att dominera innehållet efter samundervisningen, och dessa inslag är sprungna ur den tidigare pojkgympastikens innehåll. Därav så uppstod diskussioner om att återgå till undervisning där pojkar och flickor skulle undervisas var för sig för att stärka flickornas möjligheter att uppleva fysisk idrott som positiv. Författaren poängterar även vikten av att i stället för att se eleverna som pojkar eller flickor så är det viktigare att lyfta fram och problematisera de normer i undervisningen som pojkar gynnas av (Larsson, 2016).

Larsson (2016) poängterar att det har skett mycket forskning inom genusperspektivet och beskriver att köns-och heteronormer kan medföra att människor känner sig inkluderade eller exkluderade i olika verksamheter. Inom olika idrotter finns det köns- och heteronormer i Sverige för hur manliga och kvinnliga beteenden antas vara för att "tillhöra" olika idrotter. Oftast associeras det kvinnliga könet i idrottssammanhang till att vara omsorgsfulla och kompisarnas idrottsdeltagande har en stor betydelse. För de manliga könet är det betoning på att normerna är knutna till konkurrens och tävling (Larsson, 2016). Denna genusordning är någonting som Larsson (2016) framhäver som typisk för tävlingsidrott. Tävlingsidrotten präglas ofta av egenskaper som disciplin, styrka och aggressivitet och dessa likställs ofta med maskulina normer. Därför skulle tävlingsidrott locka pojkar/män mer än flickor /damer. Larsson (2016) menar att ämnet idrott och hälsa genomsyras av värderingar som tillhör tävlingsidrotten.

I en studie av Olafson (2002) framhävs att flickorna i stor utsträckning uttrycker ett missnöje med idrottsundervisningen. Resultaten visar att flickorna upplevde att lektionsinnehållet ofta anpassades till det manliga könet där innehållet fick flickorna att känna sig klumpiga och otillräckliga. Enligt studien så framkommer det att flickor skall agera och röra på sig under lektionerna på ett visst sätt enligt samhällets normer för att inte sticka ut ur mängden, detta var någonting som flickorna i studien upplevde som en stressfaktor för deltagandet i ämnet. Flickorna

i studien upplevde även att lärare i idrott och hälsa pratade med flickor och pojkar på olika sätt, vilket bekräftade och förstärkte de rådande samhällsnormerna. Flickorna berättade även att faktorer som att pojkarna i klassen kunde kommentera att flickornas kroppar inte var fina i förhållande till de normer som finns i samhället. I studien fick deltagarna föreslå förändringar som kunde tänkas påverka deras deltagande. De förslag som kom fram var att de ville ha ett större urval av aktiviteter under lektionerna och att de ville få bort gruppredovisningar så att de skulle slippa att bli iakttagna av andra i klassen. De föreslog även en undervisningsmetod där flickor och pojkar skulle undervisas var för sig. Då det inte var ett alternativ att ha könsuppdelning i undervisningen, började man att diskutera vikten av att ha en lärare som är medveten om de ojämlikheter som finns i samhället och att det kunde spela stor roll i hur eleverna upplevde att de blev bemötta (Olafson, 2002).

I en artikel av Fagrell et al. (2007) framkommer även där att flickor och pojkar förväntas agera utifrån specifika normer. För att flickorna skulle anses som normala eller som fler uttryckte sig, straighta, så skulle de ha god koordinativ- och rytmisk förmåga, visa bristande självförtroende och inte uppträda aggressivt eller tävlingsinriktat i undervisningen. Pojkarna förutsätts att agera aggressivt och tävlingsinriktat och de skulle helst inte delta i estetiska aktiviteter. Dessa olika förväntningar kring genus skapar heterosexuella normer i skolan som gör att många känner sig exkluderade från undervisningen. Denna studie visar att maskulina värden starkt präglar undervisningen i idrott och hälsa. Genom att upprätthålla heteronormativiteten så kommer normerna förbli desamma. Fagrell (2007) reser frågan om hur lärare ska kunna arbeta för att utmana de traditionella könsmonster som finns i dagens undervisning.

2.2.3 Motivation

I Idrottsdidaktiska utmaningar så skriver Thedin Jakobsson (2012) att nyckeln till att få så många som möjligt att känna meningsfullhet på idrottslektionerna, är att få upp ett intresse för fysisk aktivitet. Att uppleva meningsfullhet i undervisningen kan bidra till att eleverna känner en större motivation till att delta då eleverna förstår varför de gör de fysiska aktiviteterna. I en studie av Carlsson & Lindblom (2013) framkommer det att en viktig faktor för elevers motivation och deltagande är att de lär sig någonting i ämnet. Resultatet av denna studie visar att av de som angett att de sällan deltar i undervisningen, så konstaterade 95 procent av dessa att de inte upplevde att de

lärde sig någonting av undervisningen i ämnet idrott och hälsa.

I en studie av Olafson (2002) fick flickor själva föreslå vad som skulle få dem att börja delta på idrottslektionerna. Flickorna föreslog större urval av aktiviteter, att de själva fick bestämma om aktiviteterna och att slippa bli iakttagna av övriga elever. Detta skulle enligt dem skapa en större motivation till deltagande i idrott och hälsa undervisningen.

En studie av Holm & Sundås (2020) visar att det elever själva tycker kan påverka deras motivation är ett mer varierat undervisningsinnehåll, de upplever ofta att innehållet är samma hela tiden. Några elever förklarar att ett innehåll med ovanliga aktiviteter vore bra för att jämna ut nivån i klassen jämfört med om innehållet består av fotboll som en del är aktiva inom på fritiden. En annan sak som studien kommer fram till är att eleverna gärna skulle ha mer individuella uppgifter som att exempelvis att få träna i gymmet. De anser också att de gärna skulle få vara med och bestämma lektionsinnehållet mer för att bli mer motiverade att delta. Eleverna i undersökningen poängterar att en problematik med att de själva får välja innehåll är att majoriteten ofta önskar bollspelsinnehåll, vilket bara förstärker den rådande bollspelsdominansen beroende på hur lärarna jobbar med elevers innehållspåverkan.

Andra faktorer som påverkar ett icke deltagande är att eleverna inte förstår syftet med lektionsinnehållet och att det blir en bristande meningsfullhet på grund av detta. Det framkommer också att eleverna känner sig osäkra i moment som innehåller prestationsinriktat innehåll i undervisningen, där beskriver eleverna att de är rädda för vad de andra eleverna skall tycka om deras insatser och att de är rädda för att få kommentarer som är negativa (Holm & Sundås, 2020).

2.2.4 Sammanfattning

Sammanfattningsvis så visar många studier att ämnet idrott och hälsa domineras av en bollspelsdiskurs när det gäller innehåll. Denna diskurs gynnar ofta pojkar och gör så att en del elever väljer att utebli från lektionerna. Ämnet idrott och hälsa har blivit mer som föreningsidrott och tävling och prestation är ofta närvarande, trots att detta inte finns med i läroplanen. Det som också kan konstateras är att lektionsinnehållet kan påverka elevers syn på sig själva och påverka deras intresse för fysisk aktivitet negativt. Utifrån tidigare forskning gällande genus så kan man se att köns- och heteronormer kan påverka att elever känner sig inkluderade eller exkluderade i undervisningen. Flickor och pojkar förväntas att agera utifrån specifika normer och tävlingsidrotten präglas ofta av maskulina normer som är knutna till konkurrens och tävling. Många flickor

upplever att ämnet är kopplat till det manliga könet och ofta styrs av dessa normer. För att elever skall känna sig motiverade till att delta så vill de känna en meningsfullhet till att delta. Elever uttrycker också att om syftet är otydligt så kan de känna sig omotiverade. Faktorer som påverkar elevers motivation och deltagande positivt är att de vill vara med och bestämma lektionsinnehållet mer och att många elever vill ha ett mer varierat undervisningsinnehåll. Om innehållet i ämnet inte varierar så kan detta påverka motivationen hos individer, då till exempel bollspel inte tilltalar alla.

2.3 Teoretisk utgångspunkt

I studien kommer två teorier att användas som verktyg för att tolka de intervjuer som gjorts. Med hjälp av teorierna har frågeställningar och intervjuguide skapats och kommer användas för att tolka intervjupersonernas svar på de frågor som ställts. De två teorier som kommer att användas är Maslows motivationsteori (Maslow, 1987), den inre och yttre motivationen och Antonovskys teori kring KASAM (Antonovsky, 2005).

2.3.1 Motivationsteori

Teorin handlar om att människan blir motiverad av olika behov och när en individ uppfyllt sitt behov så kommer den hitta nya behov som motiverar den. Maslow har inom motivationsteorin utvecklat en trappa som visar på olika behov som människan har. Dessa har en hierarkisk ordning där de basala behoven som mat och vatten ligger först. De andra stegen är psykologiska behov som människan behöver: trygghet, närhet, självkänsla och självförverkligande. De olika stegen är inte beroende av varandra och de psykologiska stegen kan uppnås utan att de fysiologiska behoven som mat, sömn, vatten och syre är uppnådda. Behovet av självkänsla kan ses som tvådelat där en del handlar om att vara en stark och kompetent individ som kan bidra till omvärlden, och den andra delen handlar om en yttre bekräftelse där man som individ vill uppfattas som en positiv del av samhället. Om individen kan uppfylla sina egna behov gällande självkänsla kan det generera ett bättre självförtroende. Detta kan sättas i förhållande till idrottslektionerna där elever uttrycker en känsla av att inte duga och vara tillräckligt som en anledning till att inte delta.

Maslow förklarar att när individen inte uppfyller sina mål som är kopplade till självkänsla så kan personen känna sig underlägsen och utveckla en form av mindervärdighetskomplex. Om en individ inte får respekt från omgivningen och känner sig otillräcklig, finns risk att individen inte vill delta i sammanhang när denna känsla infinner sig. Ett sammanhang som detta kan vara idrottslektioner,

därför är det viktigt att lärare försöker ha ett varierande innehåll så alla elever kan få lyckas och känna sig om en positiv tillgång (Maslow,1987).

2.3.2 Inre och yttre motivation

Beroende av vem som bestämmer innehållet på idrotten och vad målet med lektionerna är kan man använda inre och yttre motivation för att förstå varför människor reagerar och upplever olika även fast de deltar på samma lektion. Alla människor är olika och beroende på individ så kan inre eller yttre motivation fungerar på olika vis.

Inre motivation handlar om att det är individen själv som väljer vad den vill uppnå och anledningen till att individen vill genomföra något handlar sällan om prestation. Inre motivation upplever en person som gör något för egen njutning och för känslan av glädje eller att den vill lära sig någonting nytt. Inre motivation kan delas upp i tre typer, inre motivation för att lära sig;

- * ny kunskap,
- * för att uppnå någonting,
- * för att uppleva stimulans.

Det mest grundläggande med inre motivation är att individen själv styr vad den vill uppnå, lära och uppleva, motivationen kommer inifrån personen själv (Hassmén & Hassmén, 2003).

Yttre motivation handlar om att en individ vill genomföra något för att få en yttre bekräftelse, individen genomför något för att andra skall bekräfta och belöna ett viss beteende eller en prestation. Det individen deltar i är inte något personen själv valt utan en yttre motivation kan handla om att vara med i en aktivitet som anses viktig av någon annan, och individen kan träna till aktiviteten utan att den egentligen vill. När individen är pressad av förväntningar från omgivningen så kopplas yttre motivation ofta till stress och nervositet. Det finns olika nivåer av yttre motivation;

- yttre regleringar som innebär att individens beteende påverkas av att det finns belöningar och restriktioner som styr hur personen agerar,
- introjicerad reglering som handlar om att individen inte deltar på sina egna villkor utan för att deltagandet anses vara viktigt av omgivningen, ofta upplever individen stress och press i samband med utförandet,

- identifierad reglering innebär att individen själv har valt aktiviteten och beteendet hos individen värderas väldigt högt, utförandet av aktiviteten upplevs dock sällan som positiv eller stimulerande,
- Integrerad reglering som innefattar att anledningen till att individen genomför aktiviteten är att komma i mål eller motivationen med att prestera i något

(Hassmén & Hassmén, 2003).

2.3.3 Amotivation

Amotivation betyder att elever kan uppleva avsaknad av motivation som kan innebära att elever har svårt att se meningsfullheten/syftet med de valda aktiviteterna i undervisningen. Amotivation kan även ha ett samband med att elever inte känner sig kompetenta inom gällande område eller att elever i undervisningen exempelvis inte uppskattar innehållet (Deci & Ryan, 2000).

Vallerud (2007) beskriver att amotivation kan delas in i fyra olika kategorier. En utav dessa är att man kan uppleva amotivation om man känner att uppgiften/aktiviteten är för svår, vilket går lite hand i hand med en annan kategori inom amotivation där elever upplever en brist på förmåga inom den valda aktiviteten som kan skapa en bristande motivation.

De andra kategorierna inkluderar att elever antingen känner att innehållet som de skall genomföra kommer att resultera i det de själva vill eller att en uppgift kan vara för enkel vilket kan orsaka att de blir amotiverade till att genomföra uppgiften. Den sista kategorin innebär att elever under idrottslektionerna kan tycka att en aktivitet är för krävande att genomföra vilket kan orsaka att man inte vill engagera sig och delta (Vallerand, 2007).

Antonovsky menar att det är individen själv som styr över sitt välmående, hans syn på hälsa handlar om ett salutogent perspektiv där helhetsbilden är det viktiga.

2.3.4 KASAM

KASAM är ett begrepp i Antonovskys hälsoteori och står för Känsla av Sammanhang och visar hur människan är förmögen att hantera olika situationer som den ställs inför. Genom att använda sig av KASAM så kan man mäta hur väl människor kan prestera och möta de olika situationer som de ställs inför i livet. Om man har hög KASAM så möter man lättare nya utmaningar och löser dem på ett förnuftigt sätt jämfört med den som har låg KASAM. Antonovsky menar att det är individen

själv som styr över sitt välmående, hans syn på hälsa handlar om ett salutogent perspektiv där helhetsbilden är det viktiga.

Inom begreppet KASAM så finns det huvudsak tre stycken komponenter som påverkar hälsan hos en individ;

- begriplighet,
- hanterbarhet,
- meningsfullhet.

I denna uppsats kommer vi använda oss av meningsfullhet för att undersöka om det kan påverka elevers inställning till att delta (Antonovsky, 2005).

Meningsfullhet är enligt Antonovsky (2005) den del av KASAM som handlar om motivation och människor som upplever meningsfullhet känner ofta en positiv framtidstro och ser fram emot nya utmaningar. Genom att det finns en meningsfullhet i det som människan ställs inför så blir individen motiverad och engagerad i att delta och lösa en ny situation.

I ämnet idrott och hälsa är det till viss del lärarens uppgift att motivera eleverna till att delta och till att vilja göra bra ifrån sig på lektionerna. För att få eleverna motiverade så är det viktigt att de känner meningsfullhet i de situationer som de ställs inför. Problemet är att vad som är meningsfullt för en individ kan uppfattas som meningslöst för en annan, därför ställs lärare inför en svår uppgift när de skall välja innehåll. För att försöka skapa en meningsfullhet för så många elever som möjligt krävs det som lärare att våga variera sitt innehåll och vara lyhörd för hur innehållet tas emot av eleverna. I Idrottsdidaktiska utmaningar så skriver författaren Thedin Jakobsson (2012) att nyckeln till att få så många som möjligt att känna meningsfullhet på idrottslektionerna, är att få upp ett intresse för fysisk aktivitet.

3 Syfte och frågeställningar

Syftet med vår studie är att undersöka vad som gör att flickor i gymnasiet väljer att delta eller att inte delta på skolans idrott och hälsa undervisning. Att delta i undervisningen innebär att eleven är med på lektionen och i den aktivitet som bedrivs (Skolverket, 2011a). Genom att studera de faktorer som ligger bakom att elever väljer att avstå från undervisningen kan en större förståelse kring hur elever upplever ämnet uppdagas.

Studien utgår från följande frågeställningar:

- Hur tänker eleverna om undervisningsinnehållets betydelse för deras deltagande?
- Hur ser eleverna på samundervisning och deltagande i ämnet idrott och hälsa?
- Vad motiverar eleverna att delta i idrott och hälsa?

4 Metod

I kommande avsnitt kommer valet av undersökningsmetod att presenteras samt hur undersökningen genomfördes. Då det ämne som ska undersökas ibland kan uppfattas som ett känsligt ämne har det varit viktigt att vara så noggranna som möjligt särskilt när det gäller de etiska aspekterna. I följande del diskuteras val av ansats och vilket urval som gjorts.

4.1 Val av metod

Vi har valt att undersöka skäl till varför elever inte deltar i undervisningen i idrott och hälsa och vill få djupare förståelse för och då lämpar sig en kvalitativ ansats bäst. Med en kvalitativ ansats så blir studierna enligt Denscombe (2018) unika, vilket innebär att man i förväg inte vet vilka svar som kommer.

Att använda en kvalitativ ansats innebär att intervjuer kommer att göras med ett antal individer, som får svara på bestämda frågor utifrån studiens övergripande frågeställningar. Då eleverna skall uttrycka sina åsikter och erfarenheter samt vad som kan förändra ämnet så lämpar sig kvalitativ ansats (Denscombe, 2018). Genom att använda oss av en kvalitativ ansats så kommer vi få en djupare förståelse kring ämnet och kan förhoppningsvis redovisa ett resultat som uppfyller syftet med studien. Skillnaden med att använda sig av en kvalitativ ansats i jämförelse med en kvantitativ ansats är att man inte kan använda svaren för att generalisera en population, utan svaren visar endast hur det ser ut för den utvalda gruppen.

4.2 Urval

För att göra urvalet till studien så användes ett subjektivt urval, för att vi ville komma åt en specifik grupp av elever att intervjua (Denscombe, 2018). I denna undersökning så genomfördes det fem stycken intervjuer på en gymnasieskola i södra Norrland. På gymnasieskolan så studerar eleverna antingen studieförberedande eller yrkesförberedande program. Eleverna som intervjuas går i årskurs ett eller två och eftersom de som skall intervjuas skall läsa idrott och hälsa 1. En anledning till varför studien endast görs på gymnasieskola är för att problemet med frånvaro från idrottslektionerna växer på gymnasiet i förhållande till högstadiet, något som lärare vittnar om. Då ämnet som skall undersökas handlar om elever som inte deltar i idrottsundervisningen ville vi intervjua de elever som inte deltog så ofta på idrottslektionerna, samt att vi ville fokusera på flickors uppfattningar kring ämnet idrott och hälsa utifrån tidigare studiers resultat. Med att inte delta så ofta beslöt vi att försöka intervjua elever som hade en frånvaro på över 20 – 30 procent. Dessa

kriterier presenterades för lärare på den utvalda skolan, och lärarna fick ta ut elever som uppfyllde kriterierna och vi tillfrågade därefter eleverna gällande deltagande i studien. För att få fram tydliga svar så var det viktigt att eleverna hade liknande attityd och inställning till ämnet, för att kunna jämföra och dra slutsatser utifrån elevernas svar. Liknande attityd och inställning tänker vi är ett mer kritiskt förhållningssätt till idrotten då de väljer att inte delta. Viktigt att nämna är att vi inte valt att intervjua de elever som inte deltar alls, utan elever som deltar cirka 20–30 procent av lektionerna. Anledningen till detta är att vi vill att eleverna skall kunna ha åsikter om till exempel lektionsinnehåll. Då vi fick hjälp av en lärare på gymnasieskolan så fanns det en kännedom om de elever som skulle intervjuas och genom att smalna av urvalet så kan troligen bäst data samlas in. Det var åtta elever som tillfrågades varav fem stycken tackade ja till att delta.

När intervjumaterialet har bearbetats har vi använt oss av fiktiva namn. Användning av detta är för att eleverna skall ha fullständig anonymitet i studien.

Nedan presenteras elevernas fiktiva namn:

Intervju 1: Amanda

Intervju 2: Beata

Intervju 3: Cecilia

Intervju 4: Daniella

Intervju 5: Emma

4.3 Procedur

När intervjuerna genomfördes så utgick vi ifrån semistrukturerad intervjustrategi, vilket innebär att man under intervjuerna har möjlighet att vid behov frånga intervjuguiden och ställa följdfrågor och kontrollfrågor. Med hjälp av följdfrågor kan det ges en tydligare bild av vad de som intervjuats menar. För att bestämma vilka typ av frågor som skall ställas användes de två teorier som presenterades ovan, motivationsteorin samt KASAM. Utifrån frågeställningarna och teorierna så formulerades frågor, så att de i resultatdelen kan analyseras på bästa sätt.

Efter att eleverna valts ut av ansvarig lärare så skickades mejl ut till dem med missivbrev, för att de skulle bli införstådda i vad studien handlade om. Efter att eleverna svarat så bokades tid in för intervju.

När tid bokats med eleverna så genomfördes intervjuerna via en zoomlänk, ljudet spelades in både via mobil och dator, för att garantera att inget skulle falla bort. Då en semistrukturerad ansats användes vid intervjuerna, så utgick intervjuerna från intervjuguiden och frågor formulerades om vid behov. Intervjuerna tog cirka 15–20 minuter och efter transkribering gjorts av intervjuerna så mejlades dessa ut till varje elev, så att de kunde godkänna innehållet eller be om förändring. I denna studie så användes ordagrann transkribering.

4.4 Databearbetning

Intervjuerna transkriberades tätt inpå intervjun för att det inte skulle falla bort några viktiga detaljer i ljudupptagningen. Alla intervjuer transkriberades och sparades som original, för att sedan kunna redigeras med hjälp av kopior. Alla inspelade intervjuer är sparade i en mapp för att sedan kunna raderas efter avslutat arbete. I kopiorna så har svar som inte är relevanta tagits bort, så att bearbetningen skulle gå lättare. För att bearbeta data finns det väldigt många olika metoder, och beroende på vad man vill undersöka så kan vissa metoder lämpa sig bättre än andra. För att analysera intervjuerna användes ett grundläggande sätt att tolka intervjumaterial. För att börja bearbetningen så gjordes det en kodning av nyckelord, vilket innebär att man försöker ta ut nyckelord för vad de intervjuade tar upp. När intervjuerna lästs igenom så antecknades nyckelord på sidan för att få en uppfattning om vad informanten vill få sagt. Förutom att ta ut nyckelord så gjordes det en kortare sammanfattning av varje intervju för att lättare kunna gå tillbaka i intervjuerna när resultatet skapades. Efter att nyckelorden tagits fram så sammanställdes alla nyckelord för att hitta få fram olika teman, vilket är den underliggande meningen i det den intervjuade berättar om. För att få fram teman så letades det i intervjuerna efter fenomen eller händelser som återkom ofta. När man letar efter teman så kan man använda sig av olika typer av tillvägagångssätt för att få fram teman och vi använde oss av frågeställningarna för att söka igenom texten. Med hjälp av frågeställningarna kunde man dela in svaren i olika teman och sätta rubriker på resultatet. Efter mycket diskussion gällande vilka olika teman som skulle användas så påbörjades val av citat som skulle vara med i texten Teman som valdes var innehåll, genus och motivation. För att sedan strukturera upp resultatet så lades alla valda citat ut på bordet för att sorteras in under de tre olika rubrikerna som skapats (Kvale & Brinkmann, 2009). Efter att alla citat strukturerats upp och resultat skrivits så gjordes det en tillförlitlighetskontroll. Vi valde att

använda oss av interbedömarverifiering. Detta är en metod där någon utomstående får citaten och får i uppgift att välja vilket citat som tillhör vilken rubrik, efter personen gjort indelningen så jämför vi dem med vårt facit. Efter detta gjorts så räknas en procentuell reliabilitet ut genom att beräkna antal ”rätt” antal svar och multiplicera med 100. Första omgången så stämde våra svar överens med lärarens med 60%, andra gången efter bearbetning av citat och rubriker så landade den procentuella reliabiliteten på 85%. Personen som fick göra denna granskning var läraren som hjälpte oss välja ut elever, givetvis stod det inga namn på citaten (Trost, 2005). Genom att se vad det fanns för gemensamma faktorer så bestämdes det vilka frågeställningar som skulle besvaras i denna studie. Då det ursprungligen funnits frågeställningar som intervjuguiden baserats på, så kunde svaren tillämpas för att besvara frågeställningarna. För att begränsa sig så var det en del material som valdes bort som inte gick att anknyta till frågeställningarna (Bryman, 2011).

4.5 Tillförlitlighetsfrågor

För att uppsatsen skall ha en hög reliabilitet så har vi gått igenom metoden noga för att säkerhetsställa att svaren och tillvägagångssättet har förutsättningarna att bli desamma om undersökningen genomförs igen. Förutom förarbetet är även efterarbetet viktigt för att öka reliabiliteten, när data registreras in är det viktigt att kontrollera så att rätt data läggs in. Att ha en hög validitet är också av stor vikt och går hand i hand med reliabiliteten, men om inte reliabiliteten är genomtänkt så kommer validiteten fallera. Validiteten handlar om att man mäter det som man valt att ta reda på, dvs att man besvarar frågeställningarna. För att undersökningen skall ha en vetenskaplig trovärdighet gäller det även att den data som samlas in är sann. Därför är det relevant att man undersöker vad i insamling av data som kan gå fel för att kunna upptäcka om så är fallet. För att öka validiteten i sin undersökning bör man se över de begrepp som man kommer använda sig av och försöka förklara vad dessa innefattar så användningen av begrepp blir enhetligt (Eliasson, 2014).

För att genomföra intervjuerna så kontaktade vi eleverna via dator då gymnasieeleverna för tillfället inte är på plats i skolan. Vi fick därför se till att upptagningen av ljud fungerar felfritt så att vi senare kunde transkribera intervjuerna utan att något ljud missats. Eleverna fick efter transkribering materialet utskickat till sig för att godkänna det, så vi kunde säkerhetsställa att eleven kände sig bekväm med det innehåll som tagits fram.

4.6 Etiska aspekter

Studien har utgått från vetenskapsrådets fyra olika krav som är informations-, samtyckes-, konfidentialitets- och nyttjandekravet. Informationskravet har uppfyllts på så sätt att respondenterna i vår undersökning har fått information som innefattar studiens syfte och vad hela studien handlar om, de har även fått information om att deltagandet i studien är helt frivilligt. Samtyckeskravet är uppfyllt på det sätt att vi har informerat eleverna som vi kontaktat att medverkan som sagt är helt frivillig och poängterat att de har rätten att dra sig ur studien precis när de vill. Detta är någonting som vi har lyft både i informationsbrev men även poängterat ännu en gång innan intervjun startat samt när deltagarna har fått det transkriberade materialet (Vetenskapsrådet, 2002).

Respondenterna har fått information om att de inte kommer att kunna identifieras av utomstående personer som läser studien, att varken namn, ort eller skola kommer att presenteras i studien vilket styrker konfidentialitetskravet som finns i vetenskapsrådets fyra olika krav. Deltagarna informerades även om att den data som vi samlar in genom intervjuer endast är till för studiens ändamål och att det inte kommer att användas i något annat sammanhang. Det insamlade materialet kommer att tas bort och alla de elever som deltagit har fått skriva under ett missivbrev som berättar om allt det som tidigare nämnts, detta för att bekräfta samtyckeskravet (Vetenskapsrådet, 2002).

5. Resultat

Studiens resultat kommer att presenteras utifrån tre huvudrubriker;

- innehållets betydelse på deltagande
- skillnad mellan pojkar och flickor i undervisningen
- Hur eleverna blir motiverade till att delta

I resultaten framkommer det flera olika aspekter till varför elever väljer att inte delta i undervisningen, samt vad de anser kan förbättra situationen.

Nedan kommer resultaten att kopplas till studiens frågeställningar. Med hjälp av citat kommer resultaten att förstärkas och förklaras, och i slutet av varje rubrik så kommer en kort sammanfattning att göras.

Studien utgår ifrån följande frågeställningar:

1. Hur tänker eleverna om innehållets betydelse för deltagande?
2. Hur ser eleverna på samundervisning och deltagande i ämnet idrott och hälsa?
3. Vad motiverar eleverna att delta i idrott och hälsa?

5.1 Innehållets betydelse för deltagande

Samtliga elever som deltog i denna intervjustudie uttryckte att idrottsundervisningen dominerades av bollsporter och specifikt fotboll. Vissa av eleverna berättade att fotboll var en aktivitet som togs till när det inte fanns någonting annat för eleverna att göra. Då fotboll är en aktivitet som många av de andra eleverna utövar på fritiden upplevde några som deltog i studien att de inte gavs möjlighet att visa vad de kunde, då fotbollsspelarna tenderade att ta över spelet.

Ja alltså jag kan väl känna att om man till exempel... som om man spelar fotboll och är ett stort lag och de som är jätteduktiga på det dom får ju liksom skina och träda fram och vi andra kanske typ inte ens får en chans att nudda bollen. Jag kan fortfarande sparka en fotboll, jag kan fortfarande göra allt det som de kan men jag kanske inte hängit med (Cecilia).

Trots att samtliga som deltog upplever att det ägnas mycket tid till bollsporter så uttrycker de även att bollsporter ofta är roligt och ser inte aktiviteterna som ett problem i sig. Utan snarare attityden

när spelet är igång, fokus läggs ofta på tävling vilket gör att de som har en dålig erfarenhet av bollsport väljer att utebli. Amanda svarar följande då frågan ställs om vad som skulle kunna få henne mer motiverad till att delta.

Ja att lärarna pratar mer med eleverna om att de kan tycka att det är jobbigt, och att man skall vara trevlig mot varandra och att det inte är några tävlingar, så att alla är på samma nivå (Amanda).

Eleverna uttrycker även att om innehållet var mer varierande så hade de troligtvis deltagit i större utsträckning, samt om det fanns mer valmöjligheter under lektionens gång.

Men gud jag tycker att det var väldigt kul när vi hade boxning (skrattar). Det var roligt. För det var lite, alltså stack ut från det vanliga. Ja och sen när vi får planera egen träning, att det går ut på att man själv lägger upp ett schema och tränar en vecka och sen ja.. Återkommer med hur det gick och så. (Cecilia).

Förutom bollsporter så upplever eleverna att det förekommer många aktiviteter där målet är att man skall springa, antingen för att vara snabbast eller för att det är en lek som går ut att springa ifrån varandra.

Det är om man måste springa mycket och sådär, vi har ju massa beep test där man måste springa på tid och sån där brännboll och såna grejer, det tycker jag inte om, det tycker jag är jättejobbigt. (Amanda).

Okej, eh.. Beep-test när man springer så här fram och tillbaka, det är ju en klassisk, det är ju verkligen prestations, för det enda man gör är att visa hur duktig man är och hur länge man kan hålla ut. Eh, det kan vara. Och det tycker jag är jättejobbigt, alltså jag har sprungit eh.. Tills jag kräktes en gång kan jag säga.. Så.. Ja. (skratt). Det är ...inte så kul. (Cecilia).

Som båda eleverna uttrycker så är det inget innehåll de uppskattar och de förstår inte heller varför dessa moment är så viktiga för ämnet idrott och hälsa. Då vi frågar eleverna om syftet är tydligt genomgående i ämnet så svarar samtliga att de framgår tydligt innan varje lektion startar. Vissa uttrycker att det kan variera mellan lärare, men att alla för tillfället tycker att syftet framgår tydligt. Vilket visar på att trots tydligt syfte så gör inte detta per automatik att aktiviteten upplevs som lustfylld och rolig, som tex när det gäller Beep-test. Elev svarar på frågan om syftet framgår tydligt.

Ehm. Jo men det tycker jag. I alla fall med den läraren som är just nu. Men jag har upplevt att det har varit många lärare som har varit väldigt otydliga förut. Så det beror på från lärare till lärare. (Cecilia).

Sammanfattningsvis så har de elever som intervjuats delat uppfattningen om att det är bollsporter som dominerar i undervisningen, men samtidigt inte uttryckt att de ser detta som något större problem. Det är snarare fokus på att prestera i bollsporten som eleverna upplever som jobbigt och det faktum att lärarna inte aktivt arbetar med stämningen under lektionerna. Eleverna uttrycker att det är viktigt att så många som möjligt är med på idrotten då de förstår hur viktigt ämnet är för hälsa och välmående och önskar därför att det fanns större valmöjligheter så att fler vill delta.

5.2 Skillnad mellan pojkar och flickor i undervisningen

Samtliga elever som deltagit i intervjuerna tycker att ämnet idrott och hälsa är viktigt och uttrycker att de ofta tycker lektionerna är roliga, trots detta så har alla individer som deltagit i vår studie en hög frånvaro. Eleverna uttrycker att det ofta är roligt och välbehövligt att variera alla de teoretiska ämnena med de praktiska.

Jag tycker att det är tråkigt att sitta .. framför en skolbänk hela dagarna och bara lyssna. Jag tycker det är ..eh.. roligt med typ lite variation att kunna få röra lite på sig och typ ... snacka och skratta typ (Emma).

När eleverna får frågan om vad de tror är vanliga anledningar till att deras klasskamrater väljer att utebli från lektionerna så vittnar de om att man känner sig iakttagen av sina klasskamrater och speciellt pojkarna i klassen.

Jag går ju på fordon då, så det är mycket killar. Det är väl att man känner sig väldigt uttittad och liksom att man inte är lika duktig som alla andra. Det är mycket det, sen är det mycket vad man tycker om sig själv också om man tycker man är dålig eller inte och sådär. (Amanda).

Förutom att vissa elever känner sig iakttagna av sina klasskamrater så tenderar pojkarna även styra delar av innehållet på lektionerna. Pojkarna är inte rädda för att uttrycka vad de tänker och tycker och enligt de intervjuade eleverna så följer lärarna ofta deras åsikter och önskemål. Pojkarna i de klasserna som vi intervjuat har haft intresse för fotboll och försöker ofta få lärarna till att bedriva bollsporter när det inte är någonting bestämt. Väl när bollsporterna bedrivs så har pojkarna också ett hårdare spel vilket gör att flickorna ibland kan känna sig förminskade och inte vill delta.

Det brukar vara lite mer tufft att spela med killar, då om man kan typ dela killar själv och tjejer själv. Eftersom de brukar spela jättetufft och så. Typ vi tjejer kan ta typ mer lugnt och så, så om man kan ha lektionen att dela killar och tjejer. (Beata).

När eleverna berättar om hur de tror att särundervisning kan påverka deltagandet så tror de som intervjuats att fler flickor skulle delta om undervisningen bedrevs pojkar och flickor var för sig. Om undervisningen var separerad så skulle fler flickor känna sig bekväma att vara med och troligen inte känna sig uttittade i samma utsträckning. Samtidigt som de flesta uttrycker att särundervisning kan påverka deltagandet positivt, upplever en elev att det kan göra skillnad om pojkarna och flickorna fick vara i olika lag och spela mot varandra. När Daniella får frågan om hur ämnet kan förbättras, lyder svaret följande.

Mm.. Typ om.. Det var såhär tjejer och killar mot varandra.. Och inte såhär blandat för att det är då det blir såhär att man inte vill vara med. (Daniella).

Då flera av de vi pratat med uttrycker att det finns en press på att prestera när lagidrotter bedrivs, att de som utövar bollsporter på fritiden lägger stor vikt vid att vinna och uttrycker detta under pågående aktivitet. Detta fenomen gör att stämningen oftast är ganska pressad under aktiviteterna, något som gör att flickorna vi pratat med känner sig otillräckliga.

Ja men det är väl just att man är väldigt, man kanske är väldigt osäker och känner en prestationsångest ... alltså så, vad jag har sett och varit med om även inkluderat mig själv så är det ju inte bara personer som inte tränar utan jag själv tränar fyra, fem gånger i veckan just nu.. Men jag har alltså.. ett stort problem med.. Eh, lagsporter och grejer.. För att jag får mycket ångest och så. Så att.. Ehm.. Ja jag tror att det.. Kan vara att man har ångest och över liksom.. Att man inte skall prestera. (Cecilia).

Eleverna som intervjuats upplever att de kan bete sig som de vill under lektionerna och tycker idrotten i skolan är bra i stor utsträckning. Dock så upplever de att val av aktiviteter ofta kan skapa en viss stämning i klassen vilket gör att pojkarna i klasserna får ta mer plats än flickorna. Genom att lärare ofta bekräftar pojkarnas beteende så stärks den heterosexuella normen och bolldiskursen, som i många fall hämmar flickorna i klassen. Upplevelsen kring att fler flickor troligtvis varit med på lektionerna om särundervisning bedrivits, grundar sig inte i att flickorna inte vill vara tillsammans med pojkarna utan snarare vilken aktivitet som bedrivs och vilken stämning det är i gruppen. Genom att lärare lyssnar till pojkarna när de hörs och syns mest bekräftas normen i sig.

5.3 Hur eleverna blir motiverade till att delta

Då vi har intervjuat eleverna så har samtliga uttryckt att det finns en press om att prestera, mycket på grund av vetskapen om att man blir bedömd av läraren. Eleverna upplever prestationsångest

inför moment som skall genomföras och väljer ofta att inte delta i aktiviteten. De elever vi pratat med har en rädsla för att göra fel och känner ofta press ifrån gruppen att göra rätt för att bli accepterade. Mycket av prestationsångesten grundar sig i att det ofta är en tävling i varje aktivitet som bedrivs och läraren trycker på att det är ett tävlingsmoment.

Jag tycker att ämnet skulle vara bättre om det var mindre .. eeh. Tävling.. Eeéh. Inriktade liksom .. eller vad skall man säga. övningar. Jag tror att många kan alltså känna en stor ångest över just det, att man kan liksom kanske köra övningar som är mer inriktad på det liksom egna personliga liksom. Jag vet inte riktigt hur jag skall förklara det.
(Cecilia).

Moment som tillexempel Beep – test uttrycker många elever som jobbigt och ångestladdat och förstår inte riktigt syftet med aktiviteten. En elev berättar att hon inte vill vara med för att hon är rädd att vara sämre än sina klasskamrater.

och då blir det att man inte... vill vara med på allting heller för att man vet ju att de såhär presterar ju högt. Och såhär då måste man ju vara lika som dem känner jag. Då är det ju inte alltid lika kul tycker jag. (Daniella).

Det som ovan beskrivs är en typ av yttre motivation som handlar om att det är andra än eleverna själva som bestämmer vad de vill uppnå och vad som är rätt sätt att göra saker på. Premisserna som man blir bedömd utifrån är någonting som lärarna bestämmer och eleverna kan ha svårt att hitta motivation när någon annan bestämmer vad som skall uppnås.

Det är väl mer att man inte skall sätta betyg på personer och hur de rör på sig. För alla är olika, sen tycker jag inte att, det förstör ju för dem som inte vill gå dit. Liksom nu vet jag att jag måste komma hit och jag blir bedömd för varje sak jag gör, det är väl typ det, man skulle ta bort betygen då tror jag att fler skulle vara med då. (Amanda).

Eleverna berättar att de känt sig mer motiverade om de själva hade fått satt sina mål och kände att de kunde ha något framtida mål med det som sker på idrottslektionerna. En elev uttrycker att hon kunde varit med om hon själv fick välja vad som skulle förbättras och fått jobba med det under några veckors tid.

Ehm... alltså jag har alltid tyckt om mer att man liksom får planera sin egna träning på ett annat sätt. Att man får göra, att man får ha fler lektioner där man själv styr upp hur man vill ha dem liksom. Ja. (Cecilia).

En annan elev berättar om att hon känner sig uttittad av sina klasskamrater och hade gärna fått genomföra fler aktiviteter på egen hand, för att få träna för sin egen skull och inte för att jämföras med andra elever.

Jag själv tycker det är väldigt jobbigt och idrotta men jag tycker om att träna ensam och liksom utföra alla de där grejerna men inte i grupp. För jag känner mig väldigt uttittad och pressad, det är väl det. (Amanda).

En anledning till att eleverna ibland vill genomföra aktiviteterna på egen hand är stämningen i klassen, många elever tenderar att säga till varandra vad som är dåligt istället för att peppa varandra. Stämningen i klassen ligger ofta på läraren och det är läraren som behöver prata med eleverna för att motverka en negativ stämning. En elev som vi pratade med tycker att lärarna borde bli bättre på att ta upp att alla måste respektera varandra och att det är viktigt hur man behandlar varandra, för att alla skall trivas så bra som möjligt.

Så jag tycker om lärarna tog upp det inför varje lektion att man skall vara trevlig mot varandra och respektera varandra. För det är många som varit dåligt på det. (Amanda).

Någonting som motiverar eleverna är när lärarna visar att de bryr sig och är måna att eleverna trivs och vill vara med på lektionerna. Alla de elever som vi pratat med vittnar om att lärarna är duktiga på att visa omtanke och engagerar sig för att få de frånvarande eleverna att delta. Men att det kanske är större förändring i innehållet och vad som skall uppnås som behövs göras, inte endast peppande ord från lärarna. För att eleverna skall bli mer motiverade till att delta så säger de att lärarna skall vara mer flexibla och kunna ändra om i stunden och inte vara för bundna till fasta planer. De berättar också att motivationen skulle vara större om de gjorde någonting som de senare i livet kan ha användning för, fick lära sig mer om hur man kan ta hand om kroppen.

Alltså ja, jag tror att det skulle vara bättre om man kanske tränade för att ja att kanske bli bättre i kondition eller eeh varför man tränar överhuvudtaget. För att man skall liksom aah men vet inte riktigt hur man skall förklara riktigt. Att man skall ta hand om sin hälsa istället för att spela fotboll eller bandy på lektionen. Att man liksom visar styrketräning och konditionsträning, som faktiskt är bra för kroppen, det man behöver genom hela livet liksom. Så (Amanda).

För att summera vad det är som motiverar eleverna så upplevs aktiviteter mer motiverande om man själv har fått bestämma sitt mål eller aktivitet. När någon annan bestämmer det man skall uppnå och prestera i så uppfattar eleverna aktiviteten som meningslös i många hänseenden och kan då låta bli att delta. En känsla bland flickorna som vi pratat med är att fler skulle känna sig trygga att delta om läraren pratade med eleverna om vad de tycker om att göra och vad de inte tycker om att göra på lektionerna. Så det fanns en grundläggande förståelse att alla elever kan uppfatta samma moment väldigt olika. Genom att läraren är flexibel och lyhörd gällande vad eleverna känner inför idrotten kan troligtvis motivationen förbättras bland eleverna.

6 Diskussion

I detta kapitel kommer diskussionen presenteras i enlighet med de tre huvudrubriker som användes i resultatet. Varje del kommer att diskuteras med hjälp av tidigare forskning samt teorier. Avslutningsvis kommer metoden att diskuteras samt vilka framtida forskningsområden som kan vara intressanta.

6.1 Innehåll

Det som kan konstateras av resultatet är att eleverna är överens om att det är övergripande bollsporter som bedrivs. Något som tidigare forskning kan bekräfta, i en utvärdering från 2002 så svarar lärarna att den mest förekommande aktiviteten är bollspel av olika slag. Eleverna i vår intervjustudie uttrycker att innehållet gör de svårt för dem att visa vad de kan, detta kan man även läsa om i den utvärdering som gjordes 2002 (Eriksson et al, 2002). Då eleverna inte får visa upp vad de kan, väljer de ibland att låta bli att delta. Anledningen till detta kan ha samband med att de inte känner någon meningsfullhet inför aktiviteten. Om det inte finns ett intresse för bollspel så kan det saknas meningsfullhet att delta om bollspel förekommer för ofta (Antonovsky, 2005). För att motivera eleverna är det viktigt att läraren vågar variera lektionsinnehåll (Maslow, 1987).

I ämnet idrott och hälsa så kan man se en tydlig bollspelsdiskurs och studien gjord av Aaby & Olsson (2016) så kan man se att de som håller på med bollsport på fritiden gynnas av att det återkommer så mycket i undervisningen. Eleverna i studien verkar påverkas positivt då de upplever lektionerna som roliga samt så verkar de få bättre betyg. De flickor som vi intervjuat uttrycker att de inte uppskattar stämningen när man till exempel spelar fotboll. De känner sig inte tillräckligt duktiga och är rädda för att göra fel, något som stämningen i klassen förstärker. Dock så uttrycker flickorna att aktiviteten i sig är rolig men att förhållandena runt omkring påverkar upplevelsen negativt. Då det är kringliggande faktorer som påverkar upplevelsen och inte aktiviteten i sig, kan detta höra ihop med den yttre motivationen. Eftersom det är lärare och klasskamrater som bestämmer vad det är som skall uppnås under bollspelet så stoppas motivationen då man inte fått satt målen själva. Enligt Maslow (1987) hämmas motivationen när det är yttre regleringar som bestämmer vad som skall uppnås. Eleverna kan känna amotivation då uppgiften kan upplevas som för svår eller ogenomförbar (Vallerand, 2007).

Flickorna som intervjuades i Olafssons (2002) studie uttryckte att innehållet ofta anpassas till det manliga könet. Flickorna förväntade sig att röra sig på ett visst sätt för att bli accepterade. De flickor

vi intervjuat upplevde inte att innehållet gjorde så att de var tvungna att agera på ett bestämt sätt, snarare fanns det en rädsla att göra fel i form av att inte vara bra på sporten. I den tidigare studien så berättar flickorna att de gärna haft fler valmöjligheter för att komma bort från mansdominerande aktiviteter, något som eleverna i vår studie bekräftar. Genom att eleverna ges fler valmöjligheter och att innehållet varierar mer, så kan fler få upp intresset för fysisk aktivitet (Thedin & Jakobsson, 2012).

6.2 Genus

Utifrån intervjuerna så såg vi att flera av flickorna kände sig iakttagna av pojkarna i klassen och var rädda för att bli bedömda om de inte presterade tillräckligt bra. När Skolverket (2010) har sett på ämnet så konstateras det att ämnet mer börjar bli som föreningsidrott, med starka dominerande könsmönster. Något som kan bidra till att det blir en viss stämning i klasserna, då det enligt normen är accepterade att pojkarna tar större plats än flickorna. Genom att innehållet är desamma som i föreningsidrotten så kommer många andra beteenden med till lektionerna och lärarna är inte alltid bra på att lyfta att det är annorlunda i skolan i jämförelse med på fritiden. De elever som inte har ett intresse för bollspel på fritiden känner att det inte finns någon meningsfullhet att delta på lektionerna då de inte har användning för kunskaperna i ett senare skede (Antonovsky, 2005). De elever som är motiverade till bollspel på fritiden kommer även att vara det i skolan och kommer troligtvis delta i större utsträckning än dem som inte håller på med föreningsidrott. Anledningen till att motivation saknas kan ha att göra med introjicerad reglering som handlar om att individen inte deltar på sina egna villkor utan för att deltagandet anses vara viktigt av omgivningen. Denna typ av yttre motivation jobbar emot att fler elever skall vilja delta i undervisningen (Maslow, 1987).

Någonting som framkom från intervjuerna var att pojkarna ibland får styra innehållet på lektionerna, något som läraren sällan säger emot. Redelius (2012) skriver om att innehållet i undervisningen gällande genus kan påverka elevernas syn både på rörelse och synen på den egna kroppen, då många aktiviteter är könsmärkta. Vilket förklarar varför det ibland är så att ett kön dominerar en aktivitet, med det sagt handlar det inte om att undvika könsmärkta aktiviteter utan snarare att vara medveten hur aktiviteterna kan påverka stämningen i gruppen. Enligt Maslows (1987) teori så har vi människor ett behov kring självkänsla, behovet styrs av att vi vill känna att vi bidrar med något till vår omgivning. Som i detta fall att kunna bidra med någonting till fotbollsmatchen. Genom att man uppfyller behovet så kan det generera i ett bättre självförtroende. Detta kan förklara varför pojkar ofta känner sig självsäkra i att uttrycka vad de tänker och vill under lektionerna, eftersom de hela tiden får uppfylla sitt behov av självkänsla då de känner sig bekväma

med de aktiviteter som genomförs. Om eleverna misstror sin egen förmåga och inte får motivation från någon annan så upplever den troligen amotivation, som bidrar till att den inte vill delta (Vallerand, 2007).

När eleverna fick berätta om hur de trodde särundervisning skulle påverka deltagande, så var alla deltagande övertygade om att fler flickor skulle delta på lektionerna. Samundervisningen infördes 1980, med mål att få idrottsundervisningen mer jämställd. Till en början så uppskattades inte denna förändring och många flickor upplevde att undervisningen blev mer ojämnställd (Larsson, 2016). Dock så verkade det inte som att det var det faktum att flickor och pojkar undervisades tillsammans som gjorde att det upplevdes som mer mindre jämställt utan snarare vad det var som försegick på lektionerna. Larsson (2016) menar på att det är viktigare att se på normer i undervisningen snarare än pojkar och flickor. För att flickorna i första hand skall uppleva meningsfullhet så är det av stor vikt att lärarna uppmärksammar den problematik som kan förekomma i en klass på grund av kön, så att inte de traditionella könsmonstren upprätthålls (Antonovsky, 2005).

6.3 Motivation

Under intervjuerna så framkom det att flickorna kände press att prestera, de kände prestationsångest, då de ville vara duktiga inför lärarna och klasskamraterna. Prestationsångest gör sig också påmind hos eleverna eftersom de vet att lärarna bedömer dem utifrån vad de gör på lektionerna och eftersom tävling är ett vanligt förekommande fenomen blir det ofta väldigt tydligt om man har presterat eller inte. Tävlingsmoment resulterar ofta i att elever inte väljer att delta då de inte finner någon glädje i att vara med och tycker situationen är jobbig. Denna upplevelse av att vara rädd för att inte prestera kan resultera i amotivation, då man som elev inte vill göra dåligt ifrån sig (Vallerand, 2007). Som tidigare nämnt så är det viktigt att eleverna får upp intresset för fysisk aktivitet och kan känna en meningsfullhet med det, för om intresset finns där så är eleven förhoppningsvis mer mottaglig för olika typer av aktiviteter (Thedin & Jakobsson, 2012).

Om innehållet är för mycket desamma så finns det risk att eleverna tappar motivation och känner att de inte lär sig någonting (Carlsson & Lindblom, 2013). Eleverna som intervjuats uttrycker att det ofta är samma lektionsinnehåll och att de troligen haft större intresse att delta om aktiviteterna varierade mer. När eleverna uttrycker att de inte vill vara med eller tycker det är jobbigt att vara med så har det ofta samband med att de inte förstår varför de genomför aktiviteten, vilket skapar en brist av meningsfullhet (Antonovsky, 2005). I studie av Carlsson & Lindblom (2013) så

framkommer det att väldigt många av eleverna inte känner att de lär sig någonting på idrottslektionerna vilket gör att de väljer att inte delta.

Holm och Sundås (2020) skriver om att det ofta är mycket samma innehåll och att detta gör att flera elever känner sig omotiverade att delta. De upplever att ett mer varierat innehåll är både bra för motivationen och för att jämna ut nivån. Eleverna som intervjuats i denna studie berättar om att de ofta gör samma saker och säger också att de ofta är lärarna som bestämmer vad som skall göras. Förändringar som de föreslår är att man själv skall få välja vad man skall göra och att man skall få sätta upp individuella mål.

Den inre motivationen verkar vara det som tilltalar eleverna mest och som får dem att känna motivation till att delta. Att själv få bestämma mål och genomföra aktiviteter för sin egen skull önskar de flesta eleverna som vi intervjuat. Genom att man gör någonting för sin egen skull och upplever njutning i det, så kommer den inre motivationen ofta på köpet (Maslow, 1987).

6.4 Slutsatser

- Innehållet förstärker normerna
- Krav på prestation hindrar elever att delta
- Flexibilitet av lärarna är viktigt, att variera innehåll resulterar troligen i ett högre deltagande
- Lärare är bra på yttre motivation men glömmer att uppmärksamma vad varje individ vill uppnå. Mer fokus på inre motivation hade troligen ökat deltagandet.

6.5 Metodkritik

Varför en kvalitativ ansats valdes var i första hand för att få en djupare förståelse för problemområdet, genom att vi kunde intervjua några personer under en längre tid. Om tidsramen tillåtit så hade det givetvis varit bättre om fler än fem personer kunnat intervjuats, även om vi fick en djupare förståelse för hur de upplever idrotten så hade vi gärna fått den från fler. Om det genomförts en kvantitativ studie istället så hade vi kunnat redovisa en bredare bild av problematiken och troligen fått fram en mer generell bild gällande kring varför elever väljer att utebli från idrotten. Till en början var planen att genomföra en studie med en kvantitativ ansats men mängden enkäter i dagens situation med Covid-19 hade troligen varit svår att genomföra. Då vi har undersökt endast flickor på gymnasiet som knappt deltar på lektionerna så hade mängden

enkäter blivit ett problem under den tidsram vi haft. Sådär i efterhand så hade troligen en mer öppen intervju varit lämplig med mindre antal frågor, för att kunna gräva djupare i de frågor som vi märkte att eleverna hade mycket att säga till om. Vissa av de frågor som ställdes kändes i efterhand överflödiga. Förutom att vissa frågor upplevdes som överflödiga så var det vissa frågor som var formulerade på så sätt att eleverna ibland hade svårt att förstå dem, detta beror troligtvis på att vi är vana vid vissa termer gällande ämnet. Trots att vi ej genomfört någon intervjustudie sedan tidigare så gick intervjuerna bra och de svar som gavs var utförliga och kunde på ett bra sätt användas av oss för att besvara frågeställningarna.

Avslutningsvis kan en faktor som påverkar studien vara att vi båda är lärarstudenter som är väl insatta i ämnet och har många egna åsikter kring just det vi skriver om. Givetvis har vi försökt att ha en objektiv bild gällande de frågor vi ställt och hur vi tolkat svaren, men trots detta så kan dessa faktorer påverkat hur vi skrivit om de olika delarna.

6.6 Förslag till framtida forskning

Det område som vi valt att forska på, är ett väl utforskat område och många har gjort liknande studier förut. Många studier om detta ämne har använt sig av kvantitativa ansatser och genom att läsa detta, har vi förstått vikten av att fördjupa sig i problematiken för att kunna hitta förändringar till det bättre. Därför anser vi att det som behövs är fler kvalitativa studier som kan fördjupa sig ytterligare i problematiken, för att se på fler aspekter som påverkar elevernas deltagande. Då man i tidigare studier kan se att problemet växer i slutet på högstadiet och på gymnasiet så skulle fler studier behövas på gymnasiet, de flesta studier som vi läst tidigare har haft fokus på högstadiet och därför valde vi gymnasiet.

Det var intressant att höra hur de elever som ofta är frånvarande känner inför idrotten, till skillnad från tidigare studier där de undersökt hur det ser ut både hos frånvarande och icke frånvarande elever. För framtida studier så hade det varit intressant att intervjua både elever och lärare och jämföra vad de anser är skäl till varför elever väljer att inte delta. Samt utifrån resultaten i vår studie, då innehållet verkar ha en stor inverkan på eleverna så hade det varit intressant att se på hur lärare tänker kring innehållet. Då innehållet fortfarande styrs av en bollspelsdiskurs trots att detta inte finns med i läroplanen, hade det i framtida studier varit relevant att undersöka varför innehållet fortfarande präglas av föreningsidrotter. Troligen så kan nyckeln till att få ett ökat deltagande vara att ha ett mer varierat lektionsinnehåll, snarare än att återgå till särundervisning.

KÄLL- OCH LITTERATURFÖRTECKNING

Aaby, J., Olsson, A. (2016). *Ett deltagande, för vem?:* En kvalitativ intervjustudie om gymnasieelevers deltagande i Idrott och hälsa 1. (Examensarbete, Linnéuniversitetet, Institutionen för idrottsvetenskap). Från <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:909963/FULLTEXT01.pdf>

Antonovsky, A. (2005). *Hälsans mysterium*. (2. utg.) Stockholm: Natur och kultur.

Bryman, Alan (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. 2. rev. uppl. Malmö: Liber.

Carlsson, H., Lindblom, A. (2013). *Att delta eller inte delta:* En studie av orsakerna till elevers deltagande i idrott och hälsa. (Examensarbete, Linné Universitet, Institutionen för utbildningsvetenskap). Från <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:705750/FULLTEXT01.pdf>

Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000) Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25.

Denscombe, M. (2018). *Forskningshandboken: för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. (Fjärde upplagan). Lund: Studentlitteratur.

Eliasson, A. (2013). *Kvantitativ metod från början*. (3., uppdaterade uppl.) Lund: Studentlitteratur.

Engström, L. (2010). *Smak för motion: fysisk aktivitet som livsstil och social markör*. Stockholm: Stockholms universitets förlag.

Ericsson, I. (2005). *Rör dig - lär dig: motorik och inläring*. Stockholm: SISU idrottsböcker.

Eriksson, C., Gustavsson, K., Johansson, T., Mustell, J., Quennerstedt, M., Rudsberg, K., Sundberg, M., Svensson, L., (2002) *Skolämnet Idrott och hälsa i Sveriges skolor - en utvärdering*

av läget hösten 2002. (Rapport, Örebro Universitet, Institutionen för idrott och hälsa).

Från <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:394858/FULLTEXT01.pdf>

Fagrell, B., Larsson, H., Redelius, K. (2007). ”Jag känner inte för att bli en ... kille” Om heteronormativitet i ämnet idrott och hälsa *Utbildning och Demokrati nr 2 årgång 2007*.

Graffman-Sahlberg, M. (2015). *Fysisk hälsa som lärobjekt: En laborativ undervisningsmodell i idrott och hälsa*. Licentiatuppsats. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan.

Hassmén, P., Hassmén, N. & Plate, J. (2003). *Idrottspsykologi*. Stockholm: Natur och kultur.

Holm, A., Sundås, I. (2020). *Högstadiееlevs tankar om varför de är frånvarande eller lågt deltagande i ämnet idrott och hälsa*. (Examensarbete, Linnéuniversitetet, Institutionen för idrottsvetenskap). Från <http://lnu.diva-portal.org/smash/get/diva2:1393103/FULLTEXT01.pdf>

Kvale, S., Brinkmann, S. (2012). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Johanneshov: TPB.

Lake, J. (2001). Young people`s conceptions of sport, physical education, and exercise: implications for physical education and the promotion of health-related exercise. *European Physical Education Review*, 2001, vol 7, sid. 80–91.

Larsson, H. (2016). *Idrott och hälsa: i går, i dag, i morgon*. (1. uppl.) Stockholm: Liber.

Maslow, A H. (1987). *Motivation and personality*. 3. ed. New York: Harper & Row.

Olafson, L. (2002). *'I Hate Phys. Ed.': Adolescent Girls Talk About Physical Education*. (Article, Department of Curriculum and Instruction at the University of Nevada, Las Vegas.) From <https://proxy01.gih.se:2109/eds/detail/detail?vid=8&sid=d22bc257-eda6-4024-b84b-7e169961b886%40sessionmgr101&bdata=JnNpdGU9ZWRzLWxpdmU%3d#db=aph&AN=7022952>

Redelius, K. (2012) Betygsättning i idrott och hälsa - en didaktisk utmaning med pedagogiska konsekvenser. I Larsson, H. & Meckbach, J. (red.) (2012). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. (2. uppl.) (s. 217–232). Stockholm: Liber.

Skolinspektionen (2010) *Mycket idrott och lite hälsa*.

<http://www.skolinspektionen.se/Documents/Regelbudentillsyn/flygande%20tillsyn/slutrapport-flygande-tillsyn-idrott.pdf>

Skolinspektionen (2012) *Frånvaro*. Frånvaro: <http://www.skolverket.se/regelverk/fragor-och-svar/fragor-och-svarom-betyg/franvaro-1.173354>

Skolverket (2010). *På pojkarnas planhalva? Ämnet idrott och hälsa ur ett jämställdhets- och likvärdighetsperspektiv* (Rapport: 355). Stockholm: Fritzes.

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

Skolverket (2011b). *Läroplan för gymnasieskolan. Ämnesplaner för Idrott och hälsa*.

Thedin Jakobsson, B. (2012). Att undervisa i hälsa. I Larsson, H. & Meckbach, J. (red.) (2012). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. (2. uppl.) (s. 176–192). Stockholm: Liber.

Thedin Jakobsson, B. (2015). *Vilka stannar kvar och varför?: En studie om ungas föreningsidrottande under uppväxtåren*. (Gymnastik- och idrottshögskolan, GIH). Doktorsavhandling, Stockholm: GIH.

Trost, J. (1997). *Kvalitativa intervjuer*. (2. uppl.) Lund: Studentlitteratur.

Vallerand, R. J. (2007). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation for sport and physical activity. I Hagger M.S. & Chatzisarantis, N.L.D. (red). *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport*. Champaign, IL: Human Kinetics

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

Bilaga 1. Intervjuguide.

Huvudfrågor

Vad tycker du om ämnet Idrott och hälsa? Ge exempel på hur du menar.

Kan du beskriva en lektion i idrott och hälsa som du deltar i?

Kan du beskriva en lektion i idrott och hälsa som du inte deltar i?

Hur skulle ämnet kunna förbättras enligt dig?

Tror du att ett annat innehåll skulle öka ditt deltagande?

Vad tror du kan vara vanliga orsaker till att elever inte är med på idrottslektionerna?

Frågeställning 1 - Vad motiverar eleverna till att delta i idrott och hälsa, finns det någon skillnad mellan yttre och inre motivation?

Skulle din motivation förändras om lektionsinnehållet såg annorlunda ut?

Vad skulle kunna få dig motiverad till ett aktivt deltagande på idrott och hälsa lektionerna?

Har alla elever samma förutsättningar i ämnet, enligt dig? Om inte vilken typ av elev har fördel respektive nackdel i ämnet?

Försöker din lärare motivera dig till att delta på idrottslektionerna och i så fall hur?

Av din erfarenhet, hur ska en lärare vara för att få eleverna motiverade på en lektion, från början till slut?

Har din motivation till idrott och hälsa förändrats under din skolgång och i så fall hur? Om ja, utveckla. Är det skillnad från högstadieskolan till gymnasieskolan?

Hur upplever du din omgivande miljö som faktor för motivation i ämnet? (Till exempel storlek på hall, omklädningsrum, tillgång till material, avstånd till övriga lokaler, stress och så vidare).

Frågeställning 2 - Påverkar undervisningens innehåll valet av deltagande hos tjejer?

Vad är ditt favoritinnehåll inom Idrott och hälsa?

Är det något undervisningsinnehåll som du tycker återkommer oftare än andra aktiviteter?

Finns det aktiviteter som särskilt gör att du avstår att delta? Ge exempel.

Om du hade fler valmöjligheter i undervisningen, hur skulle då ditt deltagande sett ut?

Hur skulle undervisningen se ut tror du om tjejer och killar undervisades var för sig?

Upplever du att pojkar respektive tjejer behandlas lika i undervisningen, om inte på vilket sätt?

Kan du bete dig som du vill på idrottslektionerna eller förväntas du bete dig på visst sätt?

Frågeställning 3 - Upplever elever meningsfullhet under och efter lektionerna, kan fokus på prestation påverka upplevelsen? Vad är viktigt att kunna i ämnet tycker du?

Tycker du att du har tillräcklig kunskap i Idrott och hälsa?

Framgår syftet tydligt varje lektion till varför ni genomför valda aktiviteter?

Tror du att ett annat innehåll skulle skapa förutsättningar för att uppleva meningsfullhet? Varför?
Ge exempel på innehåll.

Tror du att du skulle kunna visa upp dina förmågor bättre i ett annat innehåll än vad din lärare väljer på lektionerna? Ge exempel.

Vad kan exempel på vad lektioner med fokus på prestation/tävlingsmoment vara för dig?

Förekommer det mycket aktiviteter där det är fokus på prestation/tävlingsmoment och påverkar det ditt deltagande?

Bilaga 2. Missivbrev.



Information och förfrågan om deltagande i intervjustudie.

Hej,

Du tillfrågas härmed att delta i en studie där syftet är att undersöka varför elever inte deltar på skolans Idrott och hälsa undervisning. Det som undersöks är vilka faktorer som kan påverka att elever inte deltar, i denna studie kommer det i huvudsak att ses på lektionsinnehåll, genus, motivation och prestation. Vi vill undersöka detta område för att se vilka eventuella förändringar som kan göras för att få fler elever att delta i undervisningen.

Vi är intresserade av att intervjua elever som väljer att inte delta på Idrott och hälsa undervisningen ibland. Om du väljer att delta så kommer studien att bestå av intervjuer för att samla in information. Studien kommer inkludera fem gymnasieelever som läser Idrott och hälsa 1.

Intervjun kommer att spelas in och den data som samlas in kommer att hanteras anonymt och enbart användas till denna studie. Studien kommer att publiceras i Diva som är en databas för examensarbeten. Alla deltagare kommer vara oidentifierbara i examensarbetet när det publiceras. Det transkriberade materialet kommer att skickas till dig innan användning för att se till att all data är korrekt.

Det är helt frivilligt att delta i vår studie och du kan när som helst avbryta din medverkan utan någon speciell anledning. Intervjun kommer att ta ca 30–40 minuter att genomföra och kommer att ske på distans via videosamtal på grund av Covid-19 omständigheter. Förhoppningen är att genomföra intervjuerna vecka 17 och därför vill komma i kontakt med dig för att boka dag samt tid. Är du intresserad av att ställa upp i denna studie så hör av dig till oss.

Vi som gör denna studie heter Alicia Fogelberg och Isabelle Larsson och går på Gymnastik och idrottshögskolan i Stockholm och läser Idrott och hälsa 120 poäng. I utbildningen ingår att göra ett examensarbete på grundnivå, vilket är anledning till att denna intervjustudie kommer att göras. Har du några frågor kring studien så hör gärna av dig.

Stockholm 2020-04-14

Samtycke till att delta i studien: “Orsaker till att elever uteblir på idrott och hälsa undervisningen”

Jag har skriftligen informerats om studien och samtycker till att delta. Jag är medveten om att mitt deltagande är helt frivilligt och att jag kan avbryta mitt deltagande i studien utan att ange något skäl.

Min underskrift nedan betyder att jag väljer att delta i studien och godkänner att Gymnastik och idrottshögskolan, GIH behandlar mina personuppgifter i enlighet med gällande dataskyddslagstiftning och lämnad information.

Underskrift

Namnförtydligande Ort och datum.....

Studera nde:

Alicia Fogelberg

alicia.fogelberg@student.gih.se

070- 415 12 59

Handledare:

Bengt Larsson

bengt.larsson@gih.se

08-120 538 25

Isabelle Larsson

isabelle.larsson@student.gih.se

070- 888 18 31

Bilaga 3. Litteratursökning

Syfte och frågeställningar:

Syftet med vår studie är att undersöka vad som gör att elever på gymnasieskolan väljer att delta eller att inte deltar på skolans idrott och hälsa undervisning.

- Hur tänker eleverna om undervisningsinnehållets betydelse för deras deltagande?
- Hur ser eleverna på samundervisning och deltagande i ämnet idrott och hälsa?
- Vad motiverar eleverna att delta i idrott och hälsa?

Vilka sökord har du använt?

Ämnesord och synonymer svenska	Ämnesord och synonymer engelska
Deltagande, Idrott och hälsa, frånvaro, deltar ej, motivation, genus, föreningsidrott, ej deltagande, Idrott och hälsa 1, deltar inte, motivationsteori, inre och yttre motivation, Maslow, KASAM,	Abdolescent,Girls, talk, about, physical education

Var och hur har du sökt?

Databaser och andra källor	Sökkombination
Google Scholar Discovery	Google Scholar: Deltar inte på idrott och hälsa. Google Scholar: Idrott och hälsa deltagande. Google Scholar: Idrott och hälsa genus. Google Scholar:Föreningsidrott idrott och hälsa. Google Scholar: Frånvaro idrott och hälsa. Google Scholar: Ej deltagande idrott och hälsa 1. Google Scholar: Motivationsteori. Google Scholar: KASAM. Google Scholar: Maslow. Discovery: Adolescent girls talk about physical education.

Kommentarer

Den databas som fungerade bäst i våra sökningar var Google Scholar där vi fick fram mycket relevanta artiklar som passade vår uppsats. Vi har även haft hjälp av att kolla igenom tidigare uppsatser för att hitta inspiration till litteratur.

