



**Students' perception of how physical education
teachers work with motivation in the subject
sports & health.**

- An interview study at advanced level

André Lopez & Anton Mårtensson

SWEDISH SCHOOL OF SPORTS & SCIENCE
Master Degree Project 89:2021
Subject teacher education
Supervisor: Sigmund Loland
Examiner: Daniel Roe

Abstract

This study is based on the question *how do high school students experience that the teachers in sports and health work with motivation in their teaching?*

Purpose

The purpose of this study is to investigate how students who are in their final year of high school experience how their teachers work with motivation during their lessons in everyday school activities. To answer the question, the following sub-questions were used; What motivates students in the subject of sports and health? Do the students believe that it is possible to motivate all students in school? Do the students believe that it's a deliberate and well planned or less systematic work with motivation from the teachers? Do students experience sports and health as motivating?

Method

The study is of a qualitative approach. Six high school students were interviewed where they had to answer several questions concerning motivation. The study then used a content analysis in the processing of the collected data. The results from this interview study are then presented with the help of various quotes from the interviews. The study discusses and problematizes the results and answers.

These are then compared with existing research. We are aware that the study cannot be seen as a basis for a generalization because it analyses only six students' personal experience and answers. Similar studies at other schools or regions can give different results when people experience motivation in different ways.

Conclusion

The conclusion was thus that the students' experience of motivation differs very much based on which teacher the respondents had. According to some of the students there were some teachers that made conscious choices to structure the lesson and its content to build a motivating environment while other teachers placed more emphasis on other factors when structuring their lessons, such as more focus on the knowledge requirements according to the respondents.

What was common to the teachers who succeeded in creating a motivating environment was the following: the teachers give the students choice and freedom to influence the content,

show commitment and energy for the teaching, the lesson content is experienced meaningfully for the future, lessons where you can collaborate in groups contributed to increased motivation among the students and finally where the teacher works to try to see all students.



**Elevens uppfattning om hur idrottslärare
jobbar med motivation inom ämnet idrott &
hälsa.**

- En intervjustudie på avancerad nivå

André Lopez & Anton Mårtensson

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN
Självständigt arbete Avancerad-nivå 89:2021
Ämneslärarutbildningen
Handledare: Sigmund Loland
Examinator: Daniel Roe

Sammanfattning

Denna studie utgår från frågeställningen *hur upplever gymnasieelever att lärarna i idrott och hälsa arbetar med motivation i sin undervisning?*

Syfte

Studiens syfte är undersöka hur elever som går sista året på gymnasiet upplever att deras lärare arbetar med motivation under lektionerna i den vardagliga skolverksamheten. För att besvara frågeställningen användes följande underfrågor; Vad motiverar eleverna i ämnet idrott och hälsa? Tror eleverna själva att det går att motivera alla elever i skolan? Tror eleverna att det är ett medvetet eller omedvetet arbete med motivation från lärarna? Upplever eleverna ämnet idrott och hälsa som motiverande?

Metod

Studien är av en kvalitativ ansats. Sex elever i gymnasieåldern blev intervjuade där de fick besvara ett antal frågor som berör motivation. Studien användes sedan en innehållsanalys vid bearbetningen av den insamlade datan. Resultatet från denna intervjustudie presenteras sedan med hjälp av olika citat från intervjuerna.

I studien diskuteras samt problematiseras resultatet samt svaren i diskussionen i relation till tidigare forskning och den teoretiska utgångspunkten self determination theory. Vi är medvetna om att studien inte kan ses som ett underlag för en generalisering eftersom det var dessa sex elevers personliga upplevelse och svar som blev analyserade. Liknande studier på andra skolor eller regioner kan ge andra resultat då personer upplever motivation på olika sätt.

Slutsats

Slutsatsen blev således att elevernas upplevelse av motivation skiljer sig väldigt mycket åt utifrån vilken lärare respondenterna hade haft. Enligt några av de tillfrågade eleverna trodde de att några lärare gjorde medvetna val för att strukturera lektionen och dess innehåll för att bygga en motiverande miljö medan andra lärare lade mer vikt på andra faktorer när de strukturerade sina lektioner, exempelvis mer fokus på kunskapskraven enligt respondenterna. Det som var en gemensamt för de lärare som lyckades skapa en motiverande miljö var följande; lärarna ger eleverna valmöjligheter- och frihet till att få påverka innehållet, visar engagemang och energi för undervisningen, lektionsinnehållet upplevs meningsfullt för framtiden, lektioner där man får samarbeta i grupp bidrog till ökad motivation hos eleverna och slutligen där läraren arbetar med att försöka se alla elever.

Innehållsförteckning

1. Problemområdet	1
2. Existerande forskning.....	2
2.1 Forskningsläget i Sverige	3
2.3 Forskningsläget internationellt	4
3. Motivation	7
3.1 Motivationsteori: Self Determination Theory	7
4. Syfte och frågeställningar.....	8
4.1 Syfte	8
4.2 Frågeställning	9
5. Metod och Analys	9
5.1 Design.....	9
5.2 Urval.....	10
5.3 Analys och databearbetning	10
5.4 Pålitligheten och trovärdighet	11
6. Etiska överväganden	12
7. Personuppgiftsbehandlingsbehandlingar	13
8. Resultat.....	13
8.1 Hur upplever gymnasieelever att lärarna i idrott och hälsa arbetar med motivation i sin undervisning?	14
8.2 Vad motiverar eleverna i ämnet idrott och hälsa?.....	14
8.3 Tror eleverna själva att det går och motivera alla elever?.....	16
8.4 Tror eleverna att det är ett medvetet eller omedvetet arbete med motivation från lärarna?	17
8.5 Upplever eleverna idrott och hälsa som motiverande och meningsfullt?	18
9. Diskussion	19
9.1 Slutsats	22
9.2 Metoddiskussion.....	23
9.3 För framtida forskning	24
Käll- och litteraturförteckning.....	25
Litteratursökning	27

1. Problemområdet

I läroplanen som kom år 2011 går det att läsa att lärarna i skolan ska ta hänsyn till varje enskild individs behov, erfarenheter, förutsättningar och tänkande. Många har någon gång kanske upplevt att en skoluppgift eller lektion har känts mer eller mindre motiverande. Vad blir innebörden av motivation i denna kontext, vad är det som gör att hen känner sig mer motiverad till att gå på en specifik lektion eller att göra en uppgift? Denna studie ämnar till att försöka undersöka elevers upplevelser av hur lärarna arbetar med motivation i den vardagliga skolverksamheten.

Larsson (2016) lyfter upp att ämnet idrott och hälsa ska vara en arena för att stimulera elever till fysisk rörelse och vara meningsfullt för de elever som vanligtvis inte deltar i den vardagliga föreningsidrotten. Larsson menar på att idrott och hälsa är ett ämne som berör och väcker diskussion, antingen anses man vara positivt inställd- eller så är man negativt inställd till ämnet. Anledningen till att ämnet berör och kan ses som en vattendelare menar Larsson beror på om individen tidigare varit verksam eller är verksam i en idrottsförening (Larsson, 2016).

I Larsson (2014) tar han upp att som lärare gör man hela tiden didaktiska val utifrån olika samhällsfaktorer i den tid man lever i och dessa val påverkar elevernas lärande och det sociala samspelet med andra, både till lärare och andra elever. Dessa val menar Larsson sker i synnerhet i ämnet idrott och hälsa. Vidare menar Larsson på att människan i grund och botten är en social varelse som utvecklar sitt tänkande och handlande i samspel och i interaktion med andra människor.

Hur sker då den dagliga verksamheten och hur arbetar lärarna med att nå ut till alla elever. I denna studie lyfter författarna frågan och vill undersöka ur ett elevperspektiv hur elever i svenska gymnasieskolan upplever hur dagens lärare arbetar med motivation.

Motivation har under åren varierat från att diskuteras i bakgrunden till att bli allt mer centralt i skolan. Ibland ställer man sig frågan varför vissa elever lär sig mer och fortare medan andra elever kämpar med att förstå. I dagens skola menar man på att motivationen har en viktig funktion för elevers lärande, fysiska välmående och prestation. Inom området motivation lyfter man upp både inter- och extern motivation och dess påverkan på individen. Det har

tidigare diskuterats om det ena, det andra eller en kombination av dessa skulle vara det bästa för elevens lärande. (Taylor et al., 2014).

Studien ska ses i relation till författarnas tidigare arbete (Lopez & Mårtensson, 2018) som undersökte ur ett lärarperspektiv hur lärarna jobbar med motivation i skolan. Nu kommer denna uppsats att fördjupa sig i en av delarna som lyftes fram som ett av områdena för vidare forskning. I författarnas tidigare studie presenteras två olika sätt att se på hur arbetet med motivation går till utifrån de intervjuade lärarnas arbetssätt och genom den tidigare studien kom vi fram till detta;

“När vi ställde svaren mot tidigare forskning så blir det svårt att bortse från att de två lärarna kanske inte är helt objektiva. Den röda tråden som framkom av den undersökningen vi gjort samt mot den forskning som tidigare gjorts är att man måste kunna arbeta genom ett individanpassat sätt och situationsanpassat arbetssätt för att kunna nå ut och motivera sina elever. Detta stärktes också med tidigare forsknings. Ett annat sätt man såg som bidrog till att motivera eleverna var hur man framställde aktiviteten som skulle genomföras. Det båda lärarna beskrev också är att vara närvarande som lärare är otroligt viktigt, att se individen men att man måste hitta sitt sätt att skapa motiverande miljöer för lektionerna” (Lopez & Mårtensson, 2018)

2. Existerande forskning

Motivation är som tidigare lyfts ett område som kan skapa diskussion och debatt. Söker man efter tidigare forskning som gjorts inom området går det att finna en hel del. Det är en omöjlighet att sammanfatta all den tidigare forskning som gjorts i ett enda underlag. Eftersom denna studie ska undersöka *hur eleverna uppfattar hur lärarna arbetar med motivation i dagens gymnasieskolor* har vi därför valt ut några studier som vi menar är relevanta att ta med som underlag för denna studie. Kriterierna som legat som grund i letade av tidigare studier som gjorts har varit om studierna gjorts på elever, lärare, gärna använt intervjuer som undersökningsmetod och utgått från *Self determination theory (SDT)* eller på svenska också kallad *självbestämmandeteorin*. Teorin är en ofta förekommande inom forskning som gjorts kring motivation. Kort förklarar kan man säga att teorins huvuduppgift är att försöka koordinera och reglera information från inre- och yttre miljöer.

Definitionen av innebörden om motivation kommer således med förankring i vår teoretiska utgångspunkt *self determination theory* (Ryan & Deci, 2019) definieras som; ”*en drivkraft som driver en handling eller handlingar genom antingen externa- eller interna regleringar.*”

2.1 Forskningsläget i Sverige

Larsson (2014) ställer sig frågan *vad är det som gör att så många barn och unga upplever att idrotta meningsfullt?* Larsson menar på att ställer man den frågan till barn och unga får man oftast svaret att det är ”*kul*” men inget djupare svar än så. Här menar Larsson på att det finns en problematik och svårighet för den tillfrågade att kunna formulera något mer specifikt samt nyanserat svar. I diskussionen lyfter Larsson upp två olika värden med idrotten. Idrottens *egenvärde* respektive idrottens *investeringsvärde*. Där menar han att betydelsen av *egenvärdet* innebär att idrotten är tillräckligt bra för sig själv, vill förklaras att den inte motiveras av något annat. Till skillnad från idrottens *egenvärde* så menar Larsson på att idrottens *investeringsvärden* där framgång som att vinna priser, prispengar, bättre fysisk status, hälsa och utseende kan vara bidragande faktorer till motivation. Det han menar på blir viktigt är att man aldrig exakt kan säga vad som driver en individ och vad individen anser vara meningsfullt med en idrottsaktivitet. Slutsatsen som däremot drogs i diskussionen var att man helt säkert kunde säga att det som subjektivt upplevs som meningsfullt för en individ bidrar starkt till ett motivationsskapande för just den individen.

I en artikel av Redelius (2004) som utgick från delstudier som ingick i projektet skola, idrott och hälsa i svensk idrottsforskning diskuteras vilka som är vinnare och förlorare inom idrott och hälsa. Studierna hade undersökt barns och ungdomars fysiska aktivitet. Totalt hade 2000 elever deltagit där alla varit studerande inom de svenska skolorna runt om i landet, undersökningen hade genomförts på årskurserna tre, sex och nio. Redelius tar upp i artikeln att flickor och pojkar har en delad attityd och inställning till ämnet. Utmärkande för de som var positivt inställda till idrott och hälsa; var att man borde i hög grad utöka tiden som man har idrott, man menar på att ämnet är viktigare än andra ämnen, att det är roligt, de positiva eleverna vill hellre inte se att ämnet ska vara frivilligt.

I artikeln lyfter Redelius (2004) upp en studie där man delat in eleverna i kategorier beroende på hur de svarat på frågor gällande deras attityd till ämnet. Redelius menar på att det framkom stora skillnader mellan de *positivt* inställda jämfört med de mer *negativt* inställda eleverna. Symboliskt för de elever med mer *negativ* inställning var att; flickor och pojkar inte ska ha idrott tillsammans, föräldrarnas inställning till ämnet påverkade, har lägre betyg, upplever en låg tilltro till sin egen förmåga, deltar vanligtvis inte i föreningsidrott, inte rör sig mycket under lektionerna samt inte uppfattar sig själva som några som blir svettiga eller andfådda flera gånger i veckan. Omvänt blev det för eleverna som var mer positiva till idrott och hälsa, de hade större tilltro till sin egen förmåga och därmed inte känna sig dåliga under lektionerna och generellt hade de elever högre betyg. Sammanfattningsvis menar man på att de elever som känner sig duktiga är i sin tur de som blir bekräftade och på så sätt det som tycker att idrott och hälsa är roligt.

2.3 Forskningsläget internationellt

Som underlag till denna studie har vi även valt att ta med nedanstående studie som gjordes nyligen i Turkiet och presenterades förra året (Kilic & Kilic, 2020). Det ska tilläggas att studien använt liknande undersökningsmetod som vår studie använder sig av, samtidigt som respondenterna varit i den ålder vi undersöker. Därför ser vi en relevans till att ta med denna studie. Det ska vidare tilläggas att det finns skillnader mellan den svenska- och den turkiska skolan. I en uppsats som gjordes av en student studerande på Stockholms universitet (Ünver, 2013) beskriver hon skillnaden mellan ländernas skolor och deras länders respektive lärares frihet till att påverka lektionsinnehållet på ett bra sätt. Författaren beskriver att lärare som undervisar i Sverige har större valmöjligheter och frihet att styra lektionsinnehållet och att den svenska skolan vilar mer på en demokratisk grund. I Turkiet beskriver hon att lärarna anses behöva vara mer auktoritära då undervisningen är mer centralstyrd.

I forskningsstudien som nämndes i stycket innan och som genomfördes i Turkiet på totalt 18 gymnasie studenter och med hjälp av intervjuer, undersökte forskarna vilka faktorer som kan påverka en elevs motivation (Kilic & Kilic, 2020). Utifrån svaren respondenterna gav så kom författarna fram till att det var några essentiella och övergripande faktorer som hade betydelse för elevernas motivation. En av de första av faktorerna som kan påverka en elevs motivation och lärande är hur lektionen är uppbyggd på. Andra faktorer som framkom av undersökningen

var att man fann att innehållet under lektionerna påverkar elevernas motivation. Enligt en tredje faktor som lyfter fram som påverkar elevernas motivation är utvärdering. Fjärde fyndet och sista som man menar på påverkar elevernas motivation är utbildningsmiljö och den materiella faktorn.

Vad menade egentligen respondenterna i studien och vad var det som låg till grund när författarna drog slutsatsen om ovanstående faktorer? Det framkom under intervjuerna att stöd, uppmuntran, att sätta mål, fokus på framgång, tillit, kulturen i klassen och känslan av värdet var essentiellt för att stärka elevernas motivation. Relationen mellan eleverna och undervisande lärare lyftes också fram som en essentiell påverkan på graden av elevernas motivation. Deltagarnas mest citerade synpunkter bland faktorerna under kursen var vilja, intresse för kursen, mångfald av aktiviteter, belöning och straff, lämplig materialanvändning, att vara en förebild och upprepning. Eleverna som deltog menade också på att lärarens attityd och beteende är av stor vikt när det gäller att dem ska känna sig motiverade på lektionerna, om en lärare hade tillit och respekt var av betydelse (Kilic & Kilic, 2020).

Till skillnad från Kilic och Kilic (2020) som enbart diskuterade vad som motiverade elever så genomfördes det en undersökning för att ta reda på om graden av motivation påverkar en elevs prestationer i skolan. Studien utgick från self determination theory och undersökningen var strukturerad samt genomförd utifrån en metaanalys som kontrollerade longitudinella studier för att studera motivation i samband med prestationer i skolan (Taylor et al., 2014).

De resultat som forskarna kom fram till var att en högre grad av en intern motivation, individer som upplevde att de hade en högre grad av valfrihet och självbestämmande, hade en viktig roll för att individen skulle öka chanserna till att prestera bra. Enligt insamlade data från undersökningar som genomfördes i Kanada och Sverige på studenter som studerade antingen på gymnasiet eller en högskola (Assore et al., 2009, Ratelle et al., 2007, Soenen & Vansteenkiste., 2005). Visade undersökningarna på att över ett års tid förknippades prestationen starkt med individens inre motivation. Medan låg grad av motivation förknippades med en låg prestation i skolan, slutsatsen man drog av undersökning var att graden av den interna motivations regleringen spelar stor roll gymnasieelevers framtida akademiska framgång (Taylor et al., 2014).

I en artikel av Pintrich (2003) använder författaren self determination theory som utgångspunkt som denne sedan tar och bygger vidare från. Utifrån SDT - *självbestämmande teorin* lyfts det sedan upp 7 frågor som viktiga för framtida diskussioner för forskningsområdet inom motivation. En av frågorna som diskuteras är vad som motiverar elever i klassrumsmiljön. Det författaren menar på är att det inte finns något enskilt rätt sätt för att generalisera strukturen och uppbyggnaden av en lektion som kan vara representativ för alla klassrumsmiljöer för att stimulera elevernas motivation och lärande.

Vidare i artikeln förklaras det att elever som upplever att de har kompetens inom ett område så ökar också chansen att de kommer att göra bra ifrån sig. Samtidigt är de också mycket mer benägna att vara motiverade till att anstränga sig samt uthållighet och beteende än elever som tror att de är mindre kapabla och inte förväntar sig att lyckas. Om en elev överskattar sina egna förmågor så visar forskning på att de eventuellt inte är motiverade att ändra sitt beteende, exempelvis lyfts det fram om en elev som konsekvent överskattar sin läsförståelse av en text. Tror hen att hen är en bra läsare, när hen inte är det, är personen förmodligen i högre grad mindre motiverad att gå tillbaka och reparera sin förståelse eller att ändra sitt övergripande läsbeteende. Därför är vikten av vilken uppgift eleverna får essentiellt då det påverkar deras motivation till ansträngning (Pintrich, 2003).

En annan faktor som anses vara essentiellt till att motivera en elev är målorienterad riktning. Inom forskningsområdet kring motivation i relation till att låta eleverna sätta mål har det funnits huvudsakligen två grenar; ena som fokuserar på innehållet i målet och antalet mål som en elev kan sträva efter inom skolmiljön. Medan den andra grenen inriktar sig mot karaktären av prestationsmål. Sammanfattningsvis menas det på oavsett vilken gren som diskuteras så påverkar båda grenarna och dess innehåll och karaktär till att främja motivation (Pintrich, 2003).

I samband med inre motivation och dennes betydelse utifrån tidigare forskning blir det relevant att lyfta Rump et al. (2017) studie där man studerade individuella skillnader och effekten av inre motivation baserad på SDT och i relation till eventuella avhopp hos studenter som studerade på en högre nivå i Tyskland. Forskarna identifierade tre subpopulations grupper och resultaten visade på graden av inre motivation var signifikant i alla tre grupper när det gällde eventuella tankar på avhopp. Medan den externa motivationen visade på i princip ingen signifikans, om än ytterst liten faktor för avhopp. Fortsättningsvis visade

resultatet att desto starkare gruppsspecifik inre motivation, desto högre gruppsspecifik genomsnittlig avsikt att hoppa av. Sammanfattningsvis visade denna studie på att gruppen hade en påverkan på den enskilda individen. Desto högre grad av en inre motivation i grupp så fanns det en högre chans att en individ väljer och hoppa av om en annan således också väljer och hoppa av.

3. Motivation

För att ge en bild av innebörden av motivation och vad som kan påverka en individs motivation kommer det därför att först presenteras en överskådlig bild om vad motivation kan innebära. Detta kommer sedan att smalna av till studiens teoretiska utgångspunkt Self determination theory (SDT) som förklarar vilka delar som kan öka den inre motivationen.

Börjesson (2010) delar in motivation i två sub-grupper, inre motivation och yttre motivation. Börjesson menar på att den yttre blir mer påtaglig desto äldre ett barn blir. Författaren menar på att det handlar om individen börjar jämföra sig mer med andra samtidigt som hen hela tiden bygger på sig med nya erfarenheter som gör en mer medveten. Den yttre motivationen kan ses som ett samspel som sker i interaktion med andra och den yttre motivation kan stärkas av belöningar utifrån. Vidare menar Börjesson på att egna personliga ställningstagande som normer, attityder och individens värderingar hamnar under grenen inre motivation.

3.1 Motivationsteori: Self Determination Theory

SDT tillämpas oftast i samband med studier som undersöker motivation och speciellt graden av inre motivation. SDT är en av de vanligaste teorierna och som tidigare förklarat så benämner man teorin ofta på svenska som *självbestämmandeteorin*. För att försöka förklara vad som driver en individs inre motivation ska vi här försöka presentera teorins olika delar. Enligt SDT finns det olika grader av motivation, det lyfts upp både den externa och interna motivationen. Ryan och Deci (2019) menar på att den inre motivationen är när individerna utför något som ligger i deras intresse utan att det är pågrund av externa påverkan från omgivningen.

Ryan och Deci (2019) menar på, till skillnad från den interna regleringen, att den externa motivationen bygger på att individen genomför en aktivitet eller liknande med påverkan yttre regleringar. De lyfter fram att den externa motivationen kan ses i olika nivåer; där den minst autonoma formen är när personen drivs av yttre reglering som exempelvis bättre betyg. Introjicerad reglering förklarar dem genom att individen genomför något för skulle exempelvis känna en inre press eller skuld medan den identifierade regleringen kommer till i samband om det finns en underliggande faktor för aktiviteten som utförs.

SDT byggs upp av tre ben för att stärka och uppnå den inre motivationen hos en individ; *autonomi, kompetens och delaktighet*. Värt och notera är att endast uppfylla känslan av en av dessa tre ben kommer inte utgöra en individs hela inre motivation utan alla tre behövs (Ryan & Deci, 2019).

- Autonomi - Handlar om att en persons grad av känslan av sina egna val och egna vilja. Författarna lyfter att när en elev upplever att den har flera valmöjligheter så stärks den autonoma delen. En av de mest centrala och betydelsefulla pelare för att man som individ ska uppleva en hög grad av inre motivation (Ryan & Deci, 2019).
- Kompetens - känslan för en individ att få känna sig kompetent. Kan stimuleras av positiv återkoppling från omgivningen. (Ryan & Deci, 2019).
- Samhörighet - Delaktighet, samhörighet och tillhörighet. Behovet för en individ att få känna sig sedd samt som en del i en kontext och genom olika sociala strukturer och relationer (Ryan & Deci, 2019).

4. Syfte och frågeställningar

4.1 Syfte

Genom denna studie vill vi få en förståelse i hur lärares arbete med motivation i idrott och hälsa upplevs av elever. I denna studie lyfter författarna frågan och vill undersöka ur ett elevernas perspektiv hur de upplever att lärarna i svenska gymnasieskolan arbetar med motivation i deras vardagliga verksamhet.

4.2 Frågeställning

Hur upplever gymnasieelever att lärarna i idrott och hälsa arbetar med motivation i sin undervisning?

För att försöka besvara *ovanstående huvudfråga* har vi valt att ta hjälp av *nedanstående underfrågor*. Valet av nedanstående frågor menar vi på ger oss en bra bild över vad som kan motivera en individ, både internt- och externt, men också ge en bra överblick över hur en individ påverkas av den sociala kontexten hen befinner sig i. Slutligen har frågorna en förankring till SDT och dess tre delar.

- Vad motiverar eleverna i ämnet idrott och hälsa?
- Tror eleverna själva att det går som lärare att motivera alla elever?
- Tror eleverna själva att det är ett medvetet eller omedvetet arbete med motivation från lärarna?
- Upplever eleverna ämnet idrott och hälsa som motiverande och meningsfullt?

5. Metod och Analys

5.1 Design

Studien utgick från en kvalitativ ansats och med en deduktiv metod. Där studien utgick från self determination theory och teorins tre pelare; autonomi, kompetens och delaktighet (Braun & Clarke, 2006; Ryan & Deci, 2019).

Insamling av data skedde genom intervjuer. Fördelen med intervjuer som undersökningsmetod är att det ger oss ett djupare svar än om vi enbart använt oss av enkäter som förmodligen gett oss ett mer ytligt svar. Valet av intervjuer var att finna en förståelse för respondenternas upplevelse baserat utifrån deras egna erfarenheter. Undersökningen strävar efter att bearbeta och tolka ord samt meningar och inte statistisk data, vilket enligt Kvale och Brinkman (2014) kännetecknar kvalitativa studier. Intervjuguiden var konstruerad och uppbyggd utifrån en semistrukturerad struktur, från att ha en tydlig ram gavs det möjlighet att ställa följdfrågor.

Genom denna kvalitativa undersökning vill författarna till denna studie försöka hitta en medvetenhet om hur lärarna arbetar med motivation och dess innebörd i den vardagliga verksamheten och detta ur ett elevperspektiv för att ta reda på hur eleverna upplever att lärarna i dagens gymnasieskolor arbetar med motivation.

5.2 Urval

Studien valde att använda sig av ett bekvämlighetsurval och inte ett slumpmässigt urval. Respondenterna valdes ut för att passa till studiens syfte för att få en så hög grad av svar från respondenterna (Trost, 2010). I mån av tid samt för att få fler perspektiv valdes det ut sex ungdomar studerande på gymnasieskolor i Stockholmsområdet. När studien genomfördes gick ungdomarna sista året på gymnasiet och ett kriterium var att respondenterna skulle fyllt 18 år eftersom detta underlättade att vårdnadshavares tillstånd inte behövs utan endast respondenternas egna medgivande. Ett annat kriterium var att eleverna skulle ha ämnet idrott och hälsa i skolan under perioden som de blev intervjuade.

Respondenterna har hittats via tidigare lärare som deltagit i författarnas tidigare studie (Lopez och Mårtensson, 2018) och gymnasiet som arbetsplats samt genom syskon till författarna som har vänner gående på gymnasiet. Respondenterna kontaktades via mejl tillsammans med ett informationsbrev där eleverna fick skriftligt godkänna sitt samtycke till att delta i studien. Allt dokumenterades på datorer som endast författarna hade tillgång till. Sex personer tackade *ja* till att medverka och det var en blandad grupp av både killar och tjejer, fyra tjejer och två killar. Intervjuguiden lästes igenom noggrant flertalet gånger och en pilottestning gjordes på en person. Intervjutillfällena skedde antingen ansikte mot ansikte på bestämd mötesplats eller digitalt via plattformen *zoom*. Gemensamt var att intervjuerna spelades in som ljudfil för att underlätta analysarbetet.

5.3 Analys och databearbetning

Intervjuerna transkriberades utifrån att först spelats in efter godkännande av respondenterna, för att sedan skrivas ner till text direkt efter intervjun för att sedan noggrant läsas ett antal upprepade gånger. Vid intervjutillfället togs det observationsanteckningar och det relevanta i dessa intervjuer var hur dessa elever uppfattar om lärarens arbetssätt leder till en förhöjd motivation eller inte. I analysen drogs det paralleller mellan existerande teorin SDT om motivation som lärarna från B uppsatsen angett i sina svar utifrån sitt arbetssätt och svaren som ungdomarna angett som svar till denna studie (Patel & Davidsson, 2011).

Utifrån det insamlade materialet som respondenterna gett oss som underlag valde studien att använda sig av en innehållsanalys där SDT tillämpades och där tolkningar gjordes och eventuella samband hittades. Första steget i innehållsanalysen var att det plockades ut meningsbärande enheter från den transkriberade texten. Andra steget blev att koda och sätta etiketter, kategorier, som slutligen hamnade under olika teman. Viktigt under analysprocessen och vid bildandet av meningsbärande enheter att det ursprungliga innehållet fortfarande fanns kvar (Graneheim & Lundman, 2004).

5.4 Pålitligheten och trovärdighet

Enligt Granheim och Lundman (2004) finns det tre begrepp som beskriver en kvalitativ studies *tillförlitlighet*. Begreppen som utgör *tillförlitligheten* är vilken *trovärdighet*, *pålitlighet* och *överförbarhet* studien har.

Trovärdighet; det som vi menar på ökar trovärdigheten i denna studie är att den bygger på en intervjustudie där en semistrukturerad intervjuguide ligger som grund. Intervjuguiden har genomgått en pilottest och diskuterats noggrant i dialog med handledare med stor erfarenhet av forskning. Vid tillfället när intervjuerna gjordes så bandades tillfället för att undvika senare missförstånd som skulle kunna försvåra analysarbetet. Inspelningarna av intervjuerna gav oss författare en möjlighet till en större helhetsbild. Mot bakgrund av helhetsbilden vi fått kunde vi senare i analysarbetet plocka ut meningsenheter till innehållsanalysen som senare kom att bilda resultatet som presenteras längre ner (Granheim & Lundman, 2004).

Pålitlighet och överförbarhet; Granheim och Lundman (2004) menar på överförbarheten är en underrubrik som faller in under pålitligheten. Vidare menar författarna att det är upp till den enskilda läsaren att skapa sig en bild om innehållet i denna studie och om det är överförbart till en annan arena. Några faktorer som kan öka möjligheterna för läsaren är om innehållet i en studie har en tydlig struktur, beskrivning av analysmetod och urval samt slutligen kontextbeskrivning. Vi menar att det finns en tydlig presentation av studiens olika delar. Vi menar på att det går att finna en tydlig överblick över dessa delar för den specifika läsaren som denna sedan kan värdera om det går och överföra till annan kontext.

6. Etiska överväganden

Likväl som både vetenskapsrådet (2002) och Kvale & brinkmann (2014) tar upp så behöver hänsyn tas till de fyra grundkraven; *Informationskravet*, *samtyckeskravet*, *konfidentialitetskravet* och *nyttjandekravet*. Här nedan kommer vi presenter hur denna studie tar hänsyn till varje del;

Informationskravet; deltagarna kommer få ta del av information om vad denna undersökning är ämnad att undersöka, studiens syfte. I informationen kommer deltagarna tillkännages vilket lärosäte som ansvarar samt vilka som utför studien, informationen ska också vara så tydlig formulerad att de ska kunna ta ställning om de vill delta eller inte delta (Vetenskapsrådet, 2002).

Samtyckeskravet; Varje person som deltar i studiens undersökning gör detta frivilligt. Alla kommer bli informerade om att dem själva bestämmer om de vill delta eller inte, de har också rätten att dra sig ur studien när som helst utan att dem kan ifrågasättas (Vetenskapsrådet, 2002)

Konfidentialitetskravet; Alla personliga uppgifter och data kommer behandlas på ett så säkert sätt att det inte ska gå och knyta till en specifik individ. Deltagarna kommer bli informerade om att eventuella kontaktuppgifter som telefonnummer och mejl kommer att behövas för kontakt mellan deltagarna och ansvariga för studien, kön och ålder kommer också att behövas inhämtas (Vetenskapsrådet, 2002).

Nyttjandekravet; All insamlade data samt information är endast till för denna studies syfte. Insamlade materialet får inte användas i överlåtas till andra forsknings undersökningar. (Vetenskapsrådet, 2002).

Studenterna kommer att bli informerade om själva studiens syfte, vad intervjun går ut på samt att alla som deltar kommer ha rätt till anonymitet. Respondenterna kommer informeras om att dom får hoppa av studien när dom vill. Vid intervjutillfällena kan dom avbryta intervjun när som helst då all forskning är frivillig. Allt är konfidentiellt så ingen kommer att pekats ut av denna studie. (Patel & Davidsson, 2013).

7. Personuppgiftsbehandlingar

Personuppgifter som behandlats i denna studie är telefonnummer, mailadresser, videoinspelningar och ljudinspelningar beroende på hur intervjun gick till, flera av eleverna deltog via zoom eller via videosamtal men två av respondenterna deltog på plats.

Informationen till respondenterna skickades ut via mejl tillsammans med samtyckesblanketten och information om studien, vissa deltagare lämnade in blanketten på plats medans andra medgav sitt samtycke av att delta i studien via telefonkontakt eller före inspelningen.

Blanketten har med information hur vi tagit hänsyn till Vetenskapsrådets rekommendationer och forskningsetiska principer, som det står tidigare så delades blanketten ut både i förväg men även kopior, blanketten hade vi till hands för att hela tiden vara tydliga med hur vi jobbat med behandling av känslig och konfidentiell information. Respondenterna har även bekräftat och skrivit under på att dem vill ställa upp på intervjun samt att dom fick hoppa av när som helst. Vi var tillgängliga hela tiden om det var någon av deltagarna som inte ville ha med sina svar i studien.

8. Resultat

Huvudmålet kommer att vara med hjälp av svaren försöka ge ett så bra svar som möjligt på frågeställningen *hur upplever gymnasieelever att lärarna i idrott och hälsa arbetar med motivation i sin undervisning?* Resultatet kommer att presenteras med utdrag- och stöd av citat från vad respondenterna svarade vid de olika intervjutillfällena och tillsammans med hjälp av underfrågor kommer vi att försöka ge en så tydlig bild som möjligt.

Respondenternas kommer att namnges med bokstav som representerar kön (tjej och pojke) tillsammans med nummer, exempelvis (T1 & P1) för att försöka göra presentationen av data så tydligt som möjligt för er läsare. Tjejerna kommer få nummer 1-4 samt killarna 1-2 och numren kommer vara oberoende och endast till för att underlätta presentationen av resultatet. Vi vill även tydliggöra att huvudmålet med denna studie inte var att hitta skillnader i vad de olika könen svarade. Eftersom denna studie innefattade fyra tjejer och två killar blir det en för liten grund att dra för stora tolkningar i skillnader mellan könen.

8.1 Hur upplever gymnasieelever att lärarna i idrott och hälsa arbetar med motivation i sin undervisning?

I en sammanställning av datan vi fått in så ser vi att en majoritet av respondenterna är övervägande positivt inställda till ämnet idrott och hälsa, 5 av 6 elever upplever sig vara positivt inställda och ha en god relation till läraren något som är återkomma i samband med svaren. Alla som blev tillfrågade visade sig att de haft någon bakgrund inom idrottsvärlden, antingen genom föreningsidrotten eller den egna träningen som inte är förknippat med någon föreningsidrott. Några av de tillfrågade var också aktiva inom föreningsidrott vid tillfället när intervjuerna gjordes.

8.2 Vad motiverar eleverna i ämnet idrott och hälsa?

Alla de som deltog i undersökningen fick frågan *vad det fanns som kunde motivera dem i ämnet idrott och hälsa*. Där skilde sig svaren åt då det baserades på deras egna upplevelser och tidigare erfarenheter. Respondenten T2 som var en av de sex tillfrågade svarade att hon enbart deltar på lektionerna för att få ett godkänt betyg. Ett gemensamt ord som lyftes fram av de andra fem var att ämnet var roligt, att idrott och hälsa var ett kul ämne och det förklarade dem genom att man får röra på sig under lektionerna och därmed bidrog det till att ämnet ansågs vara roligt.

Jag fann motivation främst i att det var ett roligt ämne. Det var skönt att ha en lektion i skolan som blev som en paus från resterande ämnen som var mer stillasittande. Det gjorde också att man var mer angelägen om att göra dessa lektioner så att de räknas - göra dem ordentligt. Utöver det blir man ju som i alla andra ämnen i skolan bedömd. För att då bra betyg är det viktigt att man gör sitt bästa och anstränger sig. Så jag som prioriterar att få bra betyg motiverades också av det. – (T3)

Respondenten P2 drog också kopplingen till sitt tidigare deltagande inom föreningsidrotten. Samtidigt menade han på att en del av motivationen försvann under gymnasiet då en del tävlingsmomenten som han upplevt tidigare under sin skolgång försvann.

Jag har alltid tyckt om att idrotta. Först och främst bollsporter och fotboll i synnerhet men jag gillar att röra på mig och gillar och tävla så idrott och hälsa var ofta kul när jag var yngre. Jag minns att det blev mindre kul i gymnasiet när det blev mindre fokus på tävling och sport och mer fokus på teori och grupprocesser. – (P2)

Vilken relation eleven har till den specifika läraren visar sig vara av stor vikt om en elev ska känna sig motiverad på lektionen.

Min lärare är väldigt duktig, som har alternativ till lektionen, om jag inte vill spela fotboll med resten av klassen så får jag gymna istället, men i grundskolan så var läraren inte speciellt bra, inget jobb med motivation alls kändes det som. – (T3)

Alla tillfrågade upplever att lärarna jobbar med motivation men att alla lärare jobbar på olika sätt för att nå fram till eleverna, detta berodde på att alla tillfrågade har haft olika upplevelser och erfarenhet med olika lärare. Något som är återkommande i svaren från respondenterna är att lärare som lägger ner mycket tid på att försöka bygga upp en inkluderande miljö. Där alla elever känner att de kan vara med utifrån sina egna förutsättningar visar sig vara betydande om man känner en motivation till att delta på lektionen. En av de tillfrågade tjejerna förklarar det på följande sätt;

Idrott på gymnasiet är wow! Stor skillnad på högstadiet och nu, jag går nu i en naturklass, i grundskolan är man "tvingad" medans nu så vill alla i klassen komma någonstans med sitt liv. Alla har valt att vara med, ingen skolkar, alla ställer upp på lagsporter, alla är liksom med och bidrar till att alla ska vara med i gruppen och ta varandra fram till själva målet, exempelvis så ska alla i gruppen passa varandra sen får du göra mål. Läraren lyckades med att inkludera alla. Anpassade regler för att alla ska delta. – (T1)

Respondenten T1 menar på att mycket återigen beror på en lärares attityd gentemot både klassen och ämnet den undervisar i. T1 lyfter ett exempel där en lärare favoriserade några elever och hur detta sedan bidrog till splittringar inom klassen, där det fanns en grupp som var lärarens favoriter medan de andra eleverna fick stå tillbaka. Detta bidrog till en lägre motivation hos de elever som inte inkluderades och på sikt att vissa slutade att komma till lektionerna.

Några faktorer som dyker upp i fler än ett svar och som anses vara essentiellt för att eleverna ska kunna känna en tillit och respekt för den undervisande läraren är vilken kunskapsnivå den specifika läraren besitter. Andra faktorer som eleverna ansåg viktiga som kunde påverka deras tillit och respekt var om läraren var strukturerad och om läraren brann för ämnet den undervisade i.

Är där i tid, börjar med en slags inledning, är välplanerad så man vet vad vi ska göra, när någon har en fråga så låter man dom snacka, ifall någon inte vill vara med så försöker man få med hen, kolla dom vänner till dom personerna försöker få med den. Gärna att man deltar som lärare,

visar exempel på att alla kan göra det här det blir mer roligt. Om jag ser min lärare dansa tango så kommer jag också vilja vara med och dansa. (Med ett skratt efter och ett stort leende). – (P1)

Vidare lyfter T4, som ovanstående, upp just vikten av lärarens egen motivation för ämnet tillsammans med om läraren arbetar med en inkluderande miljö eller inte.

Om jag har en lärare som verkligen uppskattar sitt ämne och jobb blir jag också motiverad. Även av att läraren är kunnig, alltså har svar på tal och liknande, blir jag motiverad. – (T4)

8.3 Tror eleverna själva att det går och motivera alla elever?

När frågan om eleverna tror att det går att motivera alla elever märker man att vissa funderar lite längre innan de svarar på frågan. P1 tror exempelvis att lärarna går specifika kurser inom området, för att stärka sina kunskaper om hur man skapar ett motiverande klimat.

Det är en tuff fråga hmm... Jag tror i fall alla lärare går typ en kurs i hur motivation fungerar och försöker motivera sina elever, så skulle man få med flera. Inte alla men jag tror man kan få med en större del än vad som görs idag. – (P1)

Man märker att frågan delvis upplevs som komplex och ibland svår att sätta ord på för de flesta av de tillfrågade eleverna. T4 svarar att hon tror att det går att motivera alla men att vägen dit måste ske på olika sätt. T4 lyfter också att vissa elever behöver ingen större motivation då de själva har en sådan hög grad av inre drivkraft i jämförelse med andra som kanske behöver mer en yttre påverkan för att känna sig motiverade. En av killarna (P2) är inne på samma spår som den nyligen nämnda eleven;

Jag tror att människor är väldigt olika och jag tror inte att man på begränsad tid kan nå varenda elev. Jag tror heller inte på att alla elever ska motiveras till att göra samma sak. – (P2)

Från en av T2 får vi ett väldigt rakt och samtidigt tydligt svar där personen bestämt menar på att det går absolut inte att motivera alla elever. T2 lyfter fram att idrottslektionen kanske är redan från början tråkig och hemsk att gå till och då spelar det ingen roll vad läraren gör. Samtidigt menar T2 att det kan finnas andra ämnen som en individ kan se som mer meningsfullt inför framtiden.

Vi får liknande svar av en annan respondent, men samtidigt är T3 mer positivt inställd i sitt svar och lägger också ett ansvar på den enskilda eleven.

Jag tror att alla har sina egna intressen. Att det helt enkelt finns vissa som inte alls är eller kommer bli intresserade av idrott. Men det finns säkert sätt att få de som inte alls är intresserade att bli lite mer engagerade ändå. Man får väl kanske höra med eleven vad den tycker är intressant och sen anpassa undervisningen för den eleven efter det. Sen är det ju också så att det inte bara är lärarens ansvar. Har läraren försökt motivera och det verkligen inte går, så får väl eleven skylla sig själv. – (T3)

8.4 Tror eleverna att det är ett medvetet eller omedvetet arbete med motivation från lärarna?

Vidare ställde vi frågan om eleverna tror att det finns ett medvetet arbete från lärarens sida för att motivera eleverna. T1 menade på att det skilde sig från högstadiet till skillnad från gymnasiet som eleven nu går på. Eleven förklarar att man struntade i de elever som inte dök upp på lektionerna, att de fick skylla sig själva men samtidigt bidrog det till ett klimat där eleverna gjorde lite vad de själva kände för. Däremot kunde eleven sätta sig in i lärarnas situation, där det fanns en förståelse för att lärarna kunde tycka att det var jobbigt att lägga energi på elever som inte kom på lektionen. Återigen återkommer den tillfrågade till vilken betydelse en god relationen mellan elev och lärare kan ha, tycker man om en lärare kommer man på lektionen och tvärtom. En till av de tillfrågade tjejjerna, respondent T4 menade att en person som inte dyker upp på lektionen har sig själv att skylla.

Inte direkt. På gymnasiet och högskola är det mycket eget ansvar så om någon inte har motivation och inte dyker upp på lektionerna får den skylla sig lite själv och får inte så mycket hjälp. – (T4)

Vidare menar de andra eleverna som blev intervjuade att det inte är något som de specifikt har tänkt på under deras nuvarande skolgång, utan lärare planerar lektionerna och lägger vikt efter vilka kunskapskrav som ska täckas. Några av eleverna menar att det faller tillbaka på individens egna intressen snarare än om lärarna aktivt arbetar med motivation.

Ingenting jag tänkt på, alla lärare jobbar olika, så ingen jobbar likadant, vissa ämne motiverar mig mer än andra så jag tror kanske att det har mer med vad mina intressen är. – (P1)

Ett av svaren stack ut, T2 upplevdes i samband med intervjun av författarna i allmänhet väldigt negativ inställt till skolan och ämnet idrott och hälsa. T2 hade upplevelser av att bli placerad i ett fack av lärarna, varför skulle hon då försöka visa ett intresse för ämnet om läraren inte vill motivera mig. Istället valde T2 att strunta i att gå på lektionerna och andra ämnen.

8.5 Upplever eleverna idrott och hälsa som motiverande och meningsfullt?

När vi mot slutet av intervjuerna ställde frågan om eleverna ansåg att vissa ämnen var mer meningsfulla och mer motiverande än andra ämnen var svaren övervägande, ja att så var det. Man menade på att ämnen som man hade lättare för upplevdes också som roligare att läsa och som vi tidigare lyft är ordet kul något som återkommer i svaren. Det ska vara kul för att individerna ska känna sig motiverade och en faktor som visade sig kunde påverka om ett ämne ansågs roligt eller inte var vilka uppgifter man fick av läraren under lektionerna. P2 lyfte som tidigare respondenter att relationen var viktigt mellan eleven och läraren men att det var viktigt att den hölls på ett professionellt plan, fick inte övergå till att vara en kompisrelation. Eleven T3 anser att det är mer motiverande att läsa något som upplevs meningsfullt, som kan vara användbart.

Jag är oftast mer motiverad i de ämnen jag tycker är kul. Idrott tycker jag är okej men det är inte min favorit. Jag blir generellt mer motiverad om jag känner att det finns en mening med det jag läser. Om det liksom är användbart. Vissa delar i idrott ser jag inte riktigt som jätteenödigt vilket skulle kunna vara en orsak till min bristande motivation. – (T3)

Slutligen frågade vi om eleverna upplevde någon skillnad med sin motivation under lektioner där lärarna lät eleverna arbeta i grupp. T2 menade att det var situationsanpassat och i hennes fall berodde det på om hen var på sitt jobb eller inte;

Jag är lite tvärtom, gillar inte lagsport, träna i grupp eller med andra, jag motiveras av att träna själv och fungerar inte i större grupper rent träningsmässigt.

Men om vi tar jobb till exempel så blir jag motiverad i grupp, vill prestera i gruppen då för att andra inte ska lida av att jag varit lat. – (T2)

Respondenterna P2 och T4 lyfte fram att dem gillade att tävla och en av dessa två menar att graden av motivation inte berodde på om det var en grupp eller inte, utan snarare om de andra

gruppmedlemmarna var motiverade. P2 som gillar att tävla svarade att förutom tävlingsmomentet som kunde råda i en grupp så upplevde personen ingen märkbar skillnad i motivation. Av alla de intervjuade var T1 väldigt självsäker på frågan och svarade att när det gäller idrott så är hon redan motiverad från början och är det i grupp så kunde gruppen ibland sätta press på en individ och på så sätt kunde grupptricket göra att eleven eventuellt kände sig mer motiverad. Sammantaget ansåg alla sex elever, två killar och 4 tjejer, att de på något sätt upplevde en högre grad av motivation i grupp.

9. Diskussion

Studiens mål var att finna en förståelse kring *hur upplever gymnasieelever att lärarna i idrott och hälsa arbetar med motivation i sin undervisning?*

Sammanfattningsvis av datan vi fick in så genomfördes det en innehållsanalys av svaren och där vi utgick från *SDT*s delar. Det visade på att det fanns några framstående faktorer som ansågs mer betydelsefulla för elevers motivation och som lärarna själva kunde påverka i den dagliga skolverksamheten;

Autonomi

- *Ge eleverna valmöjligheter- och frihet till att få påverka innehållet*
- *Lärarna visar engagemang och energi för undervisningen*

Kompetens

- *Lektionsinnehållet upplevs meningsfullt för framtiden*

Samhörighet

- *Lektioner där man får samarbeta i grupp bidrar till ökad motivation hos eleverna*
- *Läraren arbetar med att försöka se alla elever*

Majoriteten av respondenterna var väldigt motiverade i själva ämnet idrott och hälsa samt i skolan överlag. Några hade upplevt en och annan lärare som inte var motiverad men kunde ändå dra slutsatsen att dom flesta lärare jobbar aktivt med motivation. En av respondenterna utmärkte sig, (T2) hade till exempel ingen motivation alls till skolan och tyckte att idrott inte var ett viktigt ämne. Enligt T3s erfarenheter konstaterades det att hennes idrottslärare fokuserade mycket på föreningsidrott och specifikt bollsporter. Vi bör ha i åtanke att detta är hennes egna upplevelser om skolans värld och denna elevs svar ska inte ses som representativt för hela hennes klass.

Elever upplevde att grundskolan jobbar mindre med motivation och att idrottslärarna i överlag jobbade mer med det i gymnasiet däremot var lärarna på gymnasiet inte lika låsta när det gäller hur mycket inflytande eleverna fick vara med i diskussioner runt planeringen. Utifrån svaren respondenterna gav så fanns det vissa skillnader. Några önskade mer inflytande över planeringen och att ges mer möjligheten att styra upplägget på lektionerna. Utifrån det dessa sex tillfrågade gymnasieelever svarat under intervjuerna så går det att tolka att elever önskar att få ta lite mer plats i att styra sin undervisning än vad dem i nuläget får.

Som Kilic & Kilic (2020) studie säger så finns det ett antal faktor som påverkar elevers motivation och lärande. Förutom den form undervisningen är strukturerad utefter så finns det även en andra faktor som påverkar motivationen hos eleverna. Faktorer som innehållet under lektionerna, hur lärarna planerar lektionen, i vilken grad eleverna får vara med och utvärdera, utbildningsmiljö och den materiella faktorn är alla faktorer som lyfts i studien som motivationshöjande.

Ser vi till de faktorer som presenterades i Studien (Kilic & Kilic, 2020) och som faktiskt kan påverka en elevs motivation. Så är det något som kan kopplas till hur en av de tillfrågade tjejerna uttryckte sig i intervjun om hur en motiverande lärare skulle vara.

En lärare som lyssnar på eleverna, lyssna på klassen som grupp men även individuellt. Hur vill vi att vi ska få visa våra kunskaper, dom som vill göra det muntligt ska få göra de, dom som vill ha prov får göra det. Jag tycker inte om att ha muntliga prov, jag vill ha skriftligt och sen göra det o bli klar med den delen. Inte ge oss 100 läxor som ska vara klara samtidigt utan mer en rimlig arbetsnivå. Examinera oss på olika sätt och att vi får välja lite hur. Mer delaktighet i planeringen, regler, för mig är en motivation att veta det som ska göras lite mer exakt, men även att få ta del av att bestämma regler.

Roliga lärare, förklara vad det är vi ska göra och varför, inte läsa exakt av boken eller betygskraven, gå igenom dom utförligt så vi vet vad som gäller, det tycker jag är viktigt. – (T2)

Hon (T2) uttryckte tydligt att det kan vara svårt att förstå vad som förväntas av eleverna i ämnet och en tydlighet från lärarna hade hjälpt henne att hitta motivation.

Han eller hon är glad, rolig, kan skämta, kanske typ inte bara på vissa elever utan ska kunna säga till alla elever bra och dåliga saker, alltid roligt att få beröm av läraren. Positiv feedback, att man

som elev blir sedd, lärare säger oftast till eleverna som hörs o syns medans elever som inte syns lika mycket eller hörs hamnar i bakgrunden, bekräfta alla i klassen helt enkelt. – (T1)

En relevant faktor som blir rimlig samt lyfta som följdfråga och som man kan ställa sig själv i relation till Kilic och Kilic (2020) studie är. Om skillnader i lärarnas mån av egen frihet och valmöjligheter till att styra lektionsinnehållet beroende på vilket land de undervisar i påverkar en elevs motivation?

Den första kvinnliga eleven (T1) som blev tillfrågad uttryckte att en lärare som arbetar med motivation kännetecknas av att eleverna känner sig sedda och inte bara enskilda individer utan också försöker få alla elever att känna sig bekräftade. Hon (T1) pratar också mycket i intervjun om att en motiverande miljö för henne är när alla är inkluderade, att alla elever får sin chans att visa sina förmågor. Hon (T1) gav även exempel på hur det såg ut i högstadiet för henne när frågan kom upp om henne tror att det går att motivera alla elever.

Det beror på läraren, en bra lärare kommer att få med alla medans en dålig lärare kommer inte att få med sig eleverna. Jag har ett exempel, på högstadiet så hade vi vår första lärare i idrott var "elak" och favoriserade elever, bland annat mig och min kompis, jobbade inte inkluderande, jämför grupper med varandra som typ de "bra" eleverna kontra dom "dåliga" eleverna. Så läraren skapade grupper och att dom som skolkade skulle vara mer som mig. vi fick en ny lärare som jag inte tyckte om sen, men han favoriserade inte någon vilket var bra men han fick ändå inte med sig eleverna, notera att jag gick i en idrottsklass med hockey, innebandy och dans.

Min profil var dans, läraren i dans var riktigt bra, den dansläraren som vi hade först. Ena dagen hade vi hon som var bra och andra dagen hade vi en hip hop danslärare som inte var bra, hon fick inte med sig alla. Dom som brukade skolka på idrotten skolkade från hip hop dansen. Hip hop läraren bytte jobb så vi fick en ny lärare som dansade afrobeat och denna nya lärare fick med sig alla, hon förstod oss och vi förstod henne. Hon var ung och fick med alla. Dom som brukade skolka började vara med igen och jag kan säga att vi älskade den nya läraren. Alla jobbar inte likadant så alla har sin egna metod, alla fångas av olika saker så jag tycker det är bra att alla har sitt sätt, om alla är likadana så finns det ingen variation, man har sina favoriter och sen lärare man inte tycker om lika mycket och så kommer det alltid att vara. – (T1)

Hon (T1) hade haft blandade erfarenheter med olika lärare även om det var en idrottsklass som hon gick i så förekommer skolkande från andra i klassen på den valda idrotten vilket hon uttryckte berodde på läraren och hur dialogen var med eleverna. Så det man kan förstå av

detta är att en klass som generellt tycker om idrott leder inte nödvändigtvis automatiskt till att läraren lyckas motivera alla elever i ett ämne som eleverna fördomsfullt borde tycka är roligt.

En av killarna (P1) nämner att i en motiverande miljö så upplever han att det går att pusha varandra i gruppen för att delta

När det handlar om idrott så tycker jag det är roligt så behöver inte någon motivation, är redan motiverad från start. När det gäller i grupp, så är det oftast grupptryck, om en säger att den är på, sen är två som är på och försöker övertala en tredje att vara på, asså typ "kom igen" så blir den kanske motiverad, asså man blir motiverad tillslut, asså du förstår vad jag menar, i grupp så påverkar alla varandra. –(P1)

I relation till den tidigare forskning som lyfts är att en viss attityd smittar av sig, Som det tas upp i Redelius studie (2004) att det som kännetecknade elever som var positiva till idrott och hälsa var att de hade en större tilltro till sin egna förmåga och därmed inte upplevde en känsla av att inte räcka till under lektionerna, vi kan även till första respondentens (T1) svar som den lyfte tidigare om bekräftelse från läraren, att de elever som känner sig duktiga är i sin tur de som blir bekräftade och på så sätt det som tycker att idrott och hälsa är roligt.

9.1 Slutsats

Ryan och Deci (2019) lyfter att en grundpelare för att en individ ska känna sig motiverad är *samhörigheten* och behovet för en individ att få känna sig sedd och som en del i en kontext genom olika sociala strukturer och relationer som betydelsefullt. Mot svaren som gavs av de medverkande kan vi göra tolkningen att det är två faktorer som ökar graden av att få känna en samhörighet och delaktighet. De två faktorerna som vi menar på ökar graden av samhörighet är lektioner där lärarna ger utrymme för samarbeten i grupp tillsammans med där läraren arbetar med att försöka se alla individer, där läraren bygger en inkluderande miljö.

Utifrån det som tidigare lyfts i diskussionen kan vi göra konstaterandet att lärare som ger eleverna valmöjligheter- och frihet till att själva få påverka innehållet på lektionerna ökar graden av den inre motivationen. Som Ryan och Deci (2019) återkommer till så är graden av autonomi en av de tre nycklarna för att stärka en individs inre motivation.

Sista faktorn som Ryan och Deci (2019) tar upp för en ökad inre motivation är i vilken grad en individ upplever att den har kompetens inom området. Där konstaterar vi slutligen att desto

mer eleverna känner att lektionerna och dess innehåll är meningsfullt i ett längre perspektiv, desto större anledningar ser eleverna att vara delaktiga och aktiva under lektionen. Samtidigt behövs det från lärarna sida utvärderas vilken svårighetsgrad uppgifterna har, som eleverna ges då det kan påverka utfallet om en elev upplever sig mer motiverad eller inte.

Således kan man utifrån frågeställningen *hur upplever gymnasieelever att lärarna i idrott och hälsa arbetar med motivation i sin undervisning?* göra slutsatsen att det skiljer sig väldigt mycket åt utifrån vilken lärare respondenterna hade haft. Enligt de tillfrågade eleverna trodde de att några lärare gjorde medvetna val för att strukturera lektionen och dess innehåll för att bygga en motiverande miljö medan andra lärare lade mer vikt på andra faktorer när de strukturerade sina lektioner, exempelvis mer fokus på kunskapskraven enligt respondenterna.

9.2 Metoddiskussion

För att kunnat stärka *pålitligheten* ännu mer framöver skulle det behövs gjorts fler pilottester av intervjuguiden. Vi menar på att det hade kunnat gett denna studie en ännu större möjligheten till att säkerställa att frågorna i intervjuguiden ämnade att undersöka studiens syfte. En vidare problematik studien stött på är inför intervjuerna. Eftersom vi inte enbart intervjuar så observerar vi också hur deltagarna har svarat, kroppsspråket, tonläget i rösten osv. det är inte alla deltagare som har möjlighet eller vill delta fysiskt så vi har löst det med zoom möten istället. Det finns en svårighet att observera kroppsspråket på respondenten via zoom men tonläget i rösten hörs klart och tydligt samt ansiktsuttrycken. Samtidigt har det funnits omständigheter med en ökad smittspridning av pågående epidemi under studiens gång som gjort att vi fått överväga och prioritera tillvägagångssättet för intervjuerna.

En noggrann jämförelse mellan observations anteckningarna och transkriberingen har skett för att fungera som underlag för innehållsanalysen för att sedan kunna dra de slutsatser vi gör i diskussionen. Det finns en stor medvetenhet om att i slutändan så är de svar vi fått från deltagarna deras personliga upplevelser och tankar. Vi finner också en medvetenhet i att antalet deltagare tillsammans med att det är ojämn fördelning mellan könen skulle kunna försvåra *överförbarheten* för er läsare. Vi menar på att för att kunna fördjupa sig ännu mer och göra slutsatsen mer *överförbar och trovärdig* för en generalisering så skulle fler deltagare behövas. Vid ett större deltagande av fler respondenter så kanske det går att finna fler skillnader beroende på vad som motiverar elever. Alla deltagare har olika bakgrunder och går

i olika skolor, gruppen är även blandad, det är både unga kvinnor och unga män som deltagit. Då studien är anonym så kommer vi däremot inte publicera mer uppgifter än att respondenterna kommer att namnges utifrån kön för att underlätta förståelsen kring resultatet för er läsare. Som tidigare lyfts innan resultatet presenteras handlar denna studie inte om att hitta skillnader mellan vad de olika könen svarar. Målet har hela tiden varit att försöka skapa en bild med en förståelse, utifrån dessa sex respondenternas svar, hur lärarna i dagens gymnasieskolor arbetar med motivation. Fördelen med intervjuer som undersökningsmetod är att det gav oss djupare svar än om vi använt oss av enkäter som förmodligen gett oss ett mer ytligt svar.

9.3 För framtida forskning

I framtiden kan det vara relevant att separera populationen i olika grupper samt göra det i större omfattning. Bredare population och kanske kategorisera mer specifikt vilka typer av ämnen som motiverar eleverna. Då kan vi se hur elever som gillar teoretiska ämnen motiveras gentemot elever som gillar mer praktiska ämnen i skolan. Vad skiljer dessa åt? Hur stor är skillnaden på grundskolan jämfört gymnasiet över hur elever känner sig motiverade? Det skulle även gå att skilja på idrottande elever och icke idrottande elever, hur upplever olika elever motivation i skolmiljö om dom idrottar på egen hand eller om de är idrottande inom förening.

Samt en uppföljningsstudie med dessa deltagare vi haft om ca 5-10 år där vi kan se om skolidrotten inspirerade dessa individer till att hitta sin grej inom idrott, hjälpte dessa motiverande miljöer dom att fortsätta idrotta eller var det tvärtom att idrottsundervisningen och lärarens försök till motiverande miljöer skrämde bort vissa individer från att idrotta överhuvudtaget. Vi ser också ett intresse och viktigt faktor att försöka göra en studie där man med hjälp av både enkäter och intervjuer undersöker denna studies syfte. Detta skulle ge möjligheten att kunna stärka resultatet av studien. Vi menar på att de mer specifika och djupgående svaren behövs, svar man får ut av intervjuer. Samtidigt menar vi på att det skulle krävas mycket tid och utrymme om man skulle vilja intervjua den mängd som man skulle vilja för att svaren ska kunna ge uttryck för generalisering. Där ser vi istället att det är lättare att använda sig av en kvantitativ metod för att förhoppningsvis kunna få in svar av en större grupp av deltagare

Käll- och litteraturförteckning

Braun, V., & Clarke, V. (2006) Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2):77-101.

<https://www.researchgate.net/deref/http%3A%2F%2Fdx.doi.org%2F10.1191%2F1478088706qp063oa>

Börjesson, Mia (2010). *Motivation och medkänsla- om att samtala med tonåringar*. Lund: Studentlitteratur AB

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

Kiliç, M. E., Kiliç, M. Y., & Akan, D. (2020). *Motivation in the Classroom*. *Participatory Educational Research*, 8(2)

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. (3. [rev.] uppl.) Lund: Studentlitteratur. (978-91-44-10167-5)

Larsson, H. (2016). *Idrott och hälsa, - igår, idag, imorgon*. Stockholm: Liber AB

Pintrich, P., R. (2003). A Motivational Science Perspective on the Role of Student Motivation in Learning and Teaching Contexts. *Journal of Educational Psychology*, 95(4), 667–686.

<https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.4.667>

Patel, R. & Davidson, B. (2011). *Forskningsmetodikens grunder: att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. (4., [uppdaterade] uppl.) Lund: Studentlitteratur.

Projektgrupp GDPR (13 februari 2018). Policy för behandling av personuppgifter. [PowerPoint-presentation]. Gymnastik- & idrottshögskolan.
https://www.gih.se/Global/5_omGIH/Styrdokument/%C3%96vergripande%20styrdokument/GIH_Policy_behandling_av_personuppgifter_2018-01-30.pdf

Rump, M., Esdar, W., & Wild, E. (2017). Individual Differences in the Effects of Academic Motivation on Higher Education Students' Intention to Drop Out. *European Journal of Higher Education*, 7(4),

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2019). Brick by brick: The origins, development, and future of self-determination theory. *Advances in motivation science*. (Vol. 6, pp. 111–156). Elsevier Academic Press.

Skolverket. (21 Januari 2021). *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet*.
<https://www.skolverket.se/undervisning/grundskolan/laroplan-och-kursplaner-for-grundskolan/laroplan-lgr11-for-grundskolan-samt-for-forskoleklassen-och-fritidshemmet>

Taylor, G., Jungert, T., Mageau, G. A., Schattke, K., Dedic, H., Rosenfield, S., & Koestner, R. (2014). A self-determination theory approach to predicting school achievement over time: the unique role of intrinsic motivation. *Contemporary Educational Psychology*, 39(4), 342–358. <https://doi-org.proxy01.gih.se:2047/10.1016/j.cedpsych.2014.08.002>

Trost, J. (2010). *Kvalitativa intervjuer*. Lund: Studentlitteratur.

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

Yasemin. Ü. (2013) *En jämförande studie av svenska och turkiska lärares matematikundervisning i grundskolans tidigare år*. Diva portal.

Litteratursökning

Datum	Databas /sökmotor	Sökord/keywords , kombination	Begränsningar (år, peer-review...)	Antal träffar	Anteckningar
20/10 2021	ERIC	SDT motivation in education SU "Motivation"	2010-2021 2010-2021 2002-2021	204 3423 13891	Vi söker alltid med "peer review" inbokat

Bilaga 1

Intervjufrågor till elever i gymnasiet

Vår definition av motivation;

En drivkraft som driver en individ till en handling eller handlingar genom antingen externa eller interna regleringar. Detta med förankring i Self determination theory och dess tre grenar; autonomi, kompetens och samhörighet.

Vad är det som motiverar dig i ämnet idrott och hälsa?

Vilka är dina intressen på din fritid? (Utövar du idrotter på din fritid inom förening eller tränar du på egen hand?)

Hur uppfattar du att den/de lärare som du har i idrott och hälsa når ut till elever som inte är motiverade/som eventuellt inte har intresset för sport på fritiden? (märker du av att läraren jobbar med motivation aktivt, har du några exempel på saker du sett eller upplevt själv?)

Finns det skillnader på hur du motiveras själv gentemot hur du upplever din motivation i en grupp (exempelvis klassen)?

Tror du att man kan motivera alla elever?

Uppfattar du att din skola jobbar aktivt med att få dig som elev motiverad?

Är det några ämnen som du är mer motiverad att delta i och motsatsen – finns det ämnen som du känner en mindre motivation för? Varför?

Vad är en motiverande miljö för dig under en lektion?

Hur skulle du beskriva en motiverande lärare?

Har du något mer du skulle vilja tillägga?

Tack!

Bilaga 2

Informationsbrev - ” Elevers uppfattning om hur idrottslärare jobbar med motivation inom ämnet idrott & hälsa ” en intervjustudie på avancerad nivå

Bakgrund och syfte

I dagens skola brukar man mena på att motivation har en viktig funktion för elevers lärande, fysiska välmående och prestation. I denna studie vill vi undersöka hur elever upplever att dagens lärare arbetar med motivation i ämnet idrott och hälsa.

Hur går studien till?

Som deltagare kommer du att vid ett tillfälle bli intervjuad om din roll som elev och hur du upplevt att lärare arbetar med motivation i skolan.

Intervjuerna kommer antingen ske på plats eller digitalt via plattform som exempelvis zoom. Vi kommer använda oss av mobiler med bra ljudupptagning för att spela in, kan innefatta externa mikrofoner. Detta för att säkerställa att kvaliteten på ljudet ska bli av så god kvalitet som möjligt för att underlätta kommande transkribering. Efter transkribering kommer ni som deltagare i studien få läsa igenom den transkriberade texten av er intervju för att säkerställa att allt är i enlighet med vad som sagts under intervjun parterna emellan.

Frivillighet

Du deltar helt frivilligt i studiens undersökning. Du kan välja att avsluta din medverkan när som helst under undersökningens gång utan att behöva ange förklaring. Om detta sker vänligen kontakta ansvariga studenter, kontaktuppgifter finner du på nedanstående blankett.

Hantering av data och sekretess

Studien kommer förhålla sig till lagen om dataskyddsförordningen (GDPR), detta innebär att alla uppgiftsbehandlingar som kan knytas till en enskild individ kommer hanteras konfidentiellt. Vilket innebär att alla personuppgifter som kommer samlas in kommer du som respondent att informeras om, du kommer också ha rätt att få ta del av och rätta till eventuella personuppgifter om dem skulle ändras under studiens gång, uppgifter som berör dig. Uppgifterna i denna studie kommer inte användas till andra syften. Dina uppgifter kommer att

förvaras på ett säkert sätt där inte obehöriga har tillgång till samt endast tillhandahållas och vara tillgänglig för oss som genomför studien och dig som deltar. Studien kommer skrivas på ett sätt som gör att det inte ska kunna och gå och identifiera dig.

Samtycke till att delta i studien:

Jag har informerats om studien ” *Elevens uppfattning om hur idrottslärare jobbar med motivation inom ämnet idrott & hälsa – en intervjustudie på avancerad nivå*” 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

Ansvariga

Sigmund Loland

Professor, inriktning idrott och etik

E-post: Sigmund.Loland@nih.no

Anton Mårtensson

Student Gymnastik och idrottshögskolan Stockholm (GIH)

E-post: Anton.martensson@student.gih.se

André Lopez

Student Gymnastik och idrottshögskolan Stockholm (GIH)

E-post: Andre.lopez@student.gih.se