



Inkluderande undervisning enligt läroplanen i idrott och hälsa för elever med ADHD.

Elin Norberg Wall & Isabelle Ström

GYMNASTIK OCH IDROTTSHÖGSKOLAN

Självständigt arbete grundnivå 40:2021

Idrott och hälsa 120hp: 2020-2022

Handledare: Daniel Roe

Examinator: Isak Lindström

Sammanfattning

Vår studie syftar till att undersöka lärares upplevelser av hur de inkluderar elever med ADHD i sin undervisning samt hur anpassad deras undervisning är efter läroplanen. Vi vill kunna besvara forskningsfrågorna: Hur anpassar lärare sin undervisning utifrån läroplanen? På vilka sätt arbetar lärare inkluderande med elever som har ADHD?

Vi har använt oss av en kvalitativ metod där vi intervjuat sex utbildade idrottslärare som har erfarenheter av elever med ADHD diagnos som i dagläget undervisar på mellanstadiet. Vi har gjort en tematisk analys av vår data vilket resulterade i tre teman som vi valt att namnge a) miljöns påverkan på undervisning av god kvalitet, b) relationer betyder allt c) bedömningssvårigheter.

Efter vår tematisering kom vi fram till att lärarna anpassar miljön och sitt ledarskap på idrottslektionerna för att bedriva en inkluderande undervisning för alla elever utifrån läroplanen. Hur väl lärarna lyckas med sina anpassningar blir centralt för hur kunskapen kommer tillgodoses av alla elever i gruppen. Lärarna beskriver svårigheter som ofta förekommer för elever med ADHD, vilket försvårar bedömning i praktiska och teoretiska moment. Alla sex lärare vi intervjuat berättar att relationen till eleverna är den viktigaste aspekten för hur deras undervisning kommer att fungera.

I läroplanen beskrivs en undervisning som alla elever har rätt till oavsett olikheter, en inkluderande undervisning i en skola för alla. För att kunna utbilda sina elever och erbjuda en inkluderande undervisning krävs det att man är påläst om hur detta görs på bästa sätt. Vår studie kan vara betydelsefull för studenter och alla som är intresserade av pedagogik eller arbetar med ungdomar både i och utanför skolan. Läsaren kommer att uppmärksammas på vanligt förekommande svårigheter i samband med idrottslektioner och se exempel på hur man bör anpassa sin undervisning för att arbeta inkluderande med heterogena grupper. Det kommer att framgå av redovisningen, varför vikten av relationen till eleverna är en viktig anpassning.

Innehållsförteckning

Sammanfattning	3
Innehållsförteckning	4
1. Inledning	6
2. Bakgrund	6
2.1 Diagnosen ADHD	6
2.2 Symtom	7
2.3 Inkludering/Exkludering	8
2.4 Förhållningssätt	9
3. Teoretiska utgångspunkter	9
3.1 Inkluderande undervisning pedagogik	9
3.2 Läroplansteorin	10
4. Syfte och frågeställning	11
5. Metod	11
5.1 Metodval	11
5.2 Urval och genomförande	12
5.3 Analys	13
5.4 Reliabilitet och validitet	14
5.5 Etiska överväganden	14
6. Resultat	14
6.1 Miljöns påverkan på undervisning av god kvalitet	15
6.2 Det personliga ledarskapet	17
6.2.1 En inkluderande exkluderande undervisning	17
6.2.2 Relationer betyder allt	18
6.2.3 Förlåtande eller fyrkantig	19
6.2.4 Resurser och stöd	21
6.3 Bedömnings svårigheter	22
6.3.2 Socialt samspel och interaktion	23
6.3.3 Teoretiska bedömning svårigheter	24
7. Diskussion	25
7.1 Miljöns påverkan på undervisning av god kvalitet	25
7.2 Det personliga ledarskapet och den inkluderande undervisningen	26
7.3 Bedömnings svårigheter vid praktisk och teoretisk undervisning enligt läroplansteori	27

7.4 Metoddiskussion	28
7.5 Fortsatt forskning	28
Källförteckning	29
Bilaga 1 - Informationskrav	30
Bilaga 2 - Samtyckesblankett	33
Bilaga 3 - Intervjufrågor	34
Bilaga 4 - Litteratursökning	35

1. Inledning

Det här examensarbetet handlar om sex lärares upplevelser och hur de anpassar sin undervisning, och inkluderar elever med ADHD i ämnet idrott och hälsa på mellanstadiet i enighet med vad som står i skolans läroplan. Tidigare forskning visar att skolmiljön är en plats där många olika krav ställs och stora klasser kan påverka ADHD symtomen i olika grad (Teeter, 2004). Läraren har som uppgift att förhålla sig till läroplanen, hen ska se alla elevers behov och varje elev ska känna sig inkluderad (Skolverket, 2011). Vi vill ta reda på hur lärare förhåller sig till en läroplan som kanske inte är anpassad till samtliga elever men där man ändå förväntas inkludera alla. Vi har valt att undersöka detta problemområde för vi vill få en bättre förståelse för diagnosen och undersöka hur miljön i idrottshallen kan anpassas för att passa alla elever i en klass där alla har olika förutsättningar.

Miljön har stor inverkan på elever med ADHD, allra helst de miljöer som inte är lärarledda (Kadesjö 2002). Vi vet att ett tydligt och strukturerat ledarskap hos en lärare som är påläst om diagnosen och har en god relation till sina elever är effektivt (Kadesjö, 2002). När det gäller bedömning av elever menar Teeter (2004) att undervisning i mindre grupper ger ett bättre individuellt studieresultat. Det finns mycket medicinskt forskning kring diagnosen ADHD, men vi saknar forskning kring pedagogiken kopplat till diagnosen i samband med idrottsundervisning i skolan. Då det estetiskt och praktiskt skiljer sig åt mellan gymnastiksalen och ett teoretiskt klassrum (Kadesjö 2002) vill vi undersöka mer om detta område då det kan vara intressant för idrottslärare och skolor.

2. Bakgrund

2.1 Diagnosen ADHD

ADHD står för (Attention-Deficit/Hyperactivity-Disorder) och brukar förekomma redan vid tre års ålder. Enligt en forskningsrapport från Karolinska institutet trodde man på 1970-talet att ADHD hade med uppfostran att göra. Det visade sig dock vara en biologisk orsak till diagnosen, nämligen signalsubstansen dopamin vilket är hjärnans belöningsystem som fungerar annorlunda hos individer med ADHD. Dopaminet påverkar främst den delen av hjärnan där beslut och planering styrs. Diagnosen är ärftligt men kan även uppkomma till följd av en för tidig förlossning (Danielsson, 2011).

Gillberg (1996) beskriver förekomsten att barn med ADHD ofta även har andra bekymmer, såsom psykiska störningar och inlärningssvårigheter. Ett av åtta barn har en uppmärksamhetsstörning och författaren menar att det är ett stort folkhälsoproblem. Förmågan hos en person med ADHD att anpassa sin aktivitetsnivå till olika aktiviteter saknas.

När man jämför dessa författare så menar både Danielsson (2011) och Gillberg (1996) att ADHD är en bred diagnos som varierar från person till person vid olika skeenden i livet. Nilholm (2007) tar upp problematiken vi vill undersöka: Hur lärare upplever inkluderingen av elever med ADHD i sin undervisning i förhållande vad som står i läroplanen. Nilholm (2007) beskriver, vikten av att kunna anpassa sin undervisning efter läroplanen och att det finns en stor skillnad på teori och praktik. Författaren menar vidare att alla individer inte har samma förutsättningar och detta blir ett dilemma. På skolverket (2011) kan vi läsa att alla elever ska ha samma förutsättningar till att uppnå sina mål oavsett olikheter eller förutsättningar.

2.2 Symtom

ADHD är en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning/funktionsvariation. Personer som har diagnosen kan i vissa fall ha en begränsad förmåga att kontrollera sitt beteende och koncentration. I de delar av hjärnan där vi viljemässigt styr uppmärksamhet, impulser och reaktioner fungerar signalsubstanserna som behövs för dessa funktioner på ett annat vis hos personer med ADHD. I de flesta fall är ADHD ärftligt, men även psykosociala och biologiska faktorer kan spela roll. Svårigheterna med ADHD gör sig påmind extra mycket i ostrukturerade miljöer. Känns inte uppgifter tillräckligt motiverande och det är stökigt samt rörigt runt omkring personer som har diagnosen kan det bli svårt för dem att behålla uppmärksamheten (Teeter, 2004). Koncentrationssvårigheter, impulsivitet, hyperaktivitet, hämmad impuls kontroll och dålig motorisk kontroll vid fysisk aktivitet är alla symtom som kännetecknar ADHD. Dessa symtom kan i skolans värld skapa problematik för undervisningen i idrott och hälsa, vilket i många fall är en utmaning både för elever och lärare. Symptomen varierar beroende på individens ålder och vilka krav som ställs (Teeter, 2004).

Symtomen skiljer mellan pojkar och flickor. Pojkar visar aggressivt beteende och flickor har oftast symtom i form av depression och ångest, vilket har gjort det svårare att kunna diagnostisera dem. Det har också visat sig att flickor har en mer intellektuella svårigheter, studiemässigt jämfört med tjejer utan ADHD (Teeter, 2004).

Forskningen visar på att fysisk aktivitet har positiva effekter framförallt för barn med ADHD (Verret, Guay et al.,2010) genomförde ett träningsprogram under en 10 veckors period, där syftet var att utforska effekterna av ett måttligt till högintensivt fysiskt program för barn med ADHD. Det som mättes var konditionsnivån, kognitiva funktioner som gjordes av standardiserade tester som bedömdes före och efter denna 10 veckors period. Resultaten visade att både motoriska färdigheter, muskelkapaciteten, inlärningsförmågan och beteendet hade förbättrats. Detta hade rapporterats in av både föräldrar och lärare. Slutsatsen man kunde dra här, var att ett strukturerad fysiskt program förbättrar inläring och koncentrationen hos elever med ADHD (Verret, Guay, et al.,2010).

2.3 Inkludering/Exkludering

Begreppet *inkludering* innebär att alla är likvärdiga oavsett individernas olikheter och behov. I undervisning för idrott och hälsa betyder inkludering att alla ska erbjudas samma möjlighet att delta i undervisningen, samt att läraren ska se allas olikheter som naturliga. Därför är det viktigt att läraren lägger fokus på begreppet i sin undervisning så eleverna förstår och lär sig acceptera varandras olikheter och att visa respekt för varandra (Fors, 2004).

Nilholm (2007) beskriver att den pedagogiken som utformades för elever med behov av särskilt stöd anses ibland vara ett misslyckande av skolan då man inte kunnat inkludera alla elever, i en skola för alla. Något som både Fors (2004) och Nilholm (2007) har gemensamt är att de beskriver hur undervisningen bör utformas efter variationen av elevernas naturliga olikheter.

Det finns nackdelar med begreppet inkludering och en skola för alla, menar Nilholm (2007) nämligen att elever med behov av särskilt stöd integreras i undervisning som inte är anpassad för dem. Författaren menar att med skolans tankesätt, där man hellre ser till helheten på gruppnivå, där alla ska vara med och delta blir exkluderande för dessa elever istället.

I läroplanen för grundskolan står det under delen om “en likvärdig utbildning” att enligt lag har elever rätt att få en individuell skolplan om så behövs, oavsett var i landet man bor eller hur gammal eleven är. Det är varje skolas ansvar att ge elever en anpassad undervisning så att utbildningen blir likvärdig för alla. I yrkesrollen som lärare ska man se till att anpassa undervisningen, trots elevernas olika behov och förutsättningar (Skolverket, 2011).

En studie från Högskolan i Borås beskriver hur skolor kan skapa en gynnsam undervisning för elever med ADHD och i studien observerades och intervjuades barn i åldrarna 10 till 11 år. I restet framkom hur

viktigt det var att läraren lyckades ha en bra struktur på lektionen och att eleverna fick samarbeta, kunna vinna och få svettas för att lyckas med inkludering. Studien visade också att många inkluderingsmetoder som ska hjälpa elever med diagnoser lätt kan bli exkluderande för andra elever. För en inkluderande undervisning visade det sig även att gruppdynamiken spelar väldigt stor roll. Lärarnas samarbete med både elever, föräldrar och kollegor samt tydlig struktur på vad eleverna ska lära sig (Thoren, Quennerstedt & Maivorsdotter, 2020).

2.4 Förhållningssätt

Som lärare och ledare är det viktigt att ha sina egna gränser klart för sig där man själv bestämt vilka saker som får vara förhandlingsbara och inte, detta styrks av tidigare forskning (Iglum Rønhovde, 2006). Detta förhållningssätt fungerar bra för elever med ADHD och man ska ligga steget före för att försöka avvärja problem innan de uppkommer, detta sparar energi och förhindrar frustration. När man ska hantera konflikter görs detta med den berörda eleven avskilt från resten av klassen (Iglum Rønhovde, 2006).

Elever med koncentrationssvårigheter behöver tydlighet och struktur i sin vardag, då de har svårt att organisera, planera och se ett tydligt sammanhang. Genom att hjälpa eleven med dessa moment i skolan, underlättar man för eleven att samspele med andra i sin omgivning (Kadesjö, 2002).

Kadesjö (2002) beskriver vidare att elever med ADHD ofta får negativa kommentarer från människorna omkring sig med mycket tjat och klagomål på deras beteende. Därför är det viktigt att man som lärare uppmuntrar önskvärt beteende, vilket stärker elevernas självkänsla och detta ger en positiv inverkan på undervisningen. För att eleven ska förstå vad hen har gjort som var bra i sin handling, krävs det från den vuxne att ge en omedelbart reaktion och bekräftelse.

3. Teoretiska utgångspunkter

3.1 Inkluderande undervisning pedagogik

I läroplanen står det att alla elever ska ha möjlighet att utvecklas efter sin förmåga (Skolverket, 2011). För att detta ska fungera krävs det åtgärdsplaner med stödinsatser i olika skolor, som kräver ett genomtänkt förhållningssätt och resurstöd för denna målgrupp (Kadesjö, 2002). Författaren menar också på att bristen på resurstöd kan försvåra lärarnas undervisning att tillgodose dessa elever, då tiden begränsas.

Teeter, (2004) beskriver resurstöd, där man sätter elever som har svårigheter i mindre grupp som en lyckad metod för individens resultat. Dock är denna metod exkluderande enligt Kadesjö (2002) som

menar på att individen kan uppleva detta som en olustig särbehandling trots en förbättrad koncentration och lyckade studieresultat. Vi vill notera att denna metod av resurstöd gäller främst de teoretiska ämnena som sker i klassrummen. Det framgår inte i forskningen hur det ser ut med vid de praktiska ämnena.

För att förstå miljöns betydelse och påverkan på elever med koncentrationssvårigheter beskriver Kadesjö (2002) att de situationer som eleverna upplever som svårast och jobbigast under hela skoldagen är situationer som inte är lärarledda eller strukturerade, till exempel, i matsalen, på raster och i omklädningsrum samt på skolgården. Det kan bli för mycket intryck för elever med ADHD menar författaren. Dessa situationer bör egentligen också vara strukturerade. Författaren beskriver också att lärmiljön har en direkt påverkan på eleverna, framförallt på elever med ADHD. Han beskriver att ett grupporienterat arbetssätt där eleverna sitter klassvis och arbetar självständigt skapar oro för elever med ADHD, då det finns många valsituationer för eleven. Eleverna sitter gruppvis tillsammans runt ett och samma bord istället för att ha en egen bänk samt får själva gå och hämta det de behöver till uppgiften (Kadesjö, 2002). Detta arbetssätt menar författaren har en negativ påverkan på elever med koncentrationssvårigheter då det uppstår en mängd olika valsituationer som dessa elever har svårt för.

Iglum Rønhovde menar på att lärarens ledarskap kräver att hen kan analysera en person och situation då diagnosen på en elev utgör en viktig del av personens förutsättningar som helhet. Det krävs att man som lärare har kunskap om de typiska dragen för att kunna utforma sina åtgärder. Man måste ha kunskap på individnivå om elevens problem och behov. Hon menar också att ett pedagogiskt ledarskap där man har planerat pedagogiska insatser som fungerar i ett långt perspektiv är viktigt för hela verksamheten (Iglum Rønhovde, 2006).

3.2 Läroplansteorin

Läroplansteorin har sina rötter i 1900-talets Amerika. Den kom att diskuteras och arbetas med av Dahllöf, Lundgren, Linde och Näslund på 1960 talet i Sverige. Det fanns ett samhälleligt behov av att skapa en objektiv modell för skolan som skulle vara utformad med grundläggande mål och innehåll för undervisningen, som också skulle vara anpassad efter alla elevers behov. Läroplansteorin ändrade samhällets sätt att se på utbildning, och empiriska studier får nuförtiden ligga till grund för det som ska stå i våra målstyrda läroplaner (Linde, 2006). Läroplansteorin är ett teoretiskt perspektiv på hur läroplanen skapas, tolkas och implementeras vilket är relevant för vår studie då lärare måste förhålla sig till läroplaner som beskriver hur undervisning ska bedrivas (Linde, 2006).

Enligt läroplanen för grundskolan så ska alla föräldrar kunna skicka sina barn till skolan medvetna om att de får en likvärdig kunskapsutveckling. Utbildningen ska anpassas individuellt efter varje elevs behov och förutsättningar och som lärare i skolan har man ansvar att hjälpa elever med olika svårigheter att nå sina mål (Skolverket, 2011). Enligt läroplansteorin ska en lärare tolka och konkretisera de olika kriterierna i kursplanernas mål då dessa kriterier är övergripligt formulerade. Vår svenska läroplan kan dock läsas på olika vis. Om man tar värdegrunden som exempel menar Linde (2006) att beroende på läsarens syfte kan den läsas som instruktioner för läraren som arbetstagare, som långsiktiga mål med verksamheten, för skolan eller som en visionär text. Vi har valt och fokusera på att besvara frågorna om hur lärare arbetar med anpassning enligt läroplanen och inkludering av elever med ADHD i sin undervisning, med läroplansteorin som teoretiskt ramverk. Denna teori passar bra med då lärare ska arbeta efter skolverkets läroplaner och utforma sin undervisningen efter denna modell vilken ska kunna inkludera alla elever.

4. Syfte och frågeställning

Syftet med studien är att undersöka lärares upplevelser kring inkluderingen av elever med ADHD diagnos i idrottsundervisning på mellanstadiet. Detta ser vi på ur ett lärarperspektiv med utgångspunkt i läroplansteorin samt inkluderande undervisningsperspektiv. Vi vill kunna besvara forskningsfrågorna: Hur anpassar lärare sin undervisning utifrån läroplanen? På vilka sätt arbetar lärare inkluderande med elever som har ADHD?

5. Metod

5.1 Metodval

Vi har gjort en kvalitativ studie i form av halvstrukturerade intervjuer med lärare som undervisar på mellanstadiet i sex olika skolor över hela Stockholm. Vi valde en kvalitativ metod då vi strävar efter att ta reda på lärarnas egna uppfattningar och upplevelser och då passar den valda metoden bra för att få en djupare förståelse av problemområdet. Studien kommer ha ett fenomenologiskt förhållningssätt då vi väljer att fokusera på lärarnas egna erfarenheter (Hassmén & Hassmén, 2008).

5.2 Urval och genomförande

För studien gjordes ett strategiskt urval och det skrevs ett meddelande i en facebookgrupp för idrottslärare, där informerades kort om syfte och kriterier för att delta. Vi ville ha en blandad fördelning kvinnor och män i vår studie. Det viktiga var inte att det var precis lika fördelning mellan könen men vi ville ändå ha en variation i kön på våra respondenter, och arbetsplatser för att se om det fanns uppenbara skillnader. (Hassmén & Hassmén, 2008).

Som Iglum menar är det viktigt att kunna sätta egna gränser, vara trygg och bestämd som ledare, och därför valde vi att intervjua lärare med erfarenhet då de har arbetat med elever som har ADHD. Vi trodde att dessa lärare skulle ha många erfarenheter att dela med sig av (Iglum Rønhovde, 2006).

Utbildade lärare förväntas vara införstådda med vad som står på skolverket och arbeta efter de ramverk som skolans kursplan och centrala innehåll är, detta gjorde att alla respondenter var på samma nivå och hade samma grund (Skolverket, 2011). Ett av kriterierna var att respondenterna skulle ha en idrottslärarutbildning samt erfarenhet av elever med ADHD och de skulle vara verksamma på mellanstadiet. Fyra lärare svarade och ville ställa upp på intervju. En av oss hade bokat en pilotintervju med en bekant som arbetar som idrottslärare då vi ville kontrollera om det var rimligt att få svar på samtliga intervjufrågor under 40 minuter. Vi ville se om intervjufrågorna gav svar på våra forskningsfrågor, och om nödvändigt behöva omformulera någon fråga (Hassmén & Hassmén, 2008). Intervjufrågorna skulle ge beskrivningar ur lärarnas vardag under lektionerna. En av frågorna var till exempel att lärarna skulle beskriva ett scenario under lektioner som är ett återkommande problem för elever med ADHD, en annan rörde bedömnings svårigheter kopplat till diagnosen. Under veckan vi planerat hålla intervjuerna fick vi akuta förhinder från två av respondenter. Då gjorde vi ett val att ringa två skolor i samma kommun där en av oss bor och ganska snabbt bokade vi två nya intervjuer med lärare som ville vara med i vår studie. Vi intervjuade tre lärare på zoom och tre lärare på deras arbetsplatser. Dessa intervjuer gjorde vi båda tillsammans under en vecka i oktober 2021.

	L1	L2	L3	L4	L5	L6
Kön	Man	Kvinna	Kvinna	Man	Man	Man
Ålder	36	56	38	34	38	31
Utbildning	KAU	GIH	LHS	GIH	GIH	GIH
Verksamma år	5	32	8	7	8	6
Nuvarande arbete	åk: 1-6	åk: 4-6	åk: 1,4 och 6	F-6	åk:4-8	F-6

5.3 Analys

Vi genomförde intervjuerna tillsammans, där vi båda var aktiva genom att den ena ställde intervjufrågorna och den andra höll reda på tiden samt hjälpte till att gå djupare in på följdfrågorna. De viktigaste områdena vi berörde var lärarnas arbetssätt, ledarskap samt miljö. Sedan transkriberade vi tre intervjuer var och gjorde en tematisk analys tillsammans av texterna. Vi gjorde en fokuserad kodning vilket innebär att vi noggrant läste igenom och strök under samt markerade viktiga meningar och stycken (Hassmén & Hassmén, 2008).

Analysen var tidskrävande, då vi såg till att vi förstått samt tolkat innebörden av intervjuerna. Med högt engagemang skedde en fördjupning i datan genom att läsa den kritiskt flera gånger. Vi antecknade och strök under de som var relevant för våra forskningsfrågor. Dessa identifieringar ledde till områden för djupare diskussioner, vilket senare ledde till sammanhängande och relevanta teman (Smith & Sparkes, 2016). Vi hittade flera kategorier och teman samt valde tre teman som vi uppfattade som mest relevanta för att kunna ge svar på forskningsfrågorna. Dessa berörde områden inom ledarskap, bedömning samt miljö (Fejes & Thornberg, 2016). Dessa teman tittade vi närmare på ur ett lärarperspektiv med utgångspunkt i våra teoretiska ramverk.

5.4 Reliabilitet och validitet

Vi ville att studien skulle ha en hög reliabilitet vilket svarar på hur pass tillförlitlig studien anses vara (Hassmén & Hassmén, 2008). Studien har en hög reliabilitet för vi har läst på kring ADHD samt våra teoretiska ramverk från olika oberoende källor, både i böcker och artiklar samt har gjort ett strategiskt urval av respondenter.

För att få en hög validitet som innebär att vår studie är tillförlitlig och pålitlig gjordes ett antal medvetna val (Hassmén & Hassmén, 2008). Vi skapade relevanta intervjufrågor som skulle ge svar på våra forskningsfrågor och det gjordes en första pilotintervju, för att säkerställa tillförlitligheten (Hassmén & Hassmén, 2008). Intervjuerna utfördes tillsammans, så vi kunde komplettera varandra och se till att ingen missade några frågor, samt jämföra våra upplevelser med varandra.

När materialet transkriberats mailade vi våra respondenter så de fick läsa igenom intervjun och korrigera sina uttalanden samt rätta till eventuella missförstånd. Materialet kodades systematiskt och enskilt för att skapa en egen uppfattning och kunna sortera innehållet. Sedan jämförde vi våra kodningar och gick gemensamt igenom intervjuerna för att diskutera och konstatera våra tolkningar av datan.

5.5 Etiska överväganden

Dessa etiska principer har arbetats efter. Informationskrav vilket skickades ut till de som ville delta med information om studien. Samtyckeskravet som beskriver deltagarnas rättigheter, och ger oss rätt att använda deras information till studien. Respondenterna ombads skriva på detta precis innan intervjuerna började. Konfidentialitetskravet där respondenterna försäkrades om att ingen utomstående får ta del av deras personuppgifter eller känsliga data. Nyttjandekravet där de informerades om att vi inte kommer använda materialet till något annat än studien. Vi hade ett professionellt ödmjukt och gott bemötande gentemot deltagare, kollegor och miljön samt en ansvarsfullt arbetssätt (Vetenskapsrådet, 2002).

6. Resultat

Syftet med studien var att undersöka lärares upplevelser kring inkludering av elever med ADHD i deras idrottsundervisning, utifrån läroplansteorin samt ur ett inkluderande undervisnings perspektiv. I resultatdelen kommer vi att presentera tre teman som besvarar forskningsfrågorna. Dessa ligger till grund för det sex intervjuer vi utfört med lärare från olika kommuner i Stockholm, samtliga respondenter är utbildade idrottslärare och har erfarenheter av att arbeta med elever som har ADHD diagnos.

Temana kommer att beröra följande faktorer: miljöns påverkan på undervisning av god kvalite, det personliga ledarskapet, bedömnings svårigheter vid praktisk och teoretisk undervisning.

6.1 Miljöns påverkan på undervisning av god kvalité

Detta tema handlar om att miljön påverkar lektionerna på olika sätt för både elever och lärare.

Samtliga lärare nämner att miljön kopplat till idrottslektionerna är något som behöver anpassas för att bedriva undervisning utifrån läroplanen, vilket är en stor utmaning i deras arbete. Alla menar att en bristande impuls kontroll hos elever med ADHD många gånger har stor påverkan på gruppdynamiken.

Samtliga lärare upplever ofta inomhusmiljön som distraherande, extra mycket för sina elever med ADHD. Ofta är det en hög ljudvolym, redskap finns lättillgängligt framme, det finns ribbstolar man kan klättra på till exempel. Utomhus är det mycket intryck och stora ytor att röra sig på. Här pratade lärarna om risker som kan uppstå, bland annat då elever kan rymma.

När vi bad deltagarna beskriva de problematiska scenarion som kan uppstå vid en lektion svarade majoriteten att idrottshallen inte är anpassad för elever med ADHD då det är hög volym, inbjudande för lek och spring samt oftast finns det mycket redskap framme.

Det är väldigt roliga grejer framme och ibland är det ju roliga grejer som är framme som bara står, som en tjockmatta som står upp mot en vägg (L6).

Majoriteten av lärarna nämnde att mycket färger på mattor, pinnar, rockringar eller ribbstolar att klättra i kan orsaka distraktioner för deras elever och i synnerhet de med ADHD, vilket leder till en sämre koncentration. En del av lärarna beskrev att elever med ADHD är väldigt impulsstyrda och att elevens intresse styr hur de tillgodoser sig lektionsinnehållet.

Det har man ju redan problem med i det fysiska rummet att finns det någonting som är 1% roligare så går dem dit i stället (L5).

Alltså det som är vanligaste är ju att dem tappar fokus om det är någonting som händer (L3).

En tjockmatta som står upp mot en vägg. Jättekul att bara klättra upp där, dom får ju rätt var det är sådana impulser
(L6)

Dessa lärare menar vidare att en bristande impuls kontroll kan förvärras av en oplanerad miljö, och får då en negativ inverkan på gruppdynamiken.

När vi frågade lärarna om de får någon vidareutbildning i hur de anpassar sin undervisning, så svarade de flesta att de utbildningar man får är egentligen anpassade för klassrummen och inte för idrottshallen. En av lärarna nämnde att det som funkar i ett klassrum, funkar inte i idrottshallen. En annan av lärarna berättade att hen har impuls säkrat salen vid olika aktiviteter, som till exempel hinderbanor eller stationer som kan orsaka köer. Läraren justerar banorna så att vissa elever kan springa förbi just det hindret som det är kö till. På så sätt blir det mindre konflikter eller eventuella skador.

Miljön har inte varit så förlåtande alltid (L6).

Det är många gånger svårt att få till de teoretiska bitarna på ett tillfredsställande vis hävdar majoriteten av lärarna, då idrottshallen inte är anpassad för detta. Hälften av lärarna ger liknande beskrivningar på hur eleverna har svårt att varva ner efter avslutad aktivitet och ställa om för reflektion då de fortfarande befinner sig i en idrottsmiljö.

En lärare hade en idé om att idrottslärarna bör ha en egen teorisal intill idrottshallen. Han tror att det skulle få eleverna att fokusera bättre på de teoretiska momenten.

Två av lärarna berättar båda hur de upplever miljön i en integrerad skola, en skola där idrottshallen inte ligger separat utan i samma byggnad som skolan:

*Själva idrottshallen är integrerad i själva övriga skolan.
Det är ganska smidigt om det händer något (L4).*

I de integrerade skolorna samarbetade lärare och fritidspedagoger vilket lärarna menade skapade en trygg miljö och gemenskap både för dem själva och eleverna:

*Man har alltid med sig någon från fritids till lektionerna,
och då går det inte att bygga en "vi och dem" känsla då måste
det vara en "vi" känsla för att det ska bli bra på lektionerna*
(L1).

Samtliga lärare upplever utomhusmiljön som en stor utmaning i deras arbete då denna miljö innebär stora ytor, mycket intryck och högre risk för oförutsedda händelser. Majoriteten uttrycker känslan av att vara otillräcklig i denna miljö.

Det är alltid den största skräcken, att det händer någonting och dem sticker (L3).

Oavsett vart man är så är det mycket att tänka på menar samtliga lärare. En lärare påpekar särskilt säkerheten i samband med vattenaktiviteter i utomhusmiljö:

Aa men att dem försvinner ifrån gruppen, det är stora ytor, över vatten särskilt då och vi sitter på ansvaret rent säkerhetsmässigt (L5).

Vi konstaterade sammanfattningsvis stor skillnad i inomhusmiljön och utomhusmiljön och olika risker för undervisning i dessa miljöer. Lärarna tycker inte att idrottshallarna är anpassade för elever med ADHD och inte heller till de teoretiska delarna av ämnet idrott och hälsa. Miljön har också en stor påverkan på gruppdynamiken.

6.2 Det personliga ledarskapet

Temat handlar om hur lärarens ledarroll och agerande i olika situationer bidrar till en trygg miljö samt dynamik i gruppen.

6.2.1 En inkluderande exkluderande undervisning

När vi bad lärarna svara på frågan om vad inkludering betydde för dem innebar det för samtliga att alla elever ska kunna vara med på lektionerna oavsett fysiska förutsättningar eller intresse, och alla elever ska kunna tillgodose sig innehållet på deras lektioner.

Några lärare menade att hur inkludering beskrivs i läroplanen inte alltid är realistisk, och i praktiken funkar det inte alltid som i teorin. Vissa elever med ADHD klarar inte av stora grupper, och håller de inte i längden kan detta leda till exkludering av dessa elever istället. L5 berättade hur han flera gånger erfarit att dessa elever halkat efter i kunskapsmässigt och läraren får då lägga mycket tid åt föräldrakontakt med elevens föräldrar för att förklara varför deras barn inte klarar av målen i ämnet. L3 nämner hur hon ibland känner att en inkludering känns onaturlig för situationen.

Självklart ska man inkludera alla men har man barn som kommer och det första dem säger är ”jag vill inte vara med, jag vill inte vara här” Då känns det som att man inkluderar på bekostnad av barnets mående (L3).

Majoriteten av lärarna beskriver också att varierade aktiviteter under ett och samma block upplevs som väldigt uppskattat av eleverna, samt att detta upplägg inte exkluderar någon elev. För att kombinera tävling och lek så har lärarna till exempel ena veckan tävlingsmoment och andra veckan lite lekar för att samtliga ska känna sig inkluderade i undervisningen.

Ett exempel L6 berättade om gällande exkludering som vändes till inkludering var om en flicka som var stum. L6 brukar alltid ropa upp elevernas namn vid samling i början av lektionen. Läraren visste inte hur han skulle förhålla sig till den stumma flickan och han pratade med flickans mamma om detta. Mammans kom med förslag att flickan kunde räcka upp handen istället då hennes namn ropades upp och då flickan började med det istället så följde sedan alla elever i den klassen det exemplet.

Vi har konstaterat att inkludering kan vara svårt att implementera så som läroplanen vill, en tvingad inkludering kan många gånger leda till exkludering.

6.2.2 Relationer betyder allt

Samtliga lärare menar att relationen till eleverna är den viktigaste aspekten för hur deras undervisning kommer fungera. L1 nämnde att vid pedagogisk lunch, när alla sitter och äter tillsammans är en möjlighet att knyta an till eleverna för att skapa ett förtroendekapital.

Sätter man sig bredvid dem, små snackar om deras intresse, att dem har spelat fotbollscup i helgen eller nånting, det där barnet kanske minns det där samtalet på lunchen och känner sig sedd och då kanske den fungerar bättre sen på lektionen. Varje detalj har en påverkan (L1).

Även relationer kollegor emellan är lika viktigt för att skapa en trygghet och god undervisning kvalite menar majoriteten av lärarna.

Kan eleverna se fritidspedagogerna och idrottsläraren skratta tillsammans så skapar det en bra stämning, än att

fritidspedagogen står tryckt mot väggen och idrottsläraren står i salen och så säger dem knappt hej till varandra. Det skapar ju bara dålig stämning direkt och det finns då risk att det blir dåligt på lektionen också (L1).

Relationen till föräldrarna är också viktigt. Samtliga lärare upplever att det gynnar båda parter att ha en öppen dialog med varandra. Det fungerar bra om man som lärare är ödmjuk och ber om hjälp istället för att skuldbelägga föräldrar när deras barn agerat olämpligt under lektionstid. Elever som har ADHD får ganska mycket hem från skolan. Har man då redan har en etablerad relation till elevens föräldrar behöver man inte som lärare oro sig för hur meddelandet ska mottas menar flera lärare, då kan man istället tillsammans hitta nya strategier och lösningar. L5 upplever att elever vars föräldrar som också har adhd, eventuellt kan ha en bättre förståelse kring sitt barns beteende, och bättre kan kommunicera med sitt barn då de själva har personlig erfarenhet av diagnosen.

Jag har inte det svart på vitt men jag misstänker också att dem som har adhd mer ärftligt, att föräldrarna levt med det själva också och kan kommunicera liksom de strategierna i hur dem själva ska lösa det, så det är fostran frågan tillsammans med det (L5).

Trygga relationer mellan elev och lärare samt kollegor är viktiga för det skapar en trygg miljö för samtliga och alla kan känna lust och glädje under lektionerna. Dessa relationer är avgörande för att det ska bli en givande undervisning.

6.2.3 Förlåtande eller fyrkantig

Vi märkte att det fanns olika sätt för lärare att inkludera eleverna. Det skilde sig åt och åsikterna om vad ett inkluderande ledarskap var resulterade i två kategorier, vi benämner som förlåtande eller fyrkantig.

Majoriteten av lärarna hade en förlåtande stil där eleverna fick vara lite friare så länge de inte störde lärarens undervisning eller gruppdynamiken i klassen. De lärare som var mer förlåtande i sitt ledarskap verkar inte vara lika bekymrade över situationen förens de först uppstår. Flera av lärarna nämner även att de anpassar kraven utefter individen och alla elever inte hela tiden måste vara med på allt. Dessa lärare tycker gruppdynamiken är viktigare än att alla elever ska göra lika.

Det är bättre tycker jag om man har en elev med ADHD att nu har det funkade jättebra i 30 minuter, och så märker man att nu börjar det svaja lite, mycket bättre då att bryta där (L4).

De hade samma planering för alla parallellklasser. Två av dessa lärare fick stöd av annan personal och hade med sig fritidspersonal på sina idrottslektioner, de båda uttryckte i intervjuerna att de hade kul på sitt arbete.

Två av lärarna hade en fyrkantigare stil som innebar att de värdesatte en inkludering av eleverna, där samtliga deltog i alla moment. Denna stil kräver ett större engagemang, förberedelse och planering från läraren för att bemöta alla elever i klassen på individuell nivå. Då det sker något oväntat nämner de två lärarna att de tycker det är svårt att veta hur de ska förhålla sig till eleven och gruppen.

Så att där är ett dilemma hela tiden att ”ska jag vara hård mot den här eleven som faktiskt inte kan hantera situationen, som är i fel kontext för sig?” eller ”ska vi släppa på 7-8 andra som inte fattar att den är annorlunda?” (L5).

Dessa lärare uttryckte att om de inte fick till ett inkluderande ledarskap, där gruppdynamiken blev bristfällig kände de sig ansvariga mot resten av gruppen.

Det är inte synd om mig utan jag tycker synd om barnen som förlorar sin undervisning på grund av en person (L3).

Båda dessa lärare kände sig ofta ensamma och tyckte att deras arbete var tidspressat, båda hade påpekat förbättringar till ledningen utan att känna sig hörda.

Vi konstaterade att det fanns två olika stilar av ledarskap på lärarna vi intervjuat. Det blev avgörande för hur de inkluderade elever samt planerade och hanterade sin undervisning.

6.2.4 Resurser och stöd

Resurser i form av hjälp från andra pedagoger och stöd från övrig personal på skolan nämnde majoriteten av lärarna som väldigt viktiga komponenter för att kunna uppnå målen med en inkluderande undervisning.

Två av lärarna som alltid jobbar tillsammans med en annan pedagog nämner fördelarna med att ha denne med i undervisningen. Läraren och extra pedagogen kompletterar varandra och fördelar ansvaret under lektionen så den flyter på smidigt, vilket skapar en trygg miljö. Den extra pedagogen fungerar som hjälp för barnen praktiskt eller om det händer något samtidigt som läraren kan koncentrera sig på helheten i undervisningen.

Majoriteten av lärarna är oftast själva under lektionerna och upplever att tiden inte räcker till för att kunna ge varje individ den hjälp som behövs. Lärarna uttrycker känslan av otillräcklighet, ensamhet och maktlöshet i många situationer som uppstår. Ibland kan detta leda till att de känner sig begränsade i sin undervisning.

*Man behöver liksom förklara och man behöver ta tid,
oftast så känner jag då att jag liksom saknar den tiden att sätta
mig ner och förklara för eleven, och att förklara vad eleven
tänker för andra elever (L6).*

Samtliga lärare i studien menar att beroende på vad de har för resurser och stöd till hjälp för sitt ledarskap, blir undervisningen ett resultat av det.

*Om jag har till exempel tre lektioner på rad med noll
byten emellan, då finns det inte ork för mig att vara lika
pedagogisk på den tredje som jag var på min första (L6).*

I vår studie kunde vi konstatera att lärarna ofta känner sig begränsade och otillräckliga. Många känner en tidspress då de inte ges de resurser under lektionerna som de behöver för att anpassa sina lektioner till att bedriva en inkluderande undervisning.

6.3 Bedömnings svårigheter

Detta tema handlar om det som upplevs vara svårt att kunna bedöma utifrån läroplanen.

Samtliga lärare nämner att deras elever som diagnostiserats med ADHD till följd av sin diagnos upplever olika typer av svårigheter på idrottslektionerna. Vissa elever kan bli utåtagerande och våldsamma medan andra istället sluter sig och vill bli lämnade ifred. Lärarna ger alla en samstämmig bild om de svårigheter

som uppkommer till följd av diagnosen när de gäller att ge en bedömning i både praktiska samt teoretiska uppgifter.

6.3.1 Synliga och osynliga elever

Samtliga lärare beskriver elever i sina klasser med ADHD-diagnos på liknande vis. Vi kategoriserade dessa som synliga elever vilka är de som tar extra mycket plats samt energi från gruppen och läraren samt kan bli utåtagerande. De osynliga eleverna är de som lärarna istället menar blir slutna vid obekväma situationer.

Många av lärarna beskriver att de har extra koll på de synliga eleverna i klassen. De vet och ser på eleven när något är på gång att hända. De beskriver att de då har strategier som att be eleven sitta och vila en stund, ta en drickspaus eller gå iväg för sig själv en stund för att förekomma en eventuell situation. Samtliga lärare nämner att då en situation uppstår agerar de tydligt, kort och koncist, för att deeskalera situationen.

Så att man inte tvingar dom till att ha långa diskussioner eller förklara sig när dom är i affekt. För det spinner bara ännu mer (L2).

Tre lärare upplever att de synliga eleverna oftare hamnar i konflikt med sina klasskamrater om man jämför med de osynliga eleverna. De tre lärarna hade alla någon gång fått bära ut elever ur idrottshallen då situationen riskerade andra elevers säkerhet.

Jag var tvungen att bära ut det här barnet på grund av att hen skulle ta till ett tillhygge och börja svinga härinne, och då är det risk för att vi har 10 barn som har utslagna tänder (L1).

Hälften av lärarna beskriver att de osynliga eleverna gärna skyller på sig själva istället för klasskompisarna då de ställs inför en uppgift de inte klarar av. Flera lärare menar att dessa elever lätt kan hamna i skymundan, om man som lärare är ouppmärksam. Det finns en problematik i att läraren alldeles för sent på en lektion eller för sent in i en terminen förstår att dessa elever inte tillgodosett sig kunskaperna som förväntas av dem.

Visst dom här som är osynliga, dem är ju lättare att hantera men det är också svårare för oss att se liksom, man märker av det lite sent att dem inte har förstått någonting (L5).

Flera lärare beskriver att det är svårt med deras osynliga elever som inte gillar uppmärksamhet från läraren:

När hon tror att jag inte tittar, då ser jag hur hon rör sig och rör sig i takt till musiken och allting men så fort hon ser att "nu tittar hon" och så stannar hon så här (L3).

Majoriteten av lärarna beskriver att de osynliga eleverna är lätta att hantera med svårare att motivera.

Jag har en elev nu som blir mer liksom tvär. Det är mer liksom den här tjuriga stilen. Och den eleven blir inte arg på kompisar på samma sätt (L4).

De synliga eleverna hamnar oftare i konflikt med sina klasskamrater medan de osynliga eleverna många gånger sluter sig och inte vill delta i lektionsinnehållet om de känner sig obekväma.

6.3.2 Socialt samspel och interaktion

Alla lärare nämner att både de synliga och osynliga eleverna som nämns ovan har svårt för det sociala samspelet. De ger alla en och samma bild där samarbetsövningar som tex. lagspel är bekymmersamt. De synliga eleverna kan bli egocentriska och själv vilja ha bollen hela tiden, medan de osynliga kan sätta sig på en bänk bredvid planen och strunta i att delta. Något som är märkbart bland osynliga elever som är tjejer, är att de inte vågar ta för sig lika mycket som killarna, utan gömmer sig i mängden. De hämmar sig själva och verkar inte använda hela sin fysiska kapacitet tycker hälften av lärarna kunna sig se.

Aktiviteter på lektionerna som fungerar extra bra menar samtliga lärare är stationer då eleverna jobbar i mindre grupper. Alla kan då i egen takt fokusera på sin uppgift och det går inte att fuska.

Jag kanske har två teman, stödja och rotation, då har jag två-tre stationer, så att det funkar super superbra, när man har den typen av aktiviteter (L2)

Stationer och sånt där när dom vet liksom det här händer äh, sen ska jag gå dit och då ska jag göra det här, det fungerar bra (L4)

Det måste liksom vara uppstyrt väldigt tydligt och det som funkar allra bäst tycker jag det är stationer. När man kör stationer och man förklarar vad dom ska öva på och man delar in i mindre grupper då jobbar det bra (L6)

En av lärarna har lämnat förslag till sin skolledning med önskan om att få tid att bedriva undervisning i mindre grupper endast för elever med ADHD, och endast 30 minuter långa pass. En annan av lärarna upplever att de flest av hans elever med ADHD gillar tävlingsmomenten på idrottslektionerna, läraren själv gillar tävlingsidrott och är gammal tennisspelare samt tränare. Flera lärare nämner att de gjort om reglerna för att tvinga fram ett samarbete i de idrotter som deras elever spelar under lektionstid för att kunna få ett rättvisare spel och chans att bedöma alla elever.

För att kunna nå en inkluderande undervisning i hela klasser kom vi fram till att små grupper är att föredra. Lagspel och lekar med innehållande samarbete i stora grupper är en av de stora utmaningarna och modifieras ofta. Strukturerat upplägg med tydliga instruktioner är nödvändigt.

6.3.3 Teoretiska bedömning svårigheter

Samtliga lärare beskriver svårigheter för elever med ADHD kopplat till de teoretiska delarna med liknande historier. Saknar eleverna dessutom intresse för uppgiften eller ämnet menar fler av lärarna att det blir extra utmanande att inkludera dessa elever.

Jag är klar! Kan de säga och har bara skrivit tre meningar, medan mina A elever kan skriva två sidor liksom (L5).

L6 menar att ADHD eleverna nästan är diskriminerade då de inte har samma grundförutsättningar som elever utan diagnosen men ändå förväntas kunna bevisa sig ha samma kunskaper som sina klasskamrater.

Våra läroplaner är inte anpassade för barn med ADHD och autism, dom är direkt diskriminerande skulle jag säga nästan (L6).

Några av lärarna nämner att de inte tycker läroplanen tar hänsyn till elever med ADHD.

Det är väldigt svårt att vara lärare i en sån situation för du är fast i ett system att du ska bedöma enligt en viss mall och sen så ska du ha i åtanke att vissa har ju nedsatt förmåga att analysera och reflektera (L6).

Bedömningar kan vara problematiska då elever med ADHD kan sakna förmågor som krävs för att bedöma vissa delar i kunskapskraven och läroplanen tar inte hänsyn till elevernas varierande förmågor. Samtliga lärare beskriver att det får hjälp av sina kollegor för att hitta lösningar vid dessa situationer.

7. Diskussion

Syftet med vår studie var att undersöka lärares upplevelser kring inkluderingen av elever med diagnosen ADHD och hur de anpassar sin idrottsundervisning kopplat till vad som står i läroplanen. I diskussionsdelen diskuterar vi enligt de tre temana vi har kommit fram till i resultatet, som vi kopplar till tidigare forskning, läroplansteorin och ett inkluderande undervisningsperspektiv.

7.1 Miljöns påverkan på undervisning av god kvalitet

Vi märkte något som var väldigt viktig för en trygg undervisning och som påverkar gruppdynamiken vilket var miljön. Respondenterna berättar alla att en stökig miljö orsakar distraktioner framför allt hos elever med ADHD. Som Teeter (2004) nämner har dessa elever koncentrationssvårigheter och nedsatt impuls kontroll, vilket samtliga av respondenterna också uppgav och majoriteten beskrev att beteendena kunde eskalera om miljön inte är strukturerad. Lärarna anpassar därför miljön på så sätt att de tog hänsyn till elever som har sämre impuls kontroll. De arbetar förebyggande genom att förekomma situationer som lätt leder till konflikter, till exempel att undvika köbildning vid stationer. Eleverna kan springa förbi sina klasskamrater utan risk för bråk eller fusk. De tar bort onödiga föremål som inte behöver vara framme i salen och upplevs som roliga. Samtliga av lärarna upplevde att moment som inte kräver samarbete med andra på lektionerna passar bättre för elever med ADHD, vilket stämmer överens med vad Kadesjö (2002) menar, att denna strategi funkar bra på denna elevgrupp då eleverna inte behöver fokusera på klasskamraterna utan bara på sin egen uppgift.

7.2 Det personliga ledarskapet och den inkluderande undervisningen

Vi fann att lärarna hade olika ledarskapsstilar vilket blev avgörande för hur de inkluderade alla elever och ledde gruppen vilket hade stor påverkan på undervisningen och gruppdynamiken. Detta stämmer överens med hur Iglum Rønhovde (2006) resonerar kring lärarens erfarenhet och kunskaper att kunna analysera situationer och anpassa aktiviteter utefter personer i olika grupper. Författaren menar också att gränsdragning som lärare är viktigt för att vara förberedd och veta hur man ska hantera situationer som kan uppstå vilket samtliga respondenter också uttrycker i sina intervjuer.

Vi kunde också se ett samband till Thoren, Quennerstedt & Maivorsdotter (2020) som beskriver hur viktigt det är att läraren är tydlig i sitt kroppsspråk och verbalt, samt har ett strukturerat upplägg på sina lektioner. Även Kadesjö (2002) beskriver detta som nödvändigt då det hjälper elever att kunna sortera intryck och samspela med sina klasskamrater. Elever med ADHD behöver regelbunden fysisk aktivitet, och strukturerat upplägg, och tidigare forskning visar positiva effekter som förbättrat beteende med jämnare humör och färre aggressionsutbrott (Verret, Guay, et al.,2010). Två av respondenterna uttryckte att elever med ADHD deltar i större utsträckning om lektionen intresserar dem. Om man ger dessa elever ett specifikt uppdrag under lektionerna i syfte att öka dennes fysiska aktivitet, kan på lång sikt förbättra gruppdynamiken i klassen och det skapar en tryggare undervisning. Detta överensstämmer med vad Kadesjö (2002) beskriver, dessa elever fungerar bäst i en strukturerad miljö.

Genom att skapa en god relation till både elever och kollegor menar författarna på att dynamiken i gruppen blir balanserad vilket leder till en trygg studiemiljö som gynnar både elever och lärare. Samtliga lärare poängterade relationerna till sina elever som ytters betydelsefull för en lyckad gruppdynamik och undervisning. Gruppdynamiken blir positivare även lärare emellan menar de respondenterna vi pratade med som upplevde att det har ett gott samarbete med fritidspersonalen och det stämmer med vad Iglum Rønhovde (2006) beskriver i ett pedagogiskt ledarskap med välplanerade strategier som fungerar i ett långt perspektiv och genom hela verksamheten.

En gruppdynamik då man arbetar inkluderande har dock både fördelar och nackdelar menar både Nilholm (2007) och Fors (2004). Vi märkte under intervjuerna att alla respondenterna delade samma uppfattning som tidigare forskning säger, nämligen att försöka inkludera alla elever i olika moment kan ibland exkludera vissa av dem, till exempel som när man sätter in de elever som har svårigheter med vissa moment, i mindre grupper och de tas bort från sin ordinarie klass vilket Kadesjö (2002) beskriver. Författaren menar att eleven känner sig illa till mods vid dessa tillfällen, då de inte kan sitta med sina klasskamrater som majoriteten av gruppen gör.

Även om forskningen ovan menar att detta kan upplevas exkluderande att isolera några elever från gruppen vill flera av våra respondenter ha möjlighet att kunna undervisa enligt den metoden. De vill kunna dela in elever som behöver extra hjälp i egna grupper. De vill ha kortare lektioner med färre individer och koncentration på de svårigheter elever med ADHD har, då de känner att de inte alltid kan vara den typ av ledare de vill för så många elever i helklass. Detta stämmer överens med vad Teeter (2006) menar, elever med behov av extra stöd som får hjälp i mindre grupper med sina specifika svårigheter höjer sina studieresultat.

7.3 Bedömnings svårigheter vid praktisk och teoretisk undervisning enligt läroplansteori

Om elever inte omfattas av normen vill lärare kunna ge eleven extra stöd, för att på så vis kunna tillgodose de elever de inte når som befinner sig utanför den norm läroplanen är skriven för.

Teeter (2004) menar på att extra stöd exkluderar vissa elever för man bryter ut elever från normen. Några av våra respondenter menar på att de vill kunna göra så, och vi uppfattade att de läser läroplanen på det vis att det blir nödvändigt. De verkade anse detta som nödvändigt för att i längden kunna bedöma alla elever rättvist. Iglum Rønhovde (2006) tar upp skolans syn på normen och menar på att detta är en ganska statisk syn.

Hur undervisar man enligt en modell som passar många men inte alla, där man förväntas inkludera samtliga? Vi kan efter vår studie förstå att många lärare brottas med frågor som denna i sin yrkesroll. Vi anser att hur lärare lyckas med anpassningar utefter läroplanen beror på hur dem läser texterna. Som Linde (2006) menar kan läroplanerna läsas på många olika vis. Vi upptäckte att de lärare med en fyrkantigare ledarstil verkade tolka läroplanen väldigt bokstavligt och vi upplever att dessa lärare verkade dela uppfattningen om Iglum Rønhovde (2006) beskriver då hon menar att normen som läroplanen vänder sig till är snäv. Ju snävare gränsen är desto mer problem får du som lärare vilket våra respondenter fått erfara, de hade svårare att konkretisera det som står i kursplanerna. Vi uppfattade att lärarna med en förlåtande ledarstil verkade läsa mer övergripligt och tolkade lite friare.

Tanken med kunskapskraven är att underlätta en kategorisering av elevernas förmågor och kunskap, men vi förstår också att detta är svårt för lärarna som många gånger uttrycker att dessa är svårtolkade. I kunskapskraven för årskurs sex står det att eleven ska kunna föra resonemang kring hur den fysiska förmågan vid aktiviteter påverkar hälsan (Skolverket, 2011). Att resonera, kunna reflektera och analysera menar Fors (2004) att eleverna med ADHD kan ha svårt för, vilket även lärarna instämmer i, allra helst

när de ska betygsätta och bedöma dessa elever. Många av lärarna ansåg att läroplanen inte tar hänsyn till elevers variationer och här ser vi ett tydligt behov av en uppdatering av kunskapskraven som tillgodoser elever som missgynnas med nuvarande läroplaner.

7.4 Metoddiskussion

Vår strävan var att ta reda på lärarnas upplevelser och uppfattningar genom att besvara våra två forskningsfrågor. Därför valde vi en kvalitativ metod då detta passar om man vill undersöka upplevelser eller uppfattningar personer har. Med detta genomförande och val av metod så vi fick relevanta svar på våra forskningsfrågor. Vi hade planerat in intervjuer under två veckors tid, men på grund av sena avbokningar fick vi planera om schemat, vilket resulterade i att vi höll samtliga intervjuer på en och samma vecka. Detta var inte optimalt då det gav oss lite tid att reflektera mellan varje intervju. Dock valde vi att arbeta på och hålla sex intervjuer vilket gav oss mycket empiriskt material till vår studie. Eventuellt hade vi kanske gjort om några frågor om vi hade haft mer tid mellan intervjuerna, men då vi inte hade den tiden plockade vi istället bort vissa frågor efter vår pilotintervju.

Skulle vi istället ha gjort en kvantitativ studie hade vi haft ett större antal respondenter i vårt urval och hade inte kunnat kontrollera om respondenterna förstått våra frågor. Vi hade förmodligen inte fått samma djupgående svar eller själva kunnat ställa de följdfrågor vi gjort nu (Hassmén & Hassmén, 2008). En kvantitativ studie hade förmodligen givit oss ett annat resultat från en större population då det skulle funnits fasta svarsalternativ på enkäten. Om svarsalternativen inte stämmer överens med vad respondenterna tycker finns det en risk att validiteten på studien hade varit lägre jämfört med vår kvalitativa studie, då respondenten själv fått uttrycka sig.

7.5 Fortsatt forskning

Det finns mycket forskning om ADHD, och om ADHD i skolmiljö i teoretiska ämnen. Det saknas forskning specifikt hur miljön i idrottshall påverkar elever med denna problematik. Vi tycker det här ämnet och problemområdet behöver utforskas mer.

Vi anser att det finns fler perspektiv och teoretiska utgångspunkter (tex. sociokulturellt och genus) att utgå ifrån då man undersöker samma problemområde. Till exempel forskning om hur elever med ADHD betygsätts i idrott och hälsa samt hur elever med ADHD upplever ämnet. Hur dessa upplevelser skiljer sig i riket vore intressant att forska vidare på.

I fortsättningen skulle kvantitativa undersökningar kunna göras, ur ett elevperspektiv med en sociokulturellt utgångspunkt för att kunna ge svar på frågor om hur elever med ADHD uppfattar ämnet idrott och hälsa, samt hur de själva upplever inkludering under idrottslektionerna i skolan. En annan intressant studie skulle kunna undersöka skillnader på hur manliga och kvinnliga lärare undervisar inkluderande i idrott och hälsa ur ett genusperspektiv.

Källförteckning

Teeter, P. (2004). *Behandling av AD/HD: ett utvecklingspsykologiskt perspektiv*. Lund: Studentlitteratur

Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet 2011. Stockholm: Skolverket

Kadesjö, B.(2002). *Barn med koncentrationssvårigheter* (2 uppl.). Stockholm: Liber

Danielsson, O./Karolinska institutet. (10 november 2021) *ADHD – diagnos som väcker känslor*.
<https://ki.se/forskning/adhd-diagnos-som-vacker-kanslor>

Gillberg, C. (1996). *Ett barn i varje klass: om DAMP/MBD och ADHD*. (2 uppl.). Stockholm: Cura

Nilholm, C. (2007). *Perspektiv på specialpedagogik* (2 uppl.). Lund: Studentlitteratur

Fors, E. (red. 2004). *Passa mig! – inkluderad idrottsundervisning*. Stockholm: SISU Idrottsböcker

Thoren, A. Quennerstedt, M. Maivorsdotter, N. (2020): What physical education becomes when pupils with neurodevelopmental disorders are integrated: a transactional understanding, *Physical Education and Sport Pedagogy*. DOI: 10.1080/17408989.2020.1834525

Iglum Rønhovde, L. (2006). *Om de bara kunde skärpa sig! - Barn och ungdomar med ADHD och Tourettes syndrom*. (2 uppl.). Lund: Studentlitteratur

Linde, G. (2006). *Det ska ni veta! - en introduktion till läroplansteori*. (2 uppl.). Lund: Studentlitteratur

Hassmèn, N, Hassmèn, P. (2008). *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Smith, B, Sparkes, A. (2016) *Routledge Handbook of qualitative research in sport and exercise*. Routledge: London and New York

Fejes, A. & Thornberg, R. (2016). *Handbok i kvalitativ analys* (2 uppl.). Stockholm: Liber.

Vetenskapsrådet. (8 januari 2021) *CODEX*. <http://codex.vr.se/forskningsetik.shtml>

Danielsson, O./Karolinska institutet. (10 november 2021) *ADHD – diagnos som väcker känslor*. <https://ki.se/forskning/adhd-diagnos-som-vacker-kanslor>

Vetenskapsrådet (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet, 17 s.

Verret, C. Guay, M.C. Berthiaume, C. Gardiner, P. Béliveau, L. (2010). *A physical activity program improves behavior and cognitive functions in children with ADHD: an exploratory study*. DOI:[10.1177/1087054710379735](https://doi.org/10.1177/1087054710379735)

Bilaga 1 - Informationskrav

Information till forskningspersoner

Vi undrar om du vill delta i ett forskningsprojekt gällande ADHD och undervisning i idrott och hälsa. I det här dokumentet får du information om projektet och om vad det innebär att delta.

Vad är det för ett projekt och varför vill ni att jag ska delta?

Vi är två studenter som går på Gymnastik och Idrottshögskolan i Stockholm och vi gör nu vårt examensarbete. Syftet med vårt arbete är att undersöka lärares upplevelser kring inkluderingen av elever med ADHD diagnoser i idrottsundervisning i årskurs 6, kopplat till vad som står i läroplanen. Vi söker dig som arbetar med åk 6 och har erfarenhet av elever med ADHD. Forskningshuvudman för projektet är Elin Norberg Wall och Isabelle Ström.

Hur går projektet till?

Deltagandet innebär en bandad intervju ca 30-40 minuter som vi kommer använda oss av i vår studie.

Vad händer med mina uppgifter?

I projektet samlas data in genom intervjuer som avkodas och förvaras på ett säkert sätt samt behandlas så att inte obehöriga kan ta del av dem. Informationen kan ej härledas till din medverkan, och inspelad intervju raderas efter studien är färdigställd.

Ansvarig för dina personuppgifter är Elin Norberg Wall och Isabelle Ström. Enligt EU:s dataskyddsförordning har du rätt att kostnadsfritt få ta del av de uppgifter om dig som hanteras i projektet, och vid behov få eventuella fel rättade. Du kan också begära att uppgifter om dig raderas samt att behandlingen av dina personuppgifter begränsas. Rätten till radering och till begränsning av behandling av personuppgifter gäller dock inte när uppgifterna är nödvändiga för den aktuella forskningen. Om du vill ta del av uppgifterna ska du kontakta: Elin Norberg Wall IH2A elin.norberg-wall@student.gih.se eller Isabelle Ström IH2A isabelle.strom@student.gih.se

Hur får jag information om resultatet av projektet?

Vid avslut av denna studie får ni gärna ta del av våra resultat, dessa mailas ut på begäran.

Deltagandet är frivilligt

Ditt deltagande är frivilligt och du kan när som helst välja att avbryta deltagandet. Om du väljer att inte delta eller vill avbryta ditt deltagande behöver du inte uppge varför. Om du vill avbryta ditt deltagande ska du kontakta den ansvarige för projektet (se nedan).

Ansvariga för projektet

Ansvarig för projektet är:

Elin Norberg Wall IH2A, 070-4929263 elin.norberg-wall@student.gih.se

Isabelle Ström IH2A 070-4472227 isabelle.strom@student.gih.se

Daniel Roe, Handledare 08-12053749 daniel.roe@gih.se

Bilaga 2 - Samtyckesblankett

Samtycke till att delta i projektet

Jag har fått muntlig och/eller skriftlig information om studien och har haft möjlighet att ställa frågor. Jag får behålla den skriftliga informationen.

Jag samtycker till att delta i projektet: Inkluderande undervisning enligt läroplanen i idrott och hälsa, för elever med ADHD?

Plats och datum	Underskrift
	Namnförtydligande

Bilaga 3 - Intervjufrågor

- Berätta lite om dig själv! Vem är du? Hur gammal är du? Barn? Vad har du för intressen? var bor du?
- Vad har du för utbildning? Berätta gärna om den, vad var bra/dåligt med din utbildning?
- Beskriv dina tidigare erfarenheter, (vad har du jobbat med tidigare, hur länge har du jobbat som idrottslärare?)
- Har du någon tidigare erfarenheter av barn med diagnoser? Beskriv dem isåfall.
- Hur många är ni som undervisar på dina lektioner i dina åk. 6? Lärarassistent?
- Kan du berätta om samarbetet med föräldrarna?
- Vilka är de största utmaningarna med ADHD elever?
- Beskriv de problematiska scenarion på dina lektioner som kan hända för elever som har ADHD?
- Berätta vad inkludering innebär för dig?
- Under vilka situationer upplevs inkluderingen funka bra/mindre bra/inte alls?
- När det funkar mindre bra, hur hanterar du det då?
- Upplever du att du får tillräckligt med verktyg och kunskap för att bedriva undervisning utifrån läroplanen? Samtalar du med kollegor kring detta?
- Hur upplever du läroplanen, kursplaner, kunskapskrav? Utmaningar?

Bilaga 4 - Litteratursökning

Syfte och frågeställningar

Syftet med studien var att undersöka lärares upplevelser kring inkluderingen av elever med ADHD diagnoser i idrottsundervisning i årskurs 6, kopplat till det som står i läroplanen. Våra forskningsfrågor var:

Hur anpassar lärare sin undervisning utifrån läroplanen?

På vilka sätt arbetar lärare inkluderande med elever som har ADHD?

Vilka sökord har du använt?

Ämnesord och synonymer svenska	Ämnesord och synonymer engelska
Lärare, elever, läroplan, ADHD, skola, sport, inkludering prosess, exkluderings process, skolbarn, elever, hyperaktivitet syndrom, fysisk aktivitet, omfatta, inkludera, innehåll, innefatta, inbegripa, bestå av.	Teacher, ADHD, school, sport, inclusion, school children, students, hyperactivity syndrome, inclusive, contain, include, curriculum. Neurodevelopmental disorders, physical education, inclusion processes, exclusion processes, school sport inclusion. physical activity.

Var och hur har du sökt?

Databaser och andra källor	Sökkombinationer
GIH:s bibliotekskatalog, ERIC, Discovery,	adhd, teacher, school, sport, inclusion. Article type: Peer review. Full text. adhd, school children, students, sport, hyperactivity syndrome, inclusive, contain, include, curriculum, physical activity.

Kommentarer

Det mesta har vi hittat på GIH:s bibliotek och lite i databasen.