



Idrott och hälsa 1 - specialisering, ett individuellt val baserat på vad?

- En kvalitativ studie om varför gymnasieelever väljer Idrott och hälsa inom det individuella valet

Amanda Ferm & Oline Malmberg

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN
Självständigt arbete avancerad nivå 53:2021
Ämneslärarprogrammet: 2017–2022
Handledare: Bengt Larsson
Examinator: Isak Lidström

Sammanfattning

Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att undersöka varför gymnasieelever väljer att läsa kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering inom individuellt val. Studien ämnar därigenom att svara på följande frågeställningar: Vad karakteriserar gymnasieelever som väljer att läsa kursen? Vad uppfattar gymnasieelever som meningsfullt med att läsa kursen? Hur påverkar kursens utformning gymnasieelevers möjlighet att välja att läsa kursen?

Metod

Studien utgår ifrån en hermeneutisk kunskapsteoretisk utgångspunkt. Kvalitativa halvstrukturerade intervjuer genomfördes med sju gymnasieelever, från två län, som valt och läser kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering inom individuellt val. Intervjuerna har sedan behandlats med hjälp av en teoriledd tematisk analys, utifrån idrotthabitus, social identitet och meningsfullhet.

Resultat

Det som karakteriserar eleverna som valt att läsa kursen är att de har en stark idrotthabitus och de ser sig själva som fysiskt aktiva och idrottsliga personer, men även att de är kompetenta inom fysisk aktivitet och idrott. Samtliga elever har en stor erfarenhet av flera idrotter under sin uppväxt, har tidigt introducerats till idrott via familj och vänner och har en öppenhet för nya aktiviteter även under senare tonåren. Det eleverna ser som meningsfullt med kursen är möjlighet till rolig fysisk aktivitet som även kan underlätta och förbättra deras övriga skolarbeten, samtidigt som det är möjligt att få bra betyg i kursen i sig. Slutligen är kursen utformad på olika sätt vid gymnasieskolorna vilket ger upphov till olika förväntningar bland eleverna kring kursens innehåll. Studiens resultat tyder även på att kursens utformning skapar förväntningar på eleverna och att de elever som upplever sig motsvara dessa förväntningar även väljer att läsa kursen.

Slutsats

Kursens utformning tillsammans med gymnasieelevernas tidigare sociala och idrottsliga erfarenheter är styrande i valet av kursen inom det individuella valet. Detta resulterar i att eleverna väljer kursen utifrån vad som passar för dem här och nu och att det kan skapa goda förutsättningar i deras tillvaro. Valet av kursen blir därav en del av elevernas hälsofrämjande beteende.



Physical education and health 1 - specialisation, an individual option based on what?

- A qualitative study about why upper secondary school pupils choose Physical education and health within individual options

Amanda Ferm & Oline Malmberg

THE SWEDISHE SCHOOL OF SPORT
AND HEALTH SCIENCES

Master Degree Project 53:2021

Teacher Education Program: 2017–2022

Supervisor: Bengt Larsson

Examiner: Isak Lidström

Abstract

Aim

The aim of this study is to find out why upper secondary pupils choose the course Physical education and health 1 – specialisation within individual options. This study has three questions to answer: What characterizes pupils who choose the course? What do the pupils find as meaningful with the course for them? How does the design of the course affect the possibility for the pupils to choose the course?

Method

Based on a hermeneutic epistemology, this study uses qualitative semi-structured interviews with seven upper secondary pupils, from two counties, who have chosen the course Physical education and health 1 – specialisation within individual options, to answer its questions. The interviews have been analysed by a theory-led thematic analysis with three theoretical concepts: sports habitus, social identity and meaningfulness.

Results

The pupils who choose the course are characterized by a strong sport habitus and they define themselves as physically active and a sportsperson. They are also competent when it comes to physical activity and sports. The pupils have a wide experience of different sports and have been introduced to sports at an early age by family and friends. The pupils are also open to new physical activities. What the pupils find as meaningful with the course for them is the physical activity it can offer and that it is fun. What the pupils also find as meaningful is the possibility to ease and favor other schoolwork and the possibility to get good grades in the course. The design of the course differs from different upper secondary schools and the design creates different expectations among the pupils about what the course should contain and contribute to. The design of the course also creates an expectation of the pupils, which has the consequence that pupils who feel that they meet these expectations also choose to read the course.

Conclusions

The design of the course together with the social and sports experiences of the pupils do influence the pupils' choice of the course. Also, the pupils chose the course because it can create good conditions in their lives, here and now. That choice therefore becomes part of the pupils' health-promoting behaviour.

Tack

Vi vill börja med att rikta vårt varmaste och största tack till våra deltagare i studien, tack för att ni har delat med er av era tankar och berättelser. Stort tack till all skolpersonal som möjliggjorde att vi fick kontakt med våra deltagare. Vidare vill vi tacka vår handledare Bengt Larsson, tack för stöttningen genom hela arbetet med uppsatsen. Tack till våra opponenter för ett insiktsfullt samtal. Slutligen, tack till alla nära och kära som orkat med oss under vår arbetsperiod. Ni är guld!

Innehållsförteckning

1. Inledning	1
2. Bakgrund.....	2
2.1 Individuellt val	2
2.2 Idrott och hälsa 1 - specialisering	3
2.2.1 Idrott och hälsa 1 - specialisering och idrottsutbildningar.....	4
2.3 Tidigare forskning.....	5
2.3.1 Därför är individer fysiskt aktiva på fritiden	5
2.3.2 Den fysiskt aktive	8
2.3.3 Val av idrottsutbildning i gymnasieskolan	10
2.3.4 Sammanfattning av forskningsläget.....	11
2.4 Teoretiska utgångspunkter	12
2.4.1 Idrottshabitus.....	12
2.4.2 Social identitet	13
2.4.3 Meningsfullhet, salutogenetiskt perspektiv	15
3. Syfte och frågeställningar	16
4. Metod	17
4.1 Urval	17
4.1.1 Avgränsning.....	17
4.2 Genomförande.....	17
4.3 Databearbetning	18
4.4 Tillförlitlighetsfrågor	19
4.5 Etiska aspekter	20
5. Resultat	21
5.1 Vad som karakteriserar eleverna som läser kursen.....	22
5.1.1 Idrottsbakgrund	22
5.1.2 Nuvarande fysisk aktivitet	23

5.1.3 Synen på sig själv och uppfattningen om andras syn	24
5.1.4. Idrotten i skolan	25
5.2 Vad eleverna upplever som meningsfullt med att läsa kursen.....	26
5.2.1 Kursens praktiska karaktär och välmående i förhållande till betyg, poäng och andra valbara kurser.....	26
5.3 Hur kursens utformning påverkar elevernas möjlighet att välja att läsa kursen	29
5.3.1 Beskrivningar av kursen	29
5.3.2 Elevernas syn på kursens deltagare och icke deltagare	31
6. Diskussion.....	32
6.1 Slutsats	36
6.2 Metoddiskussion	36
6.3 Förslag till vidare forskning.....	37
Käll- och litteraturförteckning	38
Bilagor.....	42

Tabellförteckning

Tabell 1: Deltagande elever i studien.....	21
--	----

1. Inledning

De senaste årens rapporter om barns och ungas fysiska aktivitet visar på en stor inaktivitet bland barn och unga. Få barn och ungdomar når upp till den rekommenderade mängden fysisk aktivitet på 60 minuter om dagen på en minst måttlig intensitet. Rapporteringen visar även att flickor rör sig mindre än pojkar och desto äldre barnen blir desto mindre fysiskt aktiva är de. Därtill rör sig barn och unga mer under vardagar och under skoltid än under helger och fritid. (Generation Pep, 2021; Folkhälsomyndigheten, 2019; Centrum för idrottsforskning, 2017)

Rapporteringen om barns ökade inaktivitet under flera år har gett upphov till flertalet försök från politiskt håll att vända trenden om en sämre fysisk och psykisk folkhälsa (se exempelvis Motion 1999/2000:Ub233; Motion 2005/06:Ub452; Motion 2009/10:Ub219 och Motion 2016/17:553). År 2019 genomfördes därför en utökning av antalet timmar i ämnet Idrott och hälsa i grundskolan med 100 timmar (Utbildningsdepartementet, 2018a).

Skolverket fick i uppdrag att lägga fram förslag på hur dessa 100 timmar skulle fördelas i grundskolan för bästa effekt (Utbildningsdepartementet, 2018b). I Skolverkets (2018) redovisning skriver de att deras tolkning av syftet med att eleverna ska få fler timmar är att de även ska få fler möjligheter till rörelse. Vidare mot bakgrunden att ju äldre barnen blir desto mindre fysiskt aktiva är de menar Skolverket (2018) att timmarna bör fördelas mellan årskurs 6 och 9. Detta motiverat med att skolidrotten i dessa åldrar kan vara den enda fysiska aktivitet eleverna har. Det utökade timantalet var även tid som skulle tas från elevens val (Skolverket, 2018).

Samtidigt som myndighetsbeslut om att öka antalet timmar i grundskolan har det inte kommit några reaktioner kring hur skolvärlden ska agera gentemot den information som exempelvis Centrum för idrottsforskning (2017) ger i sin rapport, nämligen att unga i gymnasieåldern rör sig mindre än de i grundskoleåldern. Här är det fortsatt en kurs i ämnet Idrott och hälsa på 100 poäng som är gymnasiegemensam för de nationella programmen (Skolverket, 2011). Däremot, samtidigt som grundskolan valt att reducera timmar från elevens val för att lägga dessa på utökad Idrott och hälsa undervisning har gymnasiet kvar individuellt val.

Individuellt val ingår i gymnasieelevers utbildning på alla nationella program. Det individuella valet innebär att eleverna väljer kurser de vill läsa som motsvarar totalt 200 poäng. Kurserna de kan välja beror på skolans utbud men estetiska kurser och kurser i Idrott och hälsa ska erbjudas inom alla nationella program. Samtidigt får elever inte välja någon kurs som redan ingår i programmet och studievägen. I ämnet Idrott och hälsa kan därför tre kurser erbjudas

som individuellt val, Idrott och hälsa 2, Idrott och hälsa 1 - specialisering och Idrott och hälsa 2 - specialisering. (Gymnasieförordningen, SFS 2010: 2039, 4 kap, 7 §)

Mot denna bakgrund, att gymnasieungdomar rör sig minst av barn och unga i Sverige men samtidigt har möjlighet att inom gymnasieskolans utbildning välja att läsa kurser som kan erbjuda mer fysisk aktivitet, vill vi undersöka varför gymnasieelever väljer Idrott och hälsa inom det individuella valet. Detta för att ur ett salutogent perspektiv (Antonovsky, 2005; Thedin Jakobsson, 2015) öka förståelsen för varför barn och unga väljer fysisk aktivitet och på så vis hjälper till att vidmakthålla sin hälsa, när möjligheten ges.

2. Bakgrund

I detta kapitel kommer innebörden av begreppen individuellt val samt Idrott och hälsa 1 - specialisering att förtydligas. Därtill kommer såväl tidigare forskning som studiens teoretiska utgångspunkt att presenteras.

2.1 Individuellt val

Som tidigare nämnts är individuellt val något som ingår i samtliga nationella program på gymnasieskolan. Individuellt val innebär att eleverna har möjlighet att själva välja kurser som de vill läsa och som motsvarar 200 poäng. Dessa 200 poäng ingår i de 2500 poäng som utbildningen vid ett nationellt program i gymnasieskolan består av.

Enligt gymnasieförordningen (SFS 2010: 2039, 4 kap, 7 §) är det huvudmannen för en gymnasieskola som beslutar om vilka kurser som ska ges inom det individuella valet. Vidare står det

Eleven har dock rätt att inom utrymmet för individuellt val läsa

1. en kurs i idrott och hälsa utöver vad som finns på studievägen,
2. minst en kurs i estetiska ämnen, och
3. de kurser som krävs för grundläggande högskolebehörighet på grundnivå om eleven går på ett yrkesprogram.

Undantag från vad som föreskrivs i andra stycket 1 och 2 får göras om det finns synnerliga skäl.
(SFS 2010: 2039, 4 kap, 7 §)

Detta innebär att oavsett gymnasium, om synnerliga skäl inte finns, har samtliga gymnasieelever som läser på ett nationellt program möjlighet att välja ämnet Idrott och hälsa inom det individuella valet (SFS 2010: 2039, 4 kap, 7 §).

Inom ämnet Idrott och hälsa finns fyra kurser: Idrott och hälsa 1, Idrott och hälsa 2, Idrott och hälsa 1 - specialisering och Idrott och hälsa 2 - specialisering (Skolverket, u.å.a).

Kursen Idrott och hälsa 1 bygger på grundskolans Idrott och hälsa och kursen motsvarar 100 poäng. Då 100 poäng inom ämnet Idrott och hälsa även är ett av de gymnasiegemensamma ämnena ingår denna kurs oftast i den befintliga studievägen för samtliga elever (Skolverket, 2011).

2.2 Idrott och hälsa 1 - specialisering

Idrott och hälsa 1 - specialisering är en kurs inom ämnet Idrott och hälsa i gymnasieskolan som motsvarar 100 poäng. Specialisering syftar till att eleverna väljer en idrott som det centrala innehållet därefter behandlas inom, se nedan:

Undervisningen i kursen ska behandla följande centrala innehåll:

- Regler, tekniker och taktik inom vald idrott.
- Planering, genomförande och analys av träningsprogram för vald idrott.
- Hur vald idrott utvecklar den kroppsliga förmågan.
- Vald idrott ur ett hälsoperspektiv.
- Vald idrotts organisation och historia.
- Organisation av barnverksamhet inom vald idrott.
- Kulturella och sociala aspekter på vald idrott.
- Etik och moral i förhållande till vald idrott. (Skolverket, u.å.a)

Skolverket skriver följande om kursen i kommentarmaterialet till ämnesplanen i idrott:

Kurserna idrott och hälsa specialisering 1 och 2 omfattar inte mål 2 och 7. Målet för dessa båda kurser är att utveckla elevens förmåga att använda en enskild idrott för att utveckla den kroppsliga förmågan och inte att utveckla förmågan i den enskilda idrotten. Därmed skiljer sig kurserna från kurserna idrottspecialisering 1, 2 och 3 i ämnet specialidrott. Specialidrott har till syfte att utveckla en idrottslig förmåga mot en speciell idrott. Kurserna idrott och hälsa specialisering 1 och 2 har syftet att utveckla kroppslig förmåga genom en idrott. Det är inte nivån på den utförda idrotten som bedöms utan hur en idrott kan användas för att utveckla en förmåga att ta hand om sin kropp i nutid och framtid på ett hälsosamt sätt. Kurserna hör till ämnet idrott och hälsa med dess syfte och kunskapskrav. Detta till skillnad mot ämnet specialidrott med syfte att utveckla förmåga att utöva vald idrott på elitnivå. (Skolverket, u.å.b)

I texten gör Skolverket en tydlig skillnad mellan kursen och de kurser som ingår i ämnet Specialidrott, som endast får anordnas vid idrottsutbildningar på riksidrottsgymnasium (RIG) eller nationellt godkända idrottsutbildningar (NIU) (Skolverket, u.å.c). Att utveckla kroppslig förmåga genom en idrott och utveckla förmåga att ta hand om sin kropp i nutid och framtid på ett hälsosamt sätt står i kontrast till kurserna specialidrott som utvecklar förmågan i den enskilda idrotten, mot elitnivå (Skolverket, u.å.b).

2.2.1 Idrott och hälsa 1 - specialisering och idrottsutbildningar

Även om Skolverket gör en tydlig skillnad mellan ämnet specialidrott och ämnet idrott och hälsa och dess kurser, visar en promemoria från Utbildningsdepartementet (2020) så sent som i juli 2020 att kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering inbjuder gymnasieskolor att erbjuda idrottssatsningar för elever även om dessa inte går en officiellt godkänd gymnasial idrottsutbildning.

I Sverige finns det idag två typer av gymnasial idrottsutbildning som ska godkännas av såväl Skolverket som det aktuella specialidrottsförbundet. Dessa är riksidrottsgymnasium (RIG) och nationellt godkända idrottsutbildningar (NIU). Till dessa idrottsutbildningar sker två ansökningsprocesser dels en idrottslig, dels en skolmässig. (Skolverket, 2020)

För att kunna erbjuda fler elever en möjlighet att idrotta under skoltid har flertalet gymnasieskolor runt om i Sverige därtill valt att erbjuda Lokal idrottsutbildning (LIU) eller Lokal idrottsprofil (LIP). För att möjliggöra detta använder flera gymnasieskolor kurserna Idrott och hälsa 1 - specialisering, samt Idrott och hälsa 2 - specialisering. (Framtidsutveckling, u.å.; Svenska skidförbundet, 2016)

Vid Google sökningar på gymnasieskolor med LIU och LIP är det tydligt att gymnasieskolorna skiljer sig åt i upplägg. En del har utvalda idrotter som eleverna kan ansöka till redan vid gymnasievalet, andra ger eleverna möjlighet att välja fritt bland flera olika idrotter. (Se exempelvis Lapplands kommunalförbund, u.å.; Leksands gymnasium, 2021; Malmö stad, 2021; Norra Västmanlands utbildningsförbund 2021 och Tullinge gymnasium, u.å.)

Därtill finns det många gymnasieskolor med LIU och LIP som samarbetar med idrottsföreningar för att kunna genomföra idrottsutbildningarna. I vissa fall finns även samarbete med specialidrottsförbunden (SISU idrottsböcker, u.å.). Detta ska enligt flera gymnasieskolors hemsidor möjliggöra en idrottssatsning för eleverna även om de inte tagit sig in på RIG eller NIU.

Detta sätt att anordna utbildningen kan dock tolkas som ett gammalt fenomen inom nya ramar, ny läroplan. Stefan Lund skriver nämligen redan 2010 i sin kartlägningsstudie av Sveriges gymnasiala idrottsutbildning att decentraliseringen av 1990-talets gymnasieutbildning gav lokala möjligheter att bedriva idrottsutbildning. I kartläggningen presenteras sju olika idrottsutbildningar där bland annat så kallade specialidrottsutbildning och specialidrottsprofil använder individuellt val, samt samarbete med lokala idrottsutbildningar för att bedriva idrottsutbildningen (Lund, 2010). Stefan Lund och Eva Olofsson (2009) menar

också att 1990-talets efterföljande breda utbud av idrottsutbildningar även handlar om att gymnasieskolorna ska kunna hävda sig i konkurrensen om elever.

Den senare användningen av kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering för att möjliggöra idrottssatsning och utveckling i den valda idrotten har inneburit ett antagande hos Utbildningsdepartementet: "Eftersom elever som väljer specialiseringar inom ämnet idrott och hälsa ofta kan antas vara mer inriktade på att bli allt bättre i sin valda idrott än att få en mer allmänt hälsofrämjande fördjupning [...]" (Utbildningsdepartementet, 2020, s. 67).

Detta har medfört ett förslag om att Skolverket bör se över kursplanen och införa förändringar, för att möjliggöra ett bredare idrottande för elever som vill satsa på sin idrott men som främst inte kommer in på RIG (Utbildningsdepartementet, 2020).

Utbildningsdepartementets uttalande och antagande öppnar upp för frågan: kan det finnas andra skäl till att eleverna väljer specialiseringskurser inom ämnet Idrott och hälsa? Denna gråzon som kursen befinner sig i, det vill säga att den kan användas som en typ av idrottsutbildning men också så som den är beskriven enligt Skolverket med tydlig distans till att utveckla kompetenser i den valda idrotten, gör att det finns flera olika möjliga upplägg till hur kursen marknadsförs och genomförs vid gymnasieskolorna inom individuellt val.

2.3 Tidigare forskning

Under denna rubrik kommer tidigare forskning att presenteras utifrån tre områden. Detta då studien inte kunnat finna någon närliggande forskning om elevers val av kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering inom det individuella valet. Det första området kommer visa på forskning som kan beskriva varför ungdomar och unga vuxna väljer att vara eller inte vara fysiskt aktiva under sin fritid. Därefter kommer område två behandla forskning som visar på vilka barn, ungdomar, unga vuxna och vuxna som är fysiskt aktiva. Det tredje och sista området presenterar forskning från skolperspektivet om elever som väljer gymnasial idrottsutbildning. Samtliga områden angränsar till denna studies delar om val av att vara fysiskt aktiv och idrotta men även det faktum att vara fysiskt aktiv.

2.3.1 Därför är individer fysiskt aktiva på fritiden

Britta Thedin Jakobsson (2014) väljer i sin studie att undersöka varför ungdomar fortsätter utöva idrotter i ungdomsåren. Genom intervjuer med 18 ungdomar mellan 15 och 19 år och utifrån ett fritt tolkat salutogent angreppssätt, som baserats på Aaron Antonovsky teori om salutogen hälsa och dess huvuddel Känsla av sammanhang (KASAM), kommer Thedin Jakobsson (2014) fram till tre huvudteman till vad ungdomar upplever som meningsfullt och

viktigt vid deras utövande av idrotter. Dessa är: att erfa, lära och utvecklas; att tävla – utmana sig själv; och nöje, involvering och engagemang med andra.

Theidin Jakobsson (2014) förklarar att ungdomar fortsätter utöva idrotter i ungdomsåren för att de tycker att det är roligt att utvecklas och lära sig nya saker inom idrotten. Ungdomarna i studien ger även uttryck för nöjet, men även väsentligheten, med att utmana sig själv i tävlingssammanhang. Theidin Jakobsson (2014) poängterar att även om ungdomarna är en del av elitverksamheter, är deras egna syfte aldrig en elitsatsning. Dessa ungdomar som inte elitsatsar kan ändå i den miljön hitta meningsfullhet med idrotten. Samtidigt är ungdomar som är föreningsaktiva även fysiskt kompetenta vilket innebär att de kan byta idrott om den föregående blivit för tråkig eller för utmanande. Många har sedan barndomen varit aktiva inom föreningsidrott och även uppmuntrats av sina föräldrar. (Theidin Jakobsson, 2014)

Den sista delen om varför ungdomar fortsätter utöva idrotter i ungdomsåren och tycker det är roligt med idrott är gemenskapen både med andra utövare och tränare. Gemenskapen är något som både fått ungdomarna att börja och stanna kvar inom idrotten. Viljan att vara med i en gemenskap men även förväntningarna om att delta och bidra har bidragit till ungdomarnas idrottande. (Theidin Jakobsson, 2014)

Inom samma område har Theidin Jakobsson tillsammans med Suzanne Lundvall (2021) undersökt ungdomars syn på föreningsidrott utifrån ett hälsofrämjande perspektiv. Intervjuer genomförda år 2007, 2008 med 15 åringar och år 2016 med 15–16 åringar har analyserats utifrån KASAM. I resultatet presenterar Theidin Jakobsson och Lundvall (2021) att idrott verkar vara begripligt, hanterbart och meningsfullt för de som är fortsatt aktiva men att det som ses om meningsfullt varierar. Meningsfullheten kan innebära lärande, utveckling av den fysiska förmågan, känsla av att tillhöra en grupp, bli utmanad och känna sig hälsosam.

Samtidigt visar resultatet i studien att ungdomar slutar med föreningsidrott då tiden inte räcker till. Ungdomar i studien beskriver att kraven från skolan upplevs vara höga och har därför svårt att prioritera föreningsidrotten. Även att föreningsidrotten inte längre upplevs vara rolig, blivit för seriös eller saknar möjligheten att utmana ungdomarna i deras idrottande och därigenom inte kan motivera dem, är anledningar till varför ungdomar slutar med föreningsidrott. (Theidin Jakobsson & Lundvall, 2021)

Att tiden inte räcker till är även något Jennifer P. Agans och Richard M. Lerner (2021) kommer fram till i sin studie där de undersöker vad som underlättar eller hämmar unga amerikanska vuxnas upprätthållande av den aktiva livsstil de erfarit under high school-åren. Genom grundad teori och intervjuer med unga vuxna som både lyckats och inte lyckats

upprätthålla den aktiva livsstilen visar Agans och Lerner (2021) att det inte finns något tydligt mönster av faktorer som leder till en aktiv livsstil.

Att tiden inte räcker till, i förhållande till tiden som studierna kräver, för att vara lika fysisk aktiv som under high school-åren var något som individerna konstaterade. Dock valde de inte bort fysisk aktivitet helt. Samtidigt fanns det en del individer som beskrev hur fysisk aktivitet hjälper dem att hantera sin egen situation, skapa ro och koncentration. Andra beskrev det som en vana att vara fysisk aktiv som inte gick att bryta. (Agans & Lerner, 2021)

Individerna gillar även möjligheten att själva kunna bestämma vad eller hur de ska träna. Detta visar enligt författarna på ett driv från individerna själva att hantera sin egen fysiska aktivitet. Resultatet visar även att de individer som insett att de själva har makten att bestämma, var också de som upprätthöll sin fysiska aktivitet. (Agans & Lerner, 2021)

Agans och Lerner (2021) visar även att vissa personlighetsdrag påverkade individernas upprätthållande av att vara fysiskt aktiva. Individer som uppfattar att de inte klara av att vara fysiskt aktiv på den nivån de själva vill, försvårar deras upprätthållande av att vara fysiskt aktiv. De som däremot söker utmaningar, fysisk utveckling eller goda tävlingsresultat har enklare att fortsätta vara fysiskt aktiva.

Därtill påverkade även olika kontextuella faktorer individernas upprätthållande av att vara fysiskt aktiva. För många individer var familjen en viktig drivkraft till att de började vara fysiskt aktiva över huvud taget, och därefter betydde familjens stöd och uppmuntran mycket för att fortsätta vara fysisk aktiv. Andra faktorer som försvårade fysisk aktivitet var att idrotterna inte attraherade individerna längre, eller att den nya livssituationen innebar en betydligt försämrad möjlighet att hålla på med det individen helst ville göra. Dock kunde även den nya livssituationen leda till nya aktiviteter för individerna.

Agans och Lerner (2021) drar slutsatsen att det handlar om en aktiv attityd och en vilja att vara fysisk aktiv som gör att unga vuxna prioriterar att lägga tid på fysisk aktivitet. Attityden bidrar till att kunna motivera fördelar istället för att se svårigheterna med att fysisk aktivitet. Exempelvis att det tar tid, att utbudet inte är vad individen önskar, eller att individen saknar stöd från andra.

En annan studie som tar utgångspunkt i frågan varför vissa ungdomar väljer att ha ett hälsofrämjande beteende medan andra inte väljer det är gjord av Karla Palmer et al. (2020). Genom en konceptanalys söker Palmer et al. (2020) utveckla en tydlig definition av ungdomars autonoma motivation för fysisk aktivitet.

Resultatet av litteraturstudien visar att det inte finns någon enhetlig betydelse för ungdomars autonoma motivation för fysisk aktivitet. Palmer et al. (2020) visar i sitt resultat att

autonom motivation kan innebära både inre och yttre motivation. Ungdomars autonoma motivation för fysisk aktivitet är enligt Palmer et al. (2020) en personlig önskan om att fortsätta vara fysisk aktiv för att det är roligt och lustfyllt eller för att det är en viktig del av hur ungdomarna identifierar sig själva.

2.3.2 Den fysiskt aktive

Agans och Lerner (2021) studie som utgår från en större longitudinell studie, visar att även om individen tidigare varit fysiskt aktiv under motsvarande gymnasietiden är det inte säkert att denne är aktiv de närliggande åren som följer gymnasieskolan. Ett liknande resultat går att finna i Lars-Magnus Engströms (2008) studie, där tiden som ungdomar spenderar på idrottsaktiviteter eller medlemskap i en idrottsförening vid 15 års ålder inte har ett signifikant samband med motionsvanor i medelåldern.

Engström (2008) som utgår från Bourdieus teori om habitus, undersöker i sin studie om idrottsutövande under barndomen återspeglas i motionsvanorna i medelåldern. I resultatet av den longitudinella enkätstudie presenterar Engström (2008) ett signifikant samband mellan personer som har hållit på med flera olika idrotter i sin ungdom och senare motionsvanor. Även erfarenheten av en bredd av olika idrotter, samt betyg i Idrott och hälsa visade på ett signifikant samband. Chansen är större att personer är fysiskt aktiva senare i livet om de har haft en stark sport habitus och högt kulturellt habitus i ungdomen. (Engström, 2008)

Kyra Hamilton och Katherine M. White (2008) undersöker i sin studie huruvida det går att förutse och förstå ungdomars fysiska aktivitet. Studien tar utgångspunkt i en utökad version av den teoretiska modellen Theory of planned behavior model (TPB).

Denna utökade modell består av de tidigare faktorerna attityd, subjektiv norm och upplevd beteendekontroll. Därtill består den av nya faktorer såsom tidigare beteende, självidentitet och sociala influenser, däribland gruppnormer, socialt stöd från familj, socialt stöd från vänner, samt socialt tillhandahållande. (Hamilton & White, 2008)

Hamilton och White (2008) kommer fram till att jag-identiteten och gruppnormer var något som signifikant kan förutsäga ungdomars avsikt att vara fysiskt aktiv. Ungdomar som identifierar sig som fysiskt aktiva personer tenderar även att ha för avsikt att vara fysiskt aktiva mer regelbundet, än de som inte identifierar sig som aktiva personer. De ser sig själva även ha förmågan att vara fysiskt aktiva.

Ungdomar som uppfattar en gruppnorm bland sina kompisar i skolan att vara fysiskt aktiv kommer ha en större avsikt att vara fysiskt aktiva. Likväl avser ungdomar vara regelbundet fysiskt aktiva om de uppfattar att andra personer, som för dem är viktiga, ger

uttryck för att ungdomen ska vara fysiskt aktiv. Resultatet visar däremot att det inte finns något signifikant samband mellan ungdomars intention att vara fysiskt aktiva och socialt stöd, såsom familj, vänner. (Hamilton & White, 2008)

En annan studie som också sett till individens identifikation och fysiska aktivitet är Bentholm, Pawlowski & Agergaards (2021) studie. Med utgångspunkt i den polarisering som uppstått mellan de som är mycket fysiskt aktiva och de som är minst aktiva under skoltiden, undersöker författarna hur danska elever ser på mer integrerad fysisk aktivitet under skoltid, samt hur de beskriver sig själva i relation till deras klasskompisar.

Studien använder sig av Jenkins teori om social identitet och resultatet visar att eleverna identifierade sig själva, genom likheter och skillnader med andra klasskompisar, som elever som ändå var medelmåttigt eller väldigt aktiva (Bentholm et al., 2021). Studien visar att eleverna uppfattar att syftet med mer integrerad fysisk aktivitet under skoltid är att det ska bidra till hälsa. Vidare vad hälsosamt innebär är enligt eleverna något som relateras till att minska risken för fetma och sjukdom. (Bentholm et al., 2021)

En annan studie som undersöker samband mellan unga vuxnas identitet, jämförelse med andra och deras fysiska aktivitet är gjord av Kirsten T. Verkooijen och Gert-Jan de Bruijn (2013). De undersöker via medieringsanalys och moderationsanalys hur relationen, på två olika sätt, verkar mellan de tre komponenterna: hur individer jämför sig med andra (social comparison), motionsvanor (exercise behavior) och tränings-självidentitet (exercise self-identity, ESI). (Verkooijen & de Bruijn, 2013)

En självskattningsenkät användes och delresultaten i studien visar på att det finns ett samband mellan hur individer jämför sig med andra och deras motionsvanor, samt mellan tränings-självidentiteten och motionsvanor. De vidare huvudresultaten, mellan samtliga tre komponenter, bedöms inte vara av intresse för vår studie, men detta delresultat innebär att exempelvis mer regelbundna motionsvanor hos individer har ett samband med en högre skattad tränings-självidentitet hos individen. Dessutom, mer regelbundna motionsvanor har ett samband med ett högre skattad träningsmängd i förhållande till den jämförelsegrupp individen har. (Verkooijen & de Bruijn, 2013)

Ytterligare delresultat visar att det finns könsskillnader gällande skattad tränings-självidentitet, skattad träningsmängd i förhållande till jämförelsegruppen och individens rapporterade motionsvanor. Både de unga männen och kvinnorna i studien skattade överlag höga tränings-självidentiteter, men männen skattade sig i högre utsträckning ha en större tränings-självidentitet än kvinnorna. Männen rapporterade även högre motionsvanor och

trodde sig oftare träna mer än jämförelsegruppen, än vad kvinnorna gjorde. (Verkooijen & de Bruijn, 2013)

2.3.3 Val av idrottsutbildning i gymnasieskolan

I dagsläget har ingen tidigare forskning hittats om svenska gymnasieskolans kurs Idrott och hälsa 1 - specialisering eller om gymnasieelevers individuella val. Däremot finns det forskning, sett utifrån tidigare läroplaner för gymnasieskolan, om elever som väljer gymnasiala idrottsutbildningar såsom Riksidrottsgymnasium (RIG), Regional idrottsgymnasium (REG) och Lokal idrottsgymnasium (LOG), senare benämnt som Nationell idrottsutbildning (NIU) och Lokal idrottsutbildning (LIU).

Stefan Lund och Eva Olofsson (2009) undersöker hur kulturellt kapital och kön är kopplat till elevers val av gymnasial idrottsutbildning. Med inspiration av Bourdieus begreppsapparat om habitus och kapital visar resultatet av enkätstudien att elevens egna betyg och idrottskulturella kapital skiljer sig åt mellan utbildningarna:

- Genomsnittsflickan vid RIG har högt betyg och ett starkt idrottskulturellt kapital. Genomsnittspojken har medelbetyg och ett starkt idrottskulturellt kapital.
- Genomsnittsflickan vid REG har högt betyg och ett mellanidrottskulturellt kapital. Genomsnittspojken har medelbetyg och mellanidrottskulturellt kapital.
- Genomsnittsflickan vid LOG har medelbetyg och mellanidrottskulturellt kapital, Genomsnittspojken har lågt betyg och mellanidrottskulturellt kapital. (Lund & Olofsson, 2009, s. 140)

Lund och Olofsson (2009) konstaterar att sannolikheten inte är stor att flickor med höga betyg väljer LOG. Precis som att pojkar med låga betyg väljer REG. Pojkar med starkt idrottskulturellt kapital kommer med största sannolikhet välja RIG. Därtill verkar inte graden av idrottskulturellt kapital ha allt för stor betydelse i flickor och pojkars val av REG och LOG.

Av enkätstudiens mer subjektiva frågeställningar anger eleverna ett allmänt idrottsintresse och möjligheten att bli elitidrottare som främsta anledningarna till valet av en idrottsutbildning. Resultatet visar att det inte skiljer sig avsevärt mycket mellan ambition och val av idrottsutbildning i förhållande till kön förutom på LOG. Betydligt fler pojkar än flickor väljer LOG för att bli elitidrottare. Samtidigt är det fler flickor än pojkar på RIG som anger idrottsintresse som en av anledningarna till valet av idrottsutbildning. (Lund & Olofsson, 2009)

Lund och Olofsson (2009) visar även att idrottsprofilerad utbildning huvudsakligen bedrivs inom ramen för ett studieförberedande program, oavsett om utbildningssamordnaren är kommunal eller en friskola. Det är alltså fler elever som går på studieförberedande program

som även går idrottsutbildningar. När det gäller RIG, REG och LOG är det dock vanligare att elever som läser REG eller LOG går på ett yrkesförberedande program än på RIG.

Lund och Olofsson (2009) kan inte visa på något samband mellan utbildningskapital, föräldrarnas utbildningsnivå, och vilken typ av idrottsutbildning eleverna väljer. Däremot visar resultatet att oavsett idrottsutbildningstyp dominerar ett högt utbildningskapital bland eleverna som valt idrottsutbildningar. Detta menar författarna samspekar med annan forskning som visar att det är ungdomar till välutbildade föräldrar som dominerar tävlingsidrotten. På samma sätt visar resultatet att idrottsutbildningarna överlag attraherar de elever som har minst ett mellanidrottskulturellt kapital (Lund & Olofsson, 2009), något som bekräftas i en senare studie av Magnus Ferry och Stefan Lund (2018).

Ferry och Lund (2018) undersöker i sin studie från ett sociokulturellt perspektiv hur organisatoriska förhållanden och elevers sociala bakgrund, såsom kön, etnicitet, social klass och idrottskapital, påverkar elevers val av olika idrottsutbildningar på gymnasiet. Utifrån ett teoretiskt ramverk inspirerat av Bourdieus begrepp habitus och kapital visar resultat att en högre andel pojkar, med svensk härkomst som studerar vid högskoleförberedande program och har föräldrar med högre utbildningskapital studerar vid dessa idrottsutbildningar (Ferry & Lund, 2018).

Ferry och Lund (2018) drar slutsatsen att idrottsutbildningar såsom RIG, REG och LOG attraherar särskilt en viss typ av elev (Ferry & Lund, 2018). Resultatet visar även skillnader mellan olika typer av idrotter och utbildningar sett till elevernas utbildningskapital och idrottskapital. Elever inom individuella idrotter har ett högre utbildningskapital än elever som bedriver lagidrotter och elever som läser REG och RIG har högre utbildningskapital än de som läser LOG. Samtidigt har elever som läser vid RIG högre idrottskapital än de som läser vid REG och LOG. (Ferry & Lund, 2018)

2.3.4 Sammanfattning av forskningsläget

Sammanfattningsvis belyser den existerande forskningen barns, ungdomars och unga vuxnas idrottande och fysiska aktivitet från olika perspektiv. Intressant för denna studie är ovanstående forsknings teoretiska utgångspunkter, resultat och slutsatser. Vi tolkar den existerande forskningen som att det finns vissa karaktäristiska drag eller sociala erfarenheter hos individer som idrottare, är fysiskt aktiva och varför dessa är det. Därtill visar forskningen hur individer själva uppfattar sitt eget idrottande och sin fysiska aktivitet, men även hur de uppfattar sig själva i förhållande till sitt idrottande eller fysiska aktivitet. I tillägg till den existerande forskningen vill denna studie undersöka en målgrupp som forskningen i dagsläget inte har

belyst i lika stor utsträckning, nämligen gymnasieelever som väljer fler idrottskurser under sin gymnasietid men som inte går en gymnasial idrottsutbildning.

2.4 Teoretiska utgångspunkter

Studien har valt att utgå från tre teoretiska fält: sociologi, socialpsykologi och salutogenes. De två förstnämnda fälten har valts då studien intresserar sig för människors beteende och handlande, samt med förståelse för att individerna befinner sig i sociala kontexter (Nationalencyklopedin, u.å.a.; Nationalencyklopedin u.å.b.; Bourdieu, 1991; Jenkins, 2008; Turner, 1991).

Därtill har salutogenes valts på grund av studiens intresse av att öka förståelsen för varför elever väljer något som kan tänkas påverka deras hälsa (Antonovsky, 2005). Från dessa tre fält utgör tre teoretiska begrepp studiens teoretiska utgångspunkt: idrottshabitus, social identitet och meningsfullhet. Dessa beskrivs närmare nedan.

2.4.1 Idrottshabitus

Då denna studie handlar om individers val och anledningar till varför deras handlande ser ut som de gör, har studien valt att använda ett teoretiskt begrepp, idrottshabitus, som utgår ifrån sociologen Pierre Bourdieus teoretiska begrepp habitus. Habitus kan ses som att varje individs erfarenheter ligger till grund för individens senare handlande (Engström, 2013). Mer djupgående ska habitus förstås som ett system av scheman som genererar olika praktiker (Bourdieu, 1991).

Engström (2013) beskriver Bourdieus habitus som en persons inpräglade vanor, dispositioner och givet tagna preferenser som bildat ett system i både kropp och sinne, och därigenom blir människors sätt att orientera sig i världen. Habitus bidrar till en naturlig känsla för vad som känns rätt vid ett visst tillfälle men helt fel vid ett annat och det som formar livsstilarna (Bourdieu, 1986).

Även Thedin Jakobsson (2015) beskriver att Bourdieus begrepp habitus ska ses som "[...] ett system av dispositioner som inpräglats i människors kroppar och sinnen genom erfarenheter av sociala sammanhang och kollektiva minnen som verkar bestämmande för människors sätt att röra sig, tänka och handla." (Thedin Jakobsson, 2015, s. 38).

Utifrån denna teoretiska aspekt är det av intresse för denna studie att förstå elevernas habitus, mer specifikt det som inom svensk forskning benämns som idrottshabitus. Mats Trondman (2005) har utifrån Bourdieus teori om habitus vidareutvecklat en kategori, idrottshabitus. Trondman (2005) utgår i sin studie, om ungdomars egna upplevelser av

föreningsidrotten i förhållande till de idrottspolitiska ambitionerna, från att individer med idrottshabitus är personer som anser att idrotten har mycket stor betydelse i deras liv och de idrottar varje, eller nästan varje dag.

Bengt Larsson (2008) använder sig av idrottshabitus i sin enkätstudie om ungdomars idrottsvanor i förhållande till ett kontextuellt perspektiv. Larsson (2008) väljer dock att utveckla Trondmans idrottshabitus genom att utgå ifrån tre idrottsspecifika områden, nämligen: fysisk aktivitet/ansträngning, medlemskap i idrottsförening och betyg i skolämnet Idrott och hälsa.

Sammanfattningsvis utifrån Larssons (2008) definition och kategorisering av begreppet idrottshabitus är en individ med stark idrottshabitus någon som uppfyller minst två av de tre följande kriterierna:

1. Rör sig så att hen blir andfådd och svettig flera gånger i veckan eller rör sig så att hen blir andfådd och svettig varje dag eller nästan varje dag.
2. Är medlem i en idrottsförening.
3. Har antingen VG eller MVG i skolämnet Idrott och hälsa.

I denna studie är idrottshabitus tänkt att användas som teoretisk utgångspunkt för att synliggöra hur elevers tidigare sociala erfarenheter och eventuellt en starkare idrottshabitus, kan speglas i elevens val av att läsa kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering. Studien kommer använda Larssons (2008) definition av idrottshabitus men med ändring på det tredje kriteriet då gymnasieskolan har ett nytt betygssystem. VG och MVG byts i denna studie till betygen C, B och A. Lika så kommer kriteriet fysisk aktivitet/ansträngning, ses utifrån att individen är fysiskt aktiv flera gånger i veckan eller varje dag i veckan.

2.4.2 Social identitet

För att ge en bredare förståelse för elevernas tidigare och nuvarande sociala erfarenheter har studien även valt, i tillägg till idrottshabitus, att inspireras av Henri Tajfels socialpsykologiska och Richard Jenkins sociologiska teoretiska ramverk om social identitet.

Till att börja med gör Jenkins (2008) ett förtydligande att identitet handlar om den mänskliga förmågan att veta vem som är vem. Detta inkluderar att veta vilka vi är, veta vilka andra är, att andra vet vilka vi är, att vi vet vad de tror att vi är. Jenkins (2008) beskriver identitet som en process, identifikation, och inte en sak som individer har. Identifikationen i sig är sedan en jämförande process där sökandet efter likheter och skillnader med andra människor och grupper gör att vi identifierar oss själva och andra på ett visst sätt (Jenkins, 2008). Detta samtidigt som andra även identifierar oss. Jenkins (2008) skriver

From their work, an understanding emerges of selfhood as an ongoing and, in practice, simultaneous synthesis of (internal) self-definition and the (external) definitions of oneself offered by others. This offers a template for the basic model, which informs my whole argument, of the internal–external dialectic of identification as the process whereby all identities – individual and collective – are constituted. (Jenkins, 2008, s. 40)

Denna interna självdefinition och den externa definitionen gjord av andra, även sett som processen av identifikation, gör vi för att kunna skapa mening i vår tillvaro. Denna mening kan vi inte skapa utan interaktion med andra och av denna anledning menar Jenkins (2008) att alla identiteter i sig är sociala identiteter.

Även om Jenkins (2008) är tydlig med att individers identiteter eller identifikation aldrig kan bestämma en persons handlingar eller beteenden, beskriver han att det fortsatt finns en viss relation mellan en individs identifikation och individens intressen. Hur en individ identifierar sig själv påverkar även hur denne definierar sina intressen. Hur individen definierar sina intressen kan även uppmuntra denne att identifiera sig på ett särskilt sätt. Detta medför enligt Jenkins (2008) att en individs utövande av speciella intressen kan leda till att denne blir identifierad av andra på ett specifikt sätt men då även hur denne själv identifierar andra kan påverka dennes intressen.

För att konkretisera skulle det i denna studie kunna innebära att en individ som identifierar sig som en fysisk aktiv person definierar ett intresse av att ha ett fysiskt aktivt liv. Samtidigt som personen då definierat och konkretiserat sitt intresse för ett fysiskt aktivt liv uppmuntras denne till att identifiera sig som en fysisk aktiv person, samtidigt som denne definieras av andra som en fysisk aktiv person. När personen sedan identifierats av andra som en fysisk aktiv person definierar denne sig själv återigen som en fysisk aktiv person. (Jenkins, 2008)

Henri Tajfel, grundaren till Social identity theory (SIT), menar att den sociala identiteten, en tilldelad identitet genom gruppmedlemskap, skapar en delad syn med andra om vem en är men också ett förväntat beteende i förhållande till vem en är (Jenkins, 2008). Gazi Islam (2014, s. 1781) skriver att SIT "[...] begins with the premise that individuals define their own identities with regard to social groups and that such identifications work to protect and bolster self-identity."

Genom SIT har Tajfel kunnat visa på beteenden av favorisering av den egna gruppen och diskriminering av icke gruppmedlemmar. Grupptillhörigheten används för att mobilisera individer (Jenkins 2008). Islam (2014) beskriver att favoriseringen eller upprätthållandet av

den positiva gruppsjälvbilden är för att individerna i gruppen identifierar sig själva genom medlemskapet i gruppen och därav känner ett behov av att jämföra den egna gruppen positivt.

Det ska dock förklaras att Tajfels syn på social identitet är betydligt mer psykologisk än sociologisk, vilket innebär att gruppen aldrig kan bestämmas objektivt utan det är individerna själva som subjektivt ser sig som en del av gruppen och bildar gruppen (Turner & Bourhis, 1996). Tajfel lägger också större vikt vid den socialpsykologiska delen om hur grupperna i sig agerar och inte individerna inom gruppen (Turner, 1996). Trots detta har SIT enligt Islam (2014) utvecklats bort från sitt sociologiska ursprung mot en mer individualistisk psykologi något som även uppmärksammats av Tajfel och hans efterträdare John C. Turner (Turner, 1996; Turner & Bourhis, 1996).

Med risk för att hamna i konflikt med Tajfels egen användning av social identitet har denna studie valt att tolka att grundprincipen kan bjuda in till att användas på följande sätt i denna studie. Förutsätts eller antas det att eleverna som väljer kursen ser sig som en del av gruppen elever som har valt kursen, innebär detta att gruppen i sig har likartade intressen och värderingar och därav har ett likartat beteende. Genom att se likheter mellan individerna i intressen och värderingar men även syn på gruppen och grupptillhörighet kan en större förståelse för elever som väljer kursen skapas. Genom denna förståelse för eleverna kan även en förståelse för deras val sedan skapas.

Denna studie kombinerar såväl Jenkins sociologiska som Tajfel socialpsykologiska teorier om social identitet. Detta för att, som ovan beskrivits, både kunna se gruppen och individen och därigenom skapa större och bredare förståelse om fenomenet att välja att läsa kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering. Det kan inte tillräckligt betonas att denna teoretiska utgångspunkt inte gör ett försök att enkom förklara varför eleverna väljer kursen.

2.4.3 Meningsfullhet, salutogenetiskt perspektiv

Då denna studie tar utgångspunkt i skolämnet Idrott och hälsa och med intresse för att studera de unga som aktivt väljer något som kan verka hälsofrämjande, kommer studien utgå från Aaron Antonovskys salutogenetiska synsätt, den salutogena teorin. Detta med inspiration av Britta Thedin Jakobssons (2015) användning av ett salutogent angreppssätt.

Det salutogenetiska synsättet innebär att söka vad som vidmakthåller hälsa hos en individ och inte vad som orsakar ohälsa eller sjukdom. Samtidigt innebär den salutogena teorin att hälsa ses som ett flerdimensionellt kontinuum från ohälsa till hälsa, istället för en dikotomi mellan frisk och sjuk. (Antonovsky, 2005)

För att enklare kunna undersöka och synliggöra vad som gör att individer behåller hälsa, eller rör sig mot hälsopolen från ohälsa, utvecklade Antonovsky (2005) begreppet Känsla av sammanhang (KASAM). KASAM består i sin tur av tre komponenter: begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet (Antonovsky, 2005).

Begriplighet innebär att individen upplever eller uppfattar sin inre och yttre tillvaro som förståelig, ordnad, sammanhängande och tydlig istället för kaotisk, oförklarlig eller slumpmässig (Antonovsky, 2005).

Hanterbarhet innebär att individen upplever sig ha tillgång till resurser som gör att hen kan möta de krav som ställs (Antonovsky, 2005). Antonovsky (2005) menar att tillgången till resurserna kan såväl vara resurser en själv råder över, som resurser någon en litar på råder över.

Meningsfullhet innebär att individerna upplever, även känslomässigt och inte endast kognitivt, att områden och dess utmaningar är värda investeringar och engagemang (Antonovsky, 2005). Antonovsky (2005) menar att meningsfullhet ska ses som KASAM:s motivationskomponent. Det innebär att även om motgångar och svårigheter kommer kan alltid meningsfullheten bidra till att ändå orka och våga möta dem. Det finns fortsatt något som individen anser är viktigt inom området och som leder till meningsfullheten. (Antonovsky, 2005).

Thedin Jakobsson (2015) beskriver meningsfullheten som en positiv förväntan och framtidstro, men även upplevelsen av att vara delaktig och engagerad. Meningsfullheten av idrott hos ungdomar liv analyserades därför utifrån bland annat delaktighet, glädje och lust. (Thedin Jakobsson, 2015)

I studien kommer endast KASAM-komponenten meningsfullhet att användas för att skapa större förståelse kring varför elever väljer att läsa kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering. Detta innebär mer konkret att ta reda på vad som upplevs som meningsfullt för eleverna med att välja kursen. Vad eleverna förväntar sig av kursen, vad den ska bidra till för dem, men även hur eleverna upplever kursen är av intresse sett utifrån denna salutogena teoretiska utgångspunkt.

3. Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att undersöka varför gymnasieelever väljer att läsa kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering inom individuellt val.

Studien ämnar därigenom att svara på följande frågeställningar:

- Vad karaktäriserar gymnasieelever som väljer att läsa kursen?

- Vad uppfattar gymnasieelever som meningsfullt med att läsa kursen?
- Hur påverkar kursens utformning gymnasieelevers möjlighet att välja att läsa kursen?

4. Metod

Studien har en hermeneutisk kunskapsteoretisk utgångspunkt och en kvalitativ ansats, där förståelse om andra människor kan tolkas genom tal och skrift (Hassmén & Hassmén, 2008). Då studiens syfte är att undersöka varför gymnasieelever väljer Idrott och hälsa 1 - specialisering inom det individuella valet används en deskriptiv kvalitativ ansats och kvalitativa intervjuer för att bidra till denna förståelse för dessa elever och deras val (Kvale & Brinkmann, 2014; Hassmén & Hassmén, 2008).

4.1 Urval

Studien använder ett kriteriebaserat urval. Det innebär att urvalet består av elever som valt och läser kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering inom det individuella valet. Syftet med detta urval är att deltagarna i studien ska kunna ge så god information och goda beskrivningar som möjligt sett till studiens syfte (Hassmén & Hassmén, 2008). Urvalet består av sju gymnasieelever.

4.1.1 Avgränsning

Sökandet efter deltagare gjordes via Google sökningar och tidigare kontakter, liksom ett tillgänglighetsurval (Hassmén & Hassmén, 2008), för att komma i kontakt med gymnasieskolor som erbjuder kurser inom det individuella valet. Detta har lett till att studien avgränsat urvalet till elever på gymnasieskolor inom Norrbottens län och Stockholms län.

4.2 Genomförande

Utifrån studiens avgränsning kontaktades gymnasieskolor som på sin hemsida eller via annan skolpersonal kunde bekräfta att skolan erbjuder kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering inom individuellt val. Därefter kontaktades undervisande lärare i kursen via mejl med information om studien, informationsbrev till elever (se bilaga 2) och förfrågan om att sprida informationen till eleverna som läser kursen. Kontakt etablerades med totalt nio skolor under v. 44–46 och efter påminnelsemejl resulterade detta i sju deltagare för studien. Tre elever visade intresse via återvändande mejl och fyra av deltagarna visade intresse via undervisande lärare. Fyra elever går sitt andra år och tre elever går sitt tredje år på gymnasiet. Ingen av eleverna går en Lokal idrottsutbildning (LIU) eller Lokal idrottsprofil (LIP).

Fyra intervjuer genomfördes på plats och två på distans vecka 47. Vecka 48 genomfördes ytterligare en intervju på distans. Intentionen var att i största möjliga mån kunna genomföra intervjuerna på den plats respondenterna önskat men på grund av studiens tidsram, tidpunkt för intresseanmälan och sjukdom kunde inte alla erbjudas intervjuer på plats. Dock har samtliga respondenter som genomfört sina intervjuer på distans varit okej med detta.

Innan intervjuerna med de sju respondenterna i studien gjordes en pilotintervju. Dels för att pröva studiens intervjuguide, dels för att få en uppfattning om hur långa intervjuerna skulle komma att bli. Pilotintervjun innebar även prövning av att genomföra intervjuer på distans och med två intervjuare. Efter pilotintervjun reviderades intervjuguiden något och intervjutiden fastställdes till ca 30–40 minuter. De sju intervjuerna tog mellan 26 och 49 minuter.

Intervjuerna har varit av halvstrukturerad karaktär. Detta för att få mer djupgående och breda svar än vid en strukturerad intervju, vilket också bidragit till en flexibilitet och följsamhet i varje unik intervjusituation. Halvstruktureringen har även inneburit att intervjusituationen varit mer kontrollerad jämfört med en ostrukturerad intervju (Hassmén & Hassmén, 2008; Kvale & Brinkmann, 2014).

Intervjuguiden delades in i ämnesområden som utgått från studiens frågeställningar och teorier, men även ett fåtal fastställda frågor (se bilaga 3). Struktureringen med fastställda frågor har bidragit till bakgrundsinformation om respondenterna, säkerhetsställande av att intervjuaren hållit sig till studiens ämne, men har även varit en anpassning utifrån respondenternas ålder och en rimlig intervjutid. I slutet av varje intervju gavs respondenterna möjlighet att tillägga eller förtydliga något, utifall de upplevt att något uteblivit under intervjun. (Kvale & Brinkmann, 2014; Hassmén & Hassmén, 2008)

Intervjuerna spelades in för att möjliggöra en ökad koncentration hos författarna under intervjun, samt för att under analysens gång kunna lyssna om på intervjun för att minska risken för att data ska gå förlorad (Kvale & Brinkmann 2014). Mobiltelefon användes vid intervjuerna på plats för att spela in, medan de intervjuer som skedde på distans spelades in via den digitala mötesplattformen Zoom Video Communications, Inc. (Zoom). Respondenterna meddelades både skriftligt och muntligt innan intervjun att dessa skulle komma att spelas in, samt förvaras lösenordskyddat.

4.3 Databearbetning

Efter varje avslutad intervju har författarna enskilt lyssnat på det inspelade materialet i syftet att skapa ett helhetsintryck utifrån intervjupersonens tankar och åsikter. Samtliga intervjuer har

sedan transkriberats löpande av en av de två författarna som deltagit vid intervjuerna (Hassmén & Hassmén, 2008). Vid transkriberingen har samtliga respondenter avidentifierats och fått kodnamn. Transkriberingen ligger till grund för den kvalitativa analysen av studiens data, som utifrån ett hermeneutiskt perspektiv innebär att det är i textens ord och meningar som förståelse för personerna kan tolkas (Hassmén & Hassmén, 2008).

Efter transkriberingen av intervjuerna har bägge författarna enskilt läst det transkriberade materialet upprepade gånger för att identifiera likheter och skillnader mellan intervjuerna.

Analysen av intervjumaterialet har genomförts genom en teoriledd tematisk analys, som innebär möjlighet till såväl deduktiv som induktiv analys (Hassmén & Hassmén, 2008). Hassmén och Hassmén (2008) skriver att vid användningen av teoriledd tematisk analys i kvalitativa studier, finns möjligheten till en öppenhet inför andra teman som kan tillkomma vid arbetet med data och som inte utgår ifrån teorierna.

Innan analysen av intervjumaterialet bestämdes tre teman utifrån studiens teorier: *Idrotts habitus*, *Social identitet* och *Meningsfullhet*. För att kunna täcka in samtliga frågeställningar i studien kompletterades de teoristyrda teman med följande teman: *Personlig idrottsbakgrund*, *Val inför och under gymnasietiden*, *Kursens utformning*. Därtill har ytterligare ett tema tillkommit vid arbetet med data: *Upplevelsen av idrott och fysisk aktivitet*.

Varje tema har tilldelats varsin färg och respondenternas svar har sedan färgmarkeras utifrån tillhörande tema. Om respondenternas svar ger uttryck för flera teman har svaret markerats för samtliga teman det ger uttryck för. Därefter har det färgkodade materialet tolkats i förhållande till studiens syfte och frågeställningar.

4.4 Tillförlitlighetsfrågor

I kvalitativa intervjustudier talas det ofta om att objektivitet i studien är svårt att verkställa och att studiens reliabilitet och validitet inte riktigt ter sig eller kan kontrolleras på samma sätt som i en kvantitativ studie. Däremot om begreppen omformuleras något finns essensen kvar att kontrollera studiens tillförlitlighet, giltighet, noggrannhet och överförbarhet (Hassmén & Hassmén, 2008; Kvale & Brinkmann, 2014). För att öka denna studies tillförlitlighet och trovärdighet, även sett som giltighet, har nedanstående tillvägagångssätt tillämpats i studien.

Innan intervjuerna med de sju respondenterna genomfördes en pilotintervju. Detta för att pröva och säkerhetsställa studiens intervjuguide med dess ämnesområden och intervjufrågor, som formulerats utifrån studiens bakgrund och teori, gentemot studiens syfte och frågeställningar. Pilotintervjun innebar även prövning av att genomföra intervjuer på

distans och med två intervjuare. Genomförande av intervjuer med två intervjuare innebär att författarna i denna studie behövt vara medvetna om den maktasymmetri som kan råda mellan intervjuare och respondent, det vill säga att det inte kommer vara en samtalssituation mellan jämlikar och att situationen kan upplevas som ojämlig av respondenten själv (Kvale & Brinkmann, 2014). Detta är något som kan leda till att respondenterna svarar vad respondenten tror att författarna vill höra. Därför har författarna i största möjliga mån riktat in sig på den öppna förståelseformer som Kvale och Brinkmann (2014) beskriver. Likväl för att kunna säkerhetsställa att alla intervjuerna sker på likartat sätt och öka dess kvalité, sett utifrån studiens tillförlitlighet och giltighet, har båda författarna deltagit vid samtliga intervjuer (Kvale och Brinkmann, 2014; Hassmén & Hassmén, 2008).

Transkriberingen har genomförts av en av de två författarna som deltagit vid intervjuerna för att minska missuppfattningar och missförstånd när intervjuerna går från tal till text (Kvale & Brinkmann, 2014). För att vidare öka studiens trovärdighet har respondenterna givits möjlighet att få ta del av transkriberingen (Hassmén & Hassmén, 2008). Därefter för att öka både tillförlitligheten och trovärdigheten har författarna enskilt påbörjat analysen av datamaterialet för att därefter tillsammans jämföra de första analyserna och på så vis kommit överens om den induktiva tematiseringen (Hassmén & Hassmén, 2008). Den deduktiva analysen som varit teoriledd har genomförts utifrån samma kriterier för bägge författarna (Hassmén & Hassmén, 2008). Att använda både en deduktiv och induktiv analys har genomförts för att öka trovärdigheten i tolkningarna av studiens resultat (Hassmén & Hassmén, 2008).

Slutligen måste det betonas att denna studies resultat inte på något sätt vill eller kan bidra till en allmän generalisering gällande varför gymnasieelever väljer kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering inom individuellt val (Kvale & Brinkmann, 2014). Det studien däremot kan är att skapa förståelse för fenomenet utifrån ett förvisso begränsat antal individer och deras uppfattningar. Denna kunskap kan på så sätt överföras till andra relevanta situationer (Hassmén & Hassmén, 2008; Kvale & Brinkmann, 2014).

4.5 Etiska aspekter

För att tillgodose informationskravet har informationsbrev delgivits till eleverna via deras lärare men även av författarna innan intervjun startade. I informationsbrevet (se bilaga 2) finns information om studiens syfte, att deltagandet är frivilligt, att deltagarna kan välja att avbryta deltagandet närsomhelst utan vidare förklaring och att det inhämtade materialet i så fall

kommer raderas och inte användas i studie, samt hur författarna behandlar de inhämtade uppgifterna. (Vetenskapsrådet, 2002)

Samtyckeskravet har tillgodosetts då samtycke till deltagande i studien har inhämtats av samtliga deltagare efter att de blivit införstådda med studiens syfte. Då studien inte anses vara av etisk känslig karaktär, bidra till psykiska påfrestningar eller innebära mätningar av känslig karaktär, har samtycke inhämtats enkom av deltagarna i studien som alla varit över 15 år. (Hassmén & Hassmén, 2008; Vetenskapsrådet, 2002)

Tillgodeendet av konfidentialitetskravet och nyttjandekravet har inneburit att eleverna som deltagit i studien inte kommer nämnas vid namn, beskrivas genom boendeort eller vilken gymnasieskola de studerar vid. Redan i transkriberingen av intervjuerna har eleverna aidentifierats för att säkerhetsställa anonymitet. Det inspelade materialet och transkriberingarna har förvarats lösenordskyddat av författarna, oåtkomligt för andra individer. Materialet har endast använts av författarna i studiens syfte, ingen tredje part har haft tillgång till studiens material. Det inhämtade materialet kommer raderas vid studiens publicering för att försäkra att materialet inte kan komma att användas i någon annan studie än denna. (Kvale & Brinkmann, 2014; Vetenskapsrådet, 2002)

5. Resultat

I detta kapitel kommer resultatet av studien presenteras utifrån studiens tre frågeställningar. Resultatet analyseras även löpande i kapitlet utifrån studiens teoretiska utgångspunkter: idrottshabitus, social identitet och meningsfullhet.

Från och med detta kapitel kommer ordet elev med tillhörande böjelser användas synonymt med ordet gymnasieelev. Därtill åsyftar ordet kursen till kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering. Begreppen fysiskt aktiv och idrottslig används synonymt i denna, då ingen tydlig definition fastställdes innan intervjuerna.

Eleverna som deltagit i studien benämns som Elev (E) med en tillhörande siffra mellan 1 och 7. De presenteras i nedanstående tabell.

Tabell 1: Deltagande elever i studien

Kodnamn	Årskurs i gymnasieskolan	Gymnasieprogram	Går LIU eller LIP
E1	Åk 3	Ekonomiprogrammet	Nej
E2	Åk 3	Naturvetenskapsprogrammet	Nej

E3	Åk 2	Ekonomiprogrammet	Nej
E4	Åk 2	Ekonomiprogrammet	Nej
E5	Åk 2	Naturvetenskapsprogrammet	Nej
E6	Åk 2	Naturvetenskapsprogrammet	Nej
E7	Åk 3	Samhällsvetenskapsprogrammet	Nej

5.1 Vad som karaktäriserar eleverna som läser kursen

5.1.1 Idrottsbakgrund

I intervjuerna med samtliga elever framkommer det hur de tidigt i sina liv kommit i kontakt med idrott. E4 säger *Oj, de var väldigt länge sen, jag var väldigt liten... ja var väl 4, 5 år.* E5 beskriver vidare:

Eeh det har väl varit, asså sen jag har varit liten så har jag alltid tränat liksom någonting, mina föräldrar tränar väldigt mycket också såå att.. jag har alltid varit med på såhär löpartävlingar åå varit med när mina syskon har varit på basketmatcher och sånt. Så jag har eller det har väl varit ganska naturligt att jag har börja med idrott.

Likt E5 har familj, syskon men även släktingar och kompisar varit en bidragande faktor till varför eleverna börjat idrotta. E2 säger *Ja, det är många i släkten som har spelat basket och är långa liksom så då blev jag lite påverkad av det.* E3 beskriver även han hur intresset förts över av föräldrar och syskon.

[...] hela min eller min pappa och mina två brorsor håller på med fotboll. Ee och då så tror jag blev lite att dom gillade fotboll så att de gav över intresset lite till mig också. Så ja jag kollar jättemycket fotboll och spelar fotboll. Så det är mest att jag blivit påverkad av dem att alltså just välja fotboll... och inte någon annan sport tror jag. (E3)

Samtliga elever har även prövat på flera idrotter under uppväxtåren men har av olika skäl slutat med vissa idrotter. E5 berättar att hon fått sluta med basketen för att det var för många som slutade och att det inte fanns någon tränare längre. E2 beskriver att en skada satte stopp för vidare föreningsidrottande men även att [...] *jag kände att jag vill lägga tid på annat nu när man har blivit äldre, liksom.*

Det är inte bara under tidig barndom som eleverna testat på idrotter. Även under senare tonåren har eleverna bekantat sig med nya idrotter och sätt att vara fysiskt aktiva på. E7 säger att när åldern var inne för att vara på gym fastnade han för det och att han numera prioriterar träning på gymmet istället för föreningsfotbollen. E3 säger att en allt mindre seriös inställning till fotbollen gav honom möjlighet att börja med padel.

Varför jag började spela padel var för 3 år sedan var att, när vi spelade fotboll blev det lite mer... alltså oseriöst, vi behövde göra ett val om vi skulle, alltså börjar satsa på riktigt, eller vi skulle köra lite mer lugnt. Då var det mycket i, alla hade mycket i skolan och ingen orkar riktigt köra, helt seriöst. Ee så då drog vi ner på fotbollen lite och det var då intresset för padel och tennis kom. (E3)

Bland eleverna finns det de som haft högre ambitioner inom sin idrott men som tröttnat på seriositeten och förändrat sitt idrottande. E4 berättar *[...]sen gick jag upp till sådana här ambitions lag och så vidare, men det fick mig lite att ee tröttna på det här satsiga tyvärr, men, jo, men jag spelar fortfarande i lite mer oseriösare lag [...]*. E6 berättar att Covid-19 pandemin lett till ett kortare uppehåll från föreningsverksamhetens träning och att hon under den tiden prioriterade att träna på egen hand.

5.1.2 Nuvarande fysisk aktivitet

I dagsläget är alla utom två elever fortsatt aktiva inom en idrottsförening och uppfyller därmed ett av de tre kraven för en stark idrottshabitus, vilket är medlemskap i en idrottsförening (Larsson, 2008). Däremot är alla elever fysiskt aktiva genom flera olika aktiviteter oavsett om de är föreningsaktiva eller inte. Samtidigt är alla fysiskt aktiva mellan tre till nio gånger i veckan, med idrottslektionerna inräknade. Fem elever är aktiva mellan sex till sju gånger i veckan, vilket gör att dessa uppfyller kriteriet för en stark idrottshabitus om att vara fysiskt aktiv flera dagar i veckan (Larsson, 2008). E4 förklarar att det blivit allt mindre och mindre träning *[...] för att det blir rätt mycket med plugget och andra saker kommer emellan, tyvärr*. En del av elever ser sig själva som fysiskt aktiva personer med hänvisning till deras mängd av fysisk aktivitet. E3 säger *Ah det skulle jag säga, jag gör ju i alla fall minst en, alltså fysisk aktivitet varje dag*. och E7 säger *Jo det säger ja, jag tränar ju gym 6 dagar i veckan så*.

Eleverna berättar vidare hur de tränar både på egen hand och med kompisar. E2, E6 och E7 berättar att gymträning brukar både ske individuellt och tillsammans med kompisarna, E2 säger *Ja, ibland gymmar jag med kompisar men jag tycker det är skönast att gymma själv, då får man mer gjort annars blir, ja, lite för oseriöst*. Majoriteten av eleverna berättar också hur de är omgivna av fysiskt aktiva personer och att kompisarna är fysiskt aktiva. E5 berättar hur hon uppfattar att hon är mer fysiskt aktiv än de flesta men att *[...] alla mina kompisar här är ganska så aktiva*.

Samtidigt beskriver flera av eleverna att de både har kompisar som är mindre fysiskt aktiva och de som är mer fysiskt aktiva, exempelvis berättar E4 att på gymnasieskolan finns det många som har mycket högre prioritet inom sina idrotter än vad han själv har, men att han samtidigt är betydligt mer aktiv än många av hans kompisar. E7 berättar att hans kompisar

prioriterar olika aktiviteter men att både han och kompisarna är fysiskt aktiva [...] när det gäller gym, då är mer aktiv men när det gäller andra sporter så är de mer aktiva så att säga.

5.1.3 Synen på sig själv och uppfattningen om andras syn

Samtliga elever i studien ser sig som fysiskt aktiva eller idrottsliga personer. E1 säger att idrott är en stor del av hans liv och berättar [...] jag skulle bah rent utav säga att jag är en väldigt aktiv person! [...] och hänvisar sedan till hur han tycker idrott är roligt och att han är kompetent inom idrott.

E6 beskriver dock att hon ser sig som en ganska fysiskt aktiv person [...] Ja, men jag har nån period nu när jag tränar ganska mycket, men det brukar som variera ibland. Vidare menar hon att andra i hennes omgivning uppfattar henne som en fysiskt aktiv person.

E5 säger sig också tro att andra ser henne som en fysiskt aktiv person med hänvisning till hennes beteende, [...] så fort jag får ett hål på dagen så går jag till gymmet hehe... Och de tycker att jag är ganska, ee ah såhär att de undrar varför typ. Alltså de som inte idrottar då. Hon berättar vidare att hon tycker det är lite viktigt att andra uppfattar henne som en fysiskt aktiv person eftersom [...] det ju som en del av vem jag är, att jag är en idrottslig person men det är egentligen inte viktigt för mig att andra gör det. Det är ju inte därför jag tränar. Ambivalensen ifall det är viktigt att andra ser eleverna som fysiskt aktiv personer återfinns även mellan E1 och E3. E1 säger att det är viktigt och berättar Asså såhär, men att det har väl alltid varit naturligt i mitt fall, att jag alltid alltså varit aktiv och alltså gillat att sporta liksom, så det kommer väl lite med det. E3 säger däremot:

Alltså inte viktigt, asså jag har inget behov av att folk ser mig som en fysisk person.

Men jag skulle säga att dom gör det, dom som känner mig bra vet ju att jag tränar en del. Men det är inget alltså jag behöver höra, att folk säger att jag är en fysisk person, utan det är mest att vad jag vet själv.

E4 resonerar på ett liknande sätt som E3 att det inte är så viktigt, [...] jag vet ju själv liksom och mina närmaste vet om, så hur jag ser ut på utsidan när det gäller idrott har jag väl inte sådär jättemycket att bry mig om.

E1, E3 och E7 som återkopplar till deras träningsmängd och kompetens inom idrott när de ser sig som fysiskt aktiva personer, gör detsamma när de säger sig tro att även andra ser dem som fysiskt aktiva personer.

Nej men, det är för jag varit alltså fysiskt aktiv inom alltså sport, idrott och träning i kanske ah men i 11 år och tränar flera gånger i veckan. Oavsett om vi inte har alltså fotbollsträningen alltså om det är nu på vintern så hittar jag alltid någonting och göra. Det är som en rutin att jag alltid hitta på någon fysisk aktivitet. (E3)

Rutinen att alltid hitta på något eller ha struktur på sitt idrottande är det fler elever som beskriver. E4 berättar att han ser sig som en idrottslig person för att *jag har ju växt upp med det hela mitt liv och haft en ganska stor struktur på det*. E6 berättar att träningen är också som ett sätt att fördriva tiden när hon inte har något att göra. Vidare berättar majoriteten av eleverna även att de ser sig vara fortsatt fysiskt aktiva även efter gymnasietiden, E7 säger *Alltså för mig just nu. Det är ju en tredjedel viktigaste saker att göra för mig, så jag kommer nog fortsätta den kanske till och med resten av mitt liv om det går*. E1 som planerar att senare studera vidare berättar:

[...] alltså jag är fullt medveten om att när jag nu tar studenten så kommer jag nog börja löpa även fast jag hatar det liksom haha. Det är ju också att jag vet ju att jag mår alltså, jag kan ju inte plugga egentligen när jag inte tränar.

Jenkins (2008) skriver att identiteten handlar om en mänsklig förmåga att veta vem som är vem och att identifikationen är en process där individer jämför sig med andra för att identifiera sig själva och andra på ett visst sätt. Eleverna i denna studie identifierar sig som fysiskt aktiva personer och idrottsliga personer. De uppfattar även att andra ser på dem som fysiskt aktiva personer.

Denna identifikation beskriver eleverna utifrån en jämförelse med sina kompisar och andra i sin omgivning, men även utifrån deras intresse och beteende av att vara fysiskt aktiv, inte bara nu utan även i framtiden. Även om Jenkins (2008) har tydliggjort att ens identifikation aldrig kan bestämma en individs beteende, kan individerna formulera intresse utifrån sin identifikation. Därtill kan även individens intresse uppmuntra individerna till att identifiera sig på ett visst sätt, något som går att tolka hos dessa eleverna och deras identifikation (Jenkins, 2008).

5.1.4. Idrotten i skolan

När intervjuerna kommer in på frågor om idrotten i grundskolan har eleverna unika upplevelser. Både positiva och negativa upplevelser beskrivs, men trots negativa delar med ämnet Idrott och hälsa i grundskolan har samtliga elever slutbetyg i ämnet som ligger mellan C och A. E6 berättar om sin upplevelse av idrotten i skolan:

E6: [...]men på högstadiet typ eeh eller när det nu var då tyckte jag om matte mycket mer så att den fokuserar jag som mer på det och tänkte knappt på idrotten. Men sen är det på gymnasiet så insåg jag att idrott är extremt kul, så har jag inte riktigt känt innan.

I: Skulle du säga att du, du prioriterar ämnet mer nu under gymnasietiden än under högstadietiden?

E6: Ja, det skulle jag nog säga.

I: Känner du att det är viktigt för dig att få ett bra betyg i idrott och hälsa också?

E6: Alltså ett bra betyg ja! men kanske inte så mycket att få bästa betyget utan jag känner som att det är viktigare att jag mår bra och ha kul på idrotten.

När det kommer till gymnasiet och elevernas uppfattningar om betyg i ämnet säger E3 *Ja. Alltså ja, jag tänker inte jättemycket på betygen ser ut, utan jag kör ju alltså max och försöker nå det högsta. Sedan får jag se vad, vad jag hamnar på.*, men tillägger sedan att han alltid går för det högsta betyget. E5 säger även hon att betyget i ämnet är viktigt.

Ja jo, det är väl ändå, för det är ju en liksom en bekräftelse på att man har gjort allt man kan och gjort det som man ska, och att man är liksom, det är ju viktigt också det här med att vara bra ledare och lagkamrat och sånt. Så att, att man vet att läraren har sett det, att man försöker. (E5)

Sammanfattningsvis framkommer det här att samtliga elever motsvarar det tredje kriteriet som Larsson (2008) formulerat för en stark idrottshabitus och som innefattar betyget VG eller MVG i ämnet Idrott och hälsa. Detta då samtliga har ett slutbetyg i grundskolan som ligger mellan C och A. Det innebär sammantaget, med medlemskap i idrottsförening och fysisk aktivitet i veckan, att samtliga elever, då de uppfyller minst två av tre kriterier, har en stark idrottshabitus (Larsson, 2008). Idrott har en stor betydelse i elevernas liv som valt att läsa kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering (Larsson, 2008; Trondman 2005).

5.2 Vad eleverna upplever som meningsfullt med att läsa kursen

5.2.1 Kursens praktiska karaktär och välmående i förhållande till betyg, poäng och andra valbara kurser

Betyg och poäng är något eleverna återkommer till på olika sätt i sina berättelser om hur de resonerade kring det individuella valet. E5 berättar att hon först inte tänkt välja kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering men hur hon ändrat sig.

[...]när vi skulle välja det var då jag hade börjat liksom träna på gymmet åå ee, så då kände jag att det var ganska.. å jag kände också då att det här med att vi hade väldigt bra, det var kul på idrotten tyckte jag och vi har väldigt bra lärare också. Så då valde jag det för jag tänkte att det är lika bra att jag tränar ju ändå, så det är lika bra att få betyg för det hehe och poäng hehe. (E5)

E1 berättar hur han såg möjligheten att få ett bra betyg i en kurs.

Men nej, så jag kände väl att det är en skön grej egentligen och det är så här att det känns för mig, alltså enkelt ändå, såhär att få ett hyfsat betyg för att jag tycker att det är kul. Och där får man väl också lägga in lite mer tanke, för det måste man också tänka på. (E1)

E4 berättar hur han resonerade kring hur det individuella valet skulle bidra till meritpoäng eller inte och hur han landade i att välja kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering.

[...] man kunde välja till spanska och den hade jag haft det väldigt tufft med så det kändes inte som ett alternativ. Sen fick jag upp den här listan och då visade den för min morfar då, som är väldigt intresserad av min skolgång och hjälper till jättemycket. Så han tänkte väl att jag får väl välja själv för att det är väldigt individuellt val, det handlar ju inte sådär jättemycket om poäng där, så då kände jag väl att det här passar mig bäst. (E4)

E7 berättar att han egentligen hade valt Matematik 3b för att få behörighet till vidare studier men att kursen inte blev av och därför blev det andrahandsvalet Idrott och hälsa 1 - specialisering. Dock hade han hela tiden tänkt att han ville ha idrott. E3 säger även han att valet av Idrott och hälsa 1 - specialisering inte var självklart.

Alltså, det var faktiskt ett val, för jag tänkte att först psykologi bara för att.. alltså det var inte någon större tanke med just psykologi, utan det var bara ett ämne som i skolan som skulle vara användbart i framtiden. Men, sen tänkte jag lite på att det jag gör nu kan jag resultera i att jag höjer mig i flera ämnen och inte bara fokusera på ett som var psykologi då. (E3)

Flera av eleverna berättar hur de resonerade, likt E3, om att valet av att läsa kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering skulle bidra till andra fördelar eller ett underlättande i deras studier på gymnasiet. E2 säger *För jag tänkte att i trean vill jag ha idrott, [...] ingen teoretisk, slippa tänka. Det är mer som att komma undan från allt tänkande och bara slappna av som en safe zone.* E4 berättar:

Ja, jag kollade på de andra individuella valen och det var det väl två ämnen så intressanta. Det var väl marknadsföring och entreprenörskap, men jag skulle säga att det jag har så mycket alltså läsåmnen ännu så att jag tror att det hade varit rätt tufft att liksom ha en till sån där grej liksom och då var det väldigt skönt att jag kunde ha idrotten, för jag vet också att jag mår mycket bättre när jag rör på mig. Och här så är (*lärarens namn*) en grymt bra lärare så vi hade jättetur med det också så men det var rätt självklart skulle jag säga ändå.

Att måendet och koncentrationen påverkas av idrottandet beskriver även E3 var en del av anledningarna till att det blev idrott och hälsa 1 - specialisering.

Alltså jag har alltid varit en sån som, jag rör heller på mig än att sitta och stilla. Jag har många kompisar som hellre sitter stilla och plugga som har bättre fokus på det och det är jättebra. Men jag känner lite att, om jag ska gå så här långa skoldagar så kommer det resultera i till bättre, alltså resultat både i skolan och alltså på idrotten och när jag pluggar, att jag är här och rör på mig varje morgon, två gånger i veckan. (E3)

E3 resonerade även om valet med en kompis och berättar att de kommit fram till att [...] *det största argumentet var att man rör på sig! [...] Så det var det var boll och racketsport och ingen teori alls, utan det var bara fysiskt.*

E6, som valt samtliga Idrott och hälsa kurser i sin studieplan, berättar att hon valde kurser som skulle vara roliga, hon visste på en gång att hon ville ha minst en idrottskurs och att meritpoängen inte var lika viktiga. Det viktiga var att det skulle vara roligt och möjliggöra att ha så mycket idrott i veckan som möjligt. Fler elever berättar om att de förväntat sig att kursen skulle komma att vara rolig, *Ja, vad visste jag... Ingenting hehe, bara det kommer vara roligt.* säger E7.

E1, E2 och E5 berättar också att de inför kursen fått uppfattningen och hört av andra att kursen skulle vara rolig. Vidare berättar E2 att han fått uppfattningen om att det inte kommer vara så mycket teoretiska inslag i kursen medan E1 och E3 berättar att de inte visste hur mycket teori det skulle bli, men att de nu uppskattar den övervägande delen fysisk aktivitet under lektionerna.

Ja alltså, jag visste faktiskt inte så mycket utan det stod ju boll och racketsport så jag antog att det var mycket boll och racketsport och sen visste jag inte om det var så mycket teori eller inte, men ja, det är ju bara fysiskt nu som jag tycker är jättebra.
(E3)

För E2 skulle valet av kursen innebära en möjlighet till mer fysisk aktivitet när skadan satt stopp för föreningsidrottandet och den egna träningen inte längre var lika frekvent som förr. E1 beskriver det som att kursen var en liten *räddning* till att fortsätta vara fysiskt aktiv.

Nej, men jag ville väl alltså lite så här. Jag har funderat på att sluta på fotbollen ee så det var väl lite också liksom en räddning till att jag skulle kunna göra något på, alltså utöver bara sitta hemma eller var i skolan liksom. Så alltså både en sån skön känsla för jag vet ju att det är jätteskönt att ha idrott i skolan och det är inte många som får chansen till det. Vi har ju redan ett privilegie att vi har alltså själva kursen alltså grundkursen i idrott och hälsa 1 på två år. (E1)

Thedin Jakobsson (2015) tydliggjorde att meningsfullheten kan ses som en positiv förväntan och framtidstro. Sammantaget beskriver eleverna ovan meningsfullhet genom en positiv förväntan med att läsa kursen, en positiv förväntan med att få betyg i något de tycker är roligt men även är bra på. Den positiva förväntan innebär också att kursen kan bidra till att de kan prestera bättre även i flera andra ämnen.

I tillägg till en positiv förväntan valde Thedin Jakobsson (2015) att analysera meningsfullheten utifrån delaktighet, glädje och lust. Sammanfattningsvis kan det tolkas att

eleverna ser det som meningsfullt att läsa kursen då de anser att innehållet är något roligt, enkelt och som bidrar till att de mår bättre.

Meningsfullheten, en positiv förväntan, innebär också att få vara fysiskt aktiv under skoltiden. Flera elever har möjligheten att påverka innehållet själva och kan anpassa det utifrån deras intressen, men även tider som passar dem. Denna meningsfullhet, med glädje och lust, positiv förväntan och delaktighet bidrar till att det är mer värdefullt att välja kursen än andra mer meritgivande kurser för vissa elever (Thedin Jakobsson, 2015; Antonovsky, 2005).

5.3 Hur kursens utformning påverkar elevernas möjlighet att välja att läsa kursen

5.3.1 Beskrivningar av kursen

Samtliga elever har lektion två dagar i veckan, men däremot skiljer sig upplägget och innehåll mellan de olika skolornas utformning av kursen. När E6 berättar om sina förväntningar på kursen framkommer det hur hon trott att kursen skulle vara jobbig eftersom det innebar ett eget ansvar att kunna planera och genomföra egen träning.

Eller ja, min kompis hade också. Hon är ett år äldre än mig, så då hade hon valt den kursen ett år innan jag skulle välja den och då hade hon typ sagt att det var jättejobbigt och att det var svårt att komma på vad man ska göra när de hade så här eget en gång i veckan. Då fick jag lite såhär lägre förväntningar och så trodde jag att det skulle vara ganska jobbigt. Men sen när jag börjar kursen så, var det kul och inte alls ee stressande på något sätt. (E6)

E6 har ett kursupplägg där kursens läses två dagar i veckan och där den ena lektionen, med varierat idrottsligt innehåll, genomförs tillsammans i helgrupp med samtliga som läser kursen och där den andra lektionen innebär att eleverna på egen hand ska träna vad de planerat att träna. Hon berättar vidare om upplägget *Jag tycker det är ganska bra för att ibland kan det vara skönt att få välja själv om man vill göra, men sen är det också kul då att träna med andra så då får man en ganska bra balans.*

E5 och E7 berättar också om ett kursupplägg som kräver att eleverna kan ta ansvar. E5 berättar att hon innan kursen var bekant med kursupplägget och berättar även hur det egna ansvaret passar henne.

[...] för mig funkar det väldigt bra. Därför att jag tror att det funkar bra för alla för att vi har ju.. det är en kurs som vi har valt själva, så att alla gör ju träningen för annars så har de inte valt kursen om man inte alls tycker om att träna. Så att det tror jag funkar väldigt bra. (E5)

E7 berättar hur de har eget ansvar att under lektionstid genomföra den träning som de på egen hand planerat men att [...]om du har till exempel jobb och sånt under den tiden, så kan vi däremot komma senare och göra men bara att vi skickar bevisa att jag har gjort det, till exempel genom spela in eller skriva och så. Denna möjlighet är något E7 använder sig själv av ibland när han har jobbtider som krockar med skoltiden.

E3, som berättat att kursen benämndes som "Boll och racketsport" och valde kursen därav för att han antagit att kursen då innehöll det, har ett kursupplägg där lektionerna genomförs två dagar i veckan tillsammans med andra elever som valt kursen. I tillägg till att de spelar olika boll- och racketsporter berättar han om en uppgift de har [...] alla elever ska leda en lektion var och då är det ju mycket att man får ta på sig ett ansvar och leda en hel grupp och sen tar man något man gillar. Han berättar vidare:

Jag körde och min kompis, jag var med. Vi tänker, båda gillar fotboll och tennis. Men för va lite så här rolig och lite utanför boxen så tänkte vi körde vi badmintons bara för att ah men testa på lite. Så vi körde på det och la upp en plan på hur lektionen skulle se ut.

E1, E2 och E4 har liknande upplägg som E3 med flera olika idrotter som genomförs tillsammans med de som valt kursen. E1 berättar liksom E3 hur han resonerar kring en uppgift de har i kursen [...] vi kommer ha en inlämning som ska ingå i nästa termin och då ska vi fördjupa oss i en sport som jag förstått det, och ja, då kommer det nog bli fotboll typ eftersom att jag har en massa kunskap därifrån.

Utöver dessa uppgifter som E1 och E3 beskriver, den egna planeringen som E5, E6 och E7 beskriver och det fysiska deltagandet under lektionerna, framkommer det inte i någon av intervjuerna hur eleverna vidare uppfattar kursens syfte, mål och kunskapskrav i förhållande till kursens upplägg och utformning.

Det framkommer inte i någon intervju med eleverna att de skulle ha valt en specifik idrott som de fördjupat sig i, genomgående i hela kursen. Däremot planerar och genomför eleverna en egen planerad styrke- och konditionsträning, antingen genom hela eller halva kursen, eller fördjupar eleverna sig i en idrott, som E1 och E3 beskrivit, under en kortare del av kursen. I intervjun med E2 framkommer det att han inte vet om de enskilt kommer fördjupa sig i eller välja någon idrott. E4 beskriver hur de tillsammans med läraren planerar och genomför olika idrotter. E4 beskriver även att hans engagemang blir större i kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering jämfört med Idrott och hälsa 1 då innehållet i den förra kursen stämmer bättre överens med det han tycker är roligt, exempelvis är orientering inget som han uppskattar i Idrott och hälsa 1 och som inte finns med i Idrott och hälsa 1 - specialisering.

Däremot berättar en av eleverna, E5, att inför det individuella valet berättades det i informationen om kursen att [...] *jegentligen så ska man ju vara kopplad till en förening, [...]* men förklarar att det finns svårigheter med att ha det kravet och att det därför räcker med att som elev vara *intresserad* för att välja kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering.

5.3.2 Elevernas syn på kursens deltagare och icke deltagare

Att det finns ett intresse för idrott bland de som valet kursen berättar inte bara E5 om, utan det kommer även E3 in på när han berättar om skillnaderna mellan kursen Idrott och hälsa 1 som han läser med sin gymnasieklass och Idrott och hälsa 1 - specialisering som han och de han läser med valt själva.

Alltså, de har ju inte valt att gå till en idrottslektion, men de här har ju varit och alltså väljer den här kursen. Så det är lite mer seriöst här. Folk i, som jag sa, är mer tävlingsinriktade vill verkligen vara här. Medans andra kanske väljer att, Ja men vissa väljer att skipa lektionerna. Och att, ja, men det är bara allmänt att folk här är lite mer peppade och taggade på att var lektionen. (E3)

Han berättar vidare hur hans eget engagemang också påverkas av omgivningens engagemang i Idrott och hälsa 1 - specialisering och att han själv blir [...] *mer motiverad av att gå på lektionerna och att vara mer aktiv på lektionerna.*

E1, E3, E4, E5 och E6 berättar på olika sätt att de elever som valt kursen och är i samma grupp som dem, är fysiskt aktiva individer. Ingen av ovanstående elever såg sig vara mindre fysiskt aktiva än snittet i gruppen. E2 säger att de kompisar som han valde kursen tillsammans med är i alla fall lika fysiskt aktiva som han själv. E3, som ovan berättat om hur gruppen är tävlingsinriktade, tycker att det är roligt att göra saker med andra som verkligen har samma genuina intresse.

[...] och sen är det gruppen också då man alltså, alla som är här gillar ju boll och racket, man har ju jo alltså gjort ett val. För de är många som väljer språk där man får lite extra meritpoäng och då krävs det ett ganska.. asså det är ganska stort val så de som är här gillar ju alltså boll och racket på riktigt, så det är alltid kul att alltså göra saker med folk som alla gemensamt gillar på riktigt. (E3)

E7 berättar, i likhet med E3, att han tror att de som inte valt kursen inte ser idrott som lika intressant eller är lika motiverade. Vidare berättar han dock att han ser att kursen är populär och att elever från olika program, både högskoleförberedande- och yrkesprogram, väljer kursen. En fördelning av programtillhörighet hos deltagarna i kursen är inget som framkommer i de övriga intervjuerna.

E4 kommer liksom E3 och E7 in på vilka som inte valt kursen och berättar att de inte verkar få ut samma sak som han av idrott.

[...]det går ju, som ni har märkt det går inga tjejer i den här klassen, men det är lite synd tycker jag. Jag vet inte vad det beror på? Det är väl, de verkar inte få liksom samma liksom kick av idrotten tyvärr ee många, vilket som syns på siffrorna. Tyvärr så är skitsynd ee jag tror det hade hjälpt till också. (E4)

Att det är ett lägre antal deltagare i kursen som är tjejer än killar berättar även E1, E5 och E6 men ingen av dessa gör en reflektion av detta liksom E4. Fördelningen av kön i klassen är inget som framkommer i intervjuerna med E2, E3 och E7.

I likhet med den jämförelse av individer och grupper som Jenkins och Tajfel beskriver i förhållande till social identitet beskriver eleverna ovan om likheter inom gruppen med elever som valt kursen och olikheter med de som inte valt kursen (Jenkins, 2008; Islam, 2014).

Till att börja med tolkar vi utifrån elevernas svar om att ingen ser sig vara mindre fysiskt aktiv än snittet bland dem som de läser kursen tillsammans med, som att de ser sig vara en del av gruppen (Turner & Bourhis, 1996). Detta får till följd att vi tolkar att elevernas individuella beteende är i likhet med gruppens och som eleverna beskriver ovan finns det vissa beteenden och intressen som gäller för gruppen som valt att läsa kursen.

Dessa likheter och skillnader måste även sättas i den kontexten som kursens utformning bidrar med. Förutom att kursen innefattar att vara fysiskt aktiv, men även att det bör finnas ett intresse och seriositet för idrott och träning hos de som läser kursen, så blir det tydligt att eleverna ska kunna vara kompetenta att hantera det upplägg och utformning som kursen har. Exempelvis kanske det inte räcker att endast vara kompetent i en idrott utan i flera. I andra fall krävs det att kunna ta eget ansvar inom ämnesområdet idrott och träning.

6. Diskussion

Syftet med studien är att undersöka varför gymnasieelever väljer att läsa kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering inom individuellt val.

Till att börja med kan vi konstatera utifrån studiens resultat att eleverna, som väljer att läsa kursen, har tidigt i barndomen introducerats till idrott. Samtliga elever berättar även, i likhet med Agans och Lerner (2021) och Thedin Jakobsson (2014), att de introducerats och fortsatt med idrott tack vare familj och vänner och beskriver detta i termer av att det skett naturligt att de börjat med idrott och fortsatt vara fysiskt aktiva.

Eleverna har även stor erfarenhet av idrott, då samtliga har provat på flera idrotter under uppväxten. Bredden av aktiviteter som eleverna i denna studie har testat på och bedrivit under sin uppväxt innefattar inte bara föreningsidrott utan det är även andra former av fysiska aktiviteter.

Att eleverna som valt kursen även har denna breda erfarenhet av fysisk aktivitet från unga år är i likhet med det samband som Engström (2008) påvisar mellan erfarenheten av en bredd av aktiviteter under uppväxten och individers senare motionsvanor i medelåldern, nämligen att chansen är större att individerna är fysiskt aktiva senare i livet om de har haft en starkare sport habitus.

Även om det inte går att säga om dessa elevers senare motionsvanor är det intressant att eleverna redan i övre tonåren kan ta beslut om att vara fysiskt aktiv och att dessa elever även har denna idrottsbakgrund som Engström (2008) visar på i sin studie.

Resultatet visar att eleverna har förändrat sina aktivitetsvanor under uppväxten och tonåren. I likhet med ungdomarna i Thedin Jakobsson och Lundvalls (2021) studie har en del av eleverna erfarenhet av att lämna föreningsidrotten för att prioritera annat eller förändra sina träningsvanor. Därtill har även andra omständigheter, exempelvis att studierna kräver mer tid eller att intresset för tidigare idrotter har minskat, påverkat förändringar hos elevernas aktivitetsvanor som mer eller mindre försvåra elevernas fysiska aktivitet (Agans & Lerner, 2021). Däremot som även Agans och Lerner (2021) beskriver i sin studie har dessa nya omständigheter istället lett till nya sätt för eleverna att vara fysiskt aktiv på.

Agans och Lerner (2021) beskriver att de unga vuxna som fortsatt är aktiva även efter high school-åren har en aktiv attityd, som innebär att de har en vilja och väljer att prioritera att vara fysiskt aktiva. Denna aktiva attityd är något vi ser hos de elever som väljer kursen, dels då de hittar nya sätt att vara aktiva på när omständigheterna för den tidigare fysiska aktiviteten förändras, dels för att valet av kursen också innebär en vilja och prioritering att vara fysiskt aktiv. Som det beskrivs i resultatet ser eleverna en möjlighet till fortsatt fysisk aktivitet genom att välja Idrott och hälsa 1 - specialisering inom individuellt val, när deras omständigheter på fritiden förändrats.

I resultatet i vår studie ser vi likt Hamilton och White (2008) och Verkooijen och de Bruijn (2013), samt Palmer et al. (2020) att ungdomar som identifierar sig som fysiskt aktiva personer tenderar att ha en avsikt att vara fysiskt aktiva mer regelbundet, än de som inte identifierar sig som aktiva personer. Alla elever i denna studie identifierar sig själva som fysiskt aktiva personer eller idrottsliga personer. Likt hur eleverna i Bentholt et al. (2021) studie beskriver sig själva i förhållande till sina klasskamrater, beskriver eleverna som läser kursen att de är lika fysiskt aktiva som genomsnittet i gruppen som läser kursen.

Hamilton och White (2008) menar även att de som ser sig ha förmågan att vara fysiskt aktiva också är fysiskt aktiva. Detta bekräftas i denna studie exempelvis när en av eleverna beskriver hur han kan få bra betyg i kursen, vilket vi tolkar som att han upplever sig vara

kompetent inom ämnet, eller när andra elever berättar att de har lätt för idrott och att valet av kursen är som en safe zone.

Angående elevernas kompetenser har vi tidigare konstaterat att samtliga elever har en stark idrottshabitus utifrån Larssons (2008) tre kriterier. Ett av dessa kriterier var betyget i ämnet Idrott och hälsa. I likhet med Engström (2008) ser vi att eleverna som väljer en kurs som innefattar att vara fysiskt aktiv också har betyg i ämnet från grundskolan som ligger på den övre delen av betygsskalan, nämligen C till A. Detta trots att eleverna beskrivit positiva och negativa upplevelser av ämnet. Vi tolkar också detta som att eleverna är kompetenta inom ämnet.

Det är intressant att se att dessa elever har ett högt genomsnittligt betyg i ämnet och även om Lund och Olofsson (2009) såg till samtliga betyg i årskurs nio, skulle eleverna som väljer kursen motsvara de elever som väljer RIG eller REG och inte de som valt LOG, sett till betygen. Samtidigt kan Lund och Olofsson (2009) göra skillnad mellan könen och deras val av idrottsutbildning utifrån det stora deltagarunderlaget, något vi i denna studie inte kan uttala oss om på samma sätt eller i samma utsträckning.

Däremot har det framkommit i intervjuerna med en del av eleverna att det är fler killar än tjejer som valt kursen på deras gymnasieskolor. Det som framkommer i resultatet å andra sidan är att det inte går att se någon skillnad mellan könen gällande anledningar till varför eleverna väljer kursen, men vi kan se att kursens utformning, innehåll och upplägg som presenteras för eleverna passar för dem som väljer kursen.

Ferry och Lund (2018) som också studerar olika faktorer som påverkar elevernas val av idrottsutbildningar kommer fram till att utbildningarna attraherar en viss typ av elever. Även om denna studie inte har samma utgångspunkter eller teoretiska ramverk som Ferry och Lund (2018) kan vi se likheter mellan dessa sju elever som valt kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering. Majoriteten av eleverna har en stark idrottshabitus, de går på högskoleförberedande program, de har valt kurser som ska ge goda meritpoäng och planerar att studera vidare efter gymnasiet.

Att det finns många likheter mellan eleverna som läser kursen, att det kan uppfattas som att kursen är något som passar eleverna och att valet av kursen passar dem betyder dock inte att valet av kursen är självklart. Som resultatet visar har flera elever resonerat kring att välja andra kurser. Det som samtliga elever faller tillbaka på i sina resonemang är att idrott och träning är roligt och att kursens innehåll ska bidra till glädje, men även vad den faktiska fysiska aktiviteten under lektionerna kan bidra med för dem.

Vi tolkar detta som att eleverna ser att syftet med kursen för dem är att skapa goda förutsättningar i deras tillvaro. Detta likt Agans och Lerner (2021) som beskriver hur unga vuxna uppfattar att fysisk aktivitet ger bättre koncentration, beskriver eleverna i studien hur de kan prestera bättre i de andra teoretiska ämnena.

Thedin Jakobsson menar att ungdomar fortsätter idrotta och vara föreningsaktiva för att de tycker det är roligt, som ovan beskrivits och även i resultatet av denna studie ser vi att eleverna uppfattar kursen som rolig och därför väljer den. Detta är även i likhet med Palmer et al. (2020) studie om varför vissa ungdomar väljer att ha ett hälsofrämjande beteende, nämligen att den autonoma motivationen till fysisk aktivitet handlar om ungdomars personliga önskan om att vara fysiskt aktiv eftersom det är roligt och lustfyllt. Det Thedin Jakobsson skriver vidare är att det som är roligt för ungdomarna med föreningsidrotten är gemenskapen med likasinnade men även utveckling i sin idrott.

Det som framkommer i intervjuerna med eleverna i denna studie är däremot att valet av kursen inte handlar om att bli bättre eller utvecklas i en specifik idrott. Förvisso ville en del av eleverna bli bättre tränade, exempelvis starkare, men detta framkom aldrig som huvudanledningen till att de valt kursen. De väljer den snarare för att få vara fysiskt aktiva. Inte heller beskriver eleverna sig ha några elitidrottsambitioner, vilket eleverna som väljer idrottsutbildningar gör (Lund & Olofsson, 2009).

Att eleverna inte har elitidrottsambitioner, men ändå ser det som meningsfullt att välja kursen, påminner om ungdomarna i Thedin Jakobssons studie (2014) som även de fortsätter vara aktiva inom föreningsidrotten och ibland även inom elitverksamheten trots att de själva inte har ambitionen att bli eller vara elitidrottare.

Detta leder oss tillbaka till den fråga vi ställde oss i bakgrunden och i förhållande till Utbildningsdepartementets promemoria nämligen: Finns det andra skäl till att eleverna väljer specialiseringskurser inom ämnet Idrott och hälsa, än att de vill bli bättre på sin idrott?

Det enkla svaret vi har på frågan är ja, det finns andra skäl till varför elever väljer specialiseringskurser inom ämnet Idrott och hälsa än att bli bättre i sin idrott. Vi ser att ämnets och kursens fysiska karaktär är det som lockar. Det faktum att kursen bidrar till möjligheten att få vara fysiskt aktiv bland dessa elever som upplever sig ha mycket teoretiskt i sin gymnasieutbildning leder till att eleverna väljer kursen i ett hälsofrämjande syfte.

Detta även om de inte uttryckligen väljer kursen för att lära sig mer om ett hälsofrämjande beteende, så som Skolverket (u.å.b) skriver fram att kursen ska syfta till. Dessa elever mår bra av idrott och fysisk aktivitet och vi är av den uppfattningen att dessa elever redan lärt sig ett hälsofrämjande beteende.

Däremot avsaknaden av att välja en specifik idrott och genom denna lära sig ett hälsofrämjande beteende och utveckla den fysiska förmågan får oss att undra om kursen ändå inte genomförs på det sätt som den är tänkt att genomföras på. Får verkligen eleverna lära sig ”[...] hur en idrott kan användas för att utveckla en förmåga att ta hand om sin kropp i nutid och framtid på ett hälsosamt sätt.” (Skolverket, u.å.b)?

Oavsett, vad skulle hända om kursen görs om så som Utbildningsdepartementet (2020) lyfter fram? Vad skulle hända med dessa elever som inte har intresse av att bli bättre i sin idrott, utan bara vill vara fysiskt aktiv under skoltiden? Hur kommer det påverka dessa elever som väljer kursen för att kunna prestera bättre i andra skolarbeten? Finns det en risk att gymnasieelever kommer prestera sämre i skolan när de inte kan välja mer fysisk aktivitet under skoltid?

Vad ska de 100 extra timmar inom Idrott och hälsa i grundskolan generera när den ökade satsningen på ämnet inte fullföljs hela vägen upp till gymnasiet och om gymnasieelever begränsas i deras möjligheter att få vara fysiskt aktiva under skoltid om kursen görs om? Skulle detta kunna innebära att dessa elever inte väljer att vara lika fysiskt aktiva och att klyftan blir större mellan de som (elit)idrottar och inte? Vi anser att det borde gå att tillgodose gymnasieelevers vilja att vara fysiskt aktiva, oavsett om det är inom en specifik idrott eller inte, allt för att inte begränsa möjligheterna till fysisk aktivitet för gymnasieelever under skoltiden.

6.1 Slutsats

Alla gymnasieelever i studien har en stark idrottshabitus och idrott är en viktig del av deras liv. De upplever sig vara kompetenta inom ämnet och kan hantera kursens innehåll och upplägg. Det ter sig i slutändan som ett mer eller mindre självklart, naturligt eller perfekt val för eleverna att välja kursen. Detta inte bara sett till deras kompetens och hanterbarhet inom ämnet utan även sett till att de uppfattar att ämnet och kursens fysiskt aktiva innehåll bidrar till välmående och hanterbarhet i andra skolarbeten. Därtill påverkar kursens utformning elevernas förväntningar men skapar även en förväntan på eleverna. Detta får till följd att de elever som upplever sig kunna motsvara dessa förväntningarna även väljer kursen.

6.2 Metoddiskussion

Kvalé och Brinkmann (2014, s. 85) skriver “kvaliteten hos de data som produceras i en kvalitativ intervju beror på kvaliteten hos intervjuarens färdigheter och ämnesområden.”, som blivande ämneslärare i Idrott och hälsa mot gymnasieskolan ser vi oss ha kunskaper om

ämnesområdet för att kunna genomföra en intervjustudie som denna (Hassmén & Hassmén, 2008). Däremot, är de faktiska intervjufärdigheterna hos oss begränsade.

Det var första gången vi intervjuade en målgrupp i åldersspannet 16 till 18 år och även om vi genomförde en pilotintervju för att vara bättre förberedda upplever vi båda att ytterligare en pilotintervju hade varit att föredra. Den maktasymmetri som blir påtaglig vid en intervjusituation likt vår, har påverkat oss och våra intervjufrågor (Kvale & Brinkmann, 2014). Vi har, i den mån vi kunnat, skapat en trygg miljö där eleverna ska kunna känna sig trygga med att bli intervjuade av oss och även om vi uppfattat att eleverna varit bekväma under intervjusituationen är det snarare vi som intervjuat som inte alltid varit bekväma med att ställa följdfrågor.

En del av intervjuerna på distans har även bidragit till vissa svårigheter för oss att nå och skapa en djupare förståelse för eleverna, eftersom en dålig internetuppkoppling från vår sida lett till upprepade störningsmoment i intervjun. Det hade varit mer optimalt att samtliga intervjuer därför hade genomförts på plats för att dessa skulle kunna vara likvärdiga.

Med tanke på studiens omfattning med endast sju deltagare från två län i Sverige ser vi att denna studies resultat inte heller bör bidra till allmänna generaliseringar. Som resultatet ändå visar finns det många påverkade faktorer vid gymnasieelevers val av kurser inom individuellt val. Av denna anledning finns möjligheten att andra teoretiska utgångspunkter hade kunnat bidra till ytterligare alternativa tolkningar om varför elever väljer kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering.

6.3 Förslag till vidare forskning

Vi ser fortsatt efter denna studies bidrag till forskningsområdet att det skulle behövas vidare forskning som genomför en kartläggning av kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering. Vi kan konstatera utifrån vårt resultat att kursen genomförs på flertalet olika sätt och därför säkerligen har ett elevunderlag som kan se mer varierat ut än det som presenterats i denna studie. Av denna anledning hade en större kartläggning kring hur många elever det är som väljer kursen, varför de väljer den och även hur kursen är utformad för dem varit högst betydande för att kunna skapa större förståelse för kursens roll i gymnasieskolan.

Den varierade utformningen av kursen innebär också att vi ser ett behov av att vidare undersöka hur skolan och de undervisande lärarna uppfattar ämnets syfte, centrala innehåll och kunskapskrav. Detta skulle kunna bidra till en ökad förståelse varför kurserna ser så olika ut och att eleverna möter så pass olika upplägg även om kursplanen är densamma.

Käll- och litteraturförteckning

Agans, J.P. & Lerner, R.M. (2021): "I Actually Have to Decide What I'm Doing:" How Youth Maintain Active Lifestyles in the Transition to Young Adulthood. *Leisure Sciences*, 1–21. doi:10.1080/01490400.2021.1913266

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

Bentholm, A., Pawlowski, C. & Agergaard, S. (2021). 'I'm nearly as active as the boys who play football': A multiple-case study of social identification among least active pupils. *European Physical Education*, 27(4), 908–926. doi:10.1177/1356336X211002854

Bourdieu, P. (1986[1984]). *Distinction: a social critique of the judgement of taste*. (1. paperback-ed.) London: Routledge & Kegan Paul.

Bourdieu, P. (1991). *Kultursociologiska texter*. Stockholm: B. Östlings bokförl. Symposion.

Centrum för Idrottsforskning. (2017). *De aktiva och de inaktiva: om ungas rörelse i skola och på fritiden* (Centrum för idrottsforskning, nr 2017:2) Hämtad från <https://centrumforidrottsforskning.se/kunskap-om-idrott/rapporter/de-aktiva-och-de-inaktiva-om-ungas-rorelse-i-skola-och-pa-fritid>

Engström, L-M. (2008). Who is physically active? Cultural capital and sports participation from adolescence to middle age—a 38-year follow-up study. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 13(4), 319–343.

Engström, L-M. (2013). *Smak för motion: fysisk aktivitet som livsstil och social markör* (2 uppl.). Stockholm: Stockholms Universitets förlag.

Ferry, M. & Lund, S. (2018). Pupils in upper secondary school sports: choices based on what? *Sport, Education and Society*, 23(3), 270–282. doi:10.1177/1356336X211002854

Folkhälsomyndigheten. (2019). *Barns och ungas rörelsemönster Resultat från objektivt uppmätt fysisk aktivitet, Skolbarns hälsovanor 2017/2018*. Hämtad från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/b/barns-och-ungas-rorelsemonster/?pub=60058>

Framtidsutveckling. (u.å.) *Kombinera ditt idrottsintresse med din gymnasieutbildning*. Hämtad 26 november 2021 från <https://www.gymnasieguiden.se/informeras/kombinera-ditt-idrottsintresse-med-din-gymnasieutbildning>

Generation Pep. (2021). *Pep-rapporten 2021: Coronapandemins påverkan på barns hälsa*. Hämtad från <https://generationpep.se/sv/aktuellt/pep-rapporten-2021-coronapandemin-har-paverkat-vara-barns-halsa-negativt/>

Hamilton, K. & White, K. M. (2008). Extending the theory of planned behavior: the role of self and social influences in predicting adolescent regular moderate-to-vigorous physical activity. *Journal of sport and exercise psychology*, 30(1), 56–74.

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

Islam, G. (2014). Social identity theory. I T. Teo (red.), *Encyclopedia of Critical Psychology* (s. 1781–1783). New York: Springer.

Jenkins, R. (2008). *Social identity* (3 uppl.). London: Routledge.

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. (3:5 uppl.) Lund: Studentlitteratur.

Lapplands kommunalförbund (u.å.). *Idrott och hälsa - specialisering*. Hämtad 26 november 2021 från <https://www.lapplands.se/sv/gymnasium/lapplands-gymnasium-kiruna/idrott-och-halsa/>

Larsson, B. (2008) *Ungdomarna och idrotten: tonåringars idrottande i fyra skilda miljöer* (Doktorsavhandling, Stockholms universitet, Pedagogiska institutionen). Hämtad från http://gih.diva-portal.org/smash/record.jsf?aq2=%5B%5B%5D%5D&c=3&af=%5B%5D&searchType=RESEARCH&sortOrder2=title_sort_asc&language=sv&pid=diva2%3A563999&aq=%5B%5B%7B%22personId%22%3A%22authority-person%3A40842%22%7D%5D%5D&sf=all&aqe=%5B%5D&sortOrder=author_sort_asc&onlyFullText=false&noOfRows=50&dswid=-9944

Leksands gymnasium (2021). *Lokalidrottsutbildning (LIU)*. Hämtad 26 november 2021 från <https://www.leksandsgymnasium.se/program-utbildningar/lokal-idrottsutbildning-liu/>

Lund, S. (2010). *Idrottsutbildning och utbildningsreformer - en kartläggning av Sveriges gymnasiala idrottsutbildning*. (FoU-rapport, nr 2010:2). Stockholm: Riksidrottsförbundet.

Lund, S. & Olofsson, E., (2009). Vem är idrottsevenen?: Idrottsprofilerad utbildning och selektion. *SVEBI årsbok, 2009*, 125–150.

Malmö Stad (2021). *Idrott och hälsa - specialisering*. Hämtad 26 november 2021 från <https://malmo.se/Gymnasieskolor/Malmo-Idrottsgymnasium/Idrott-och-halsa---specialisering.html>

Motion 1999/2000:Ub233. *Idrott och Hälsa i skolan*. http://193.11.1.138/sv/dokument-lagar/dokument/motion/idrott-och-halsa-i-skolan_GN02Ub233

Motion 2005/06:Ub452. *Ökad undervisning i idrott och hälsa*. http://193.11.1.138/sv/dokument-lagar/dokument/motion/okad-undervisning-i-idrott-och-halsa_GT02Ub452

Motion 2009/10:Ub219. *Idrott i skolan*. http://193.11.1.138/sv/dokument-lagar/dokument/motion/idrott-i-skolan_GX02Ub219

Motion 2016/17:553. *Fysisk aktivitet i skolan*. http://193.11.1.138/sv/dokument-lagar/dokument/motion/fysisk-aktivitet-i-skolan_H402553

Nationalencyklopedin (u.å.a) *Sociologi*. Hämtad 2 december 2021 från <https://www-ne-se.proxy01.gih.se:2047/uppslagsverk/encyklopedi/1%C3%A5ng/sociologi>

Nationalencyklopedin (u.å.b) *Socialpsykologi*. Hämtad 2 december 2021 från <https://www-ne-se.proxy01.gih.se:2047/uppslagsverk/encyklopedi/1%C3%A5ng/socialpsykologi>

Norra Västmanlands utbildningsförbund (2021). *Individuellt val ht 2021*. Hämtad 26 november 2021 från <http://www.nvu.se/gymnasieskolabrinellskolan/individuelltval.4.4c20869315de8675387d02e1.html>

Palmer, K., Robbins, L. B., Ling, J., PhD, Kao T-S. A., Voskuil, V. R., & Smith, A. L. (2020). Adolescent Autonomous Motivation for Physical Activity: A Concept Analysis. *Journal of Pediatric Nursing*, 54, 36-46. doi:10.1016/j.pedn.2020.04.020

SFS 2010:2039. *Gymnasieförordningen*. Stockholm: Utbildningsdepartementet. Hämtad från https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/gymnasieforordning-20102039_sfs-2010-2039

Skolverket (2011). *Gymnasiegemensamma ämnen, gymnasieskolan 2011*. Stockholm: Skolverket.

Skolverket (2018). *Redovisning av uppdrag om mer rörelse i skolan, fördelning av timmar i idrott och hälsa i grundskolan* Hämtad 28 oktober 2021 från <https://www.skolverket.se/publikationsserier/regeringsuppdrag/2018/uppdrag-om-mer-rorelse-i-skolan?id>

Skolverket (2020). *Idrottsutbildningar*. Hämtad 17 november 2021 från <https://utbildningsguiden.skolverket.se/gymnasieskolan/om-gymnasieskolan/gymnasieskolans-program/idrottsutbildning>

Skolverket (u.å.a). *Ämne – Idrott och hälsa*. Hämtad 16 november 2021 från <https://www.skolverket.se/undervisning/gymnasieskolan/laroplan-program-och-amnen-i-gymnasieskolan/gymnasieprogrammen/amne?url=1530314731%2Fsyllabuscw%2Fjsp%2Fsubject.htm%3FsubjectCode%3DIDR%26tos%3Dggy&sv.url=12.5dfce44715d35a5cdfa92a3>

Skolverket (u.å.b). *Kommentarmaterial till ämnesplanen i idrott i gymnasieskolan* Hämtad 16 november 2021 från <https://www.skolverket.se/undervisning/kommentarer/kommentarmaterial>

Skolverket (u.å.c). *Ämne - Specialidrott*. Hämtad 16 november 2021 från <https://www.skolverket.se/undervisning/gymnasieskolan/laroplan-program-och-amnen-i-gymnasieskolan/gymnasieprogrammen/amne?url=1530314731%2Fsyllabuscw%2Fjsp%2Fsubject.htm%3FsubjectCode%3DSPE%26tos%3Dggy&sv.url=12.5dfce44715d35a5cdfa92a3>

SISU idrottsböcker (u.å.). *Lokal idrottsutbildning - LIU: Utbildningen*. Hämtad 1 december 2021 från <https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/fotboll/tranare/spelarutbildning/liu/utbildningen/>

Svenska skidförbundet (2016). *Vad är RIG och NIU?* Hämtad 26 november 2021 från <https://www.skidor.com/Grenar/langdakning/elitlandslag/rigniu/vadarrigochniu>

Theidin Jakobsson, B. (2014). What makes teenagers continue? A salutogenic approach to understanding youth participation in Swedish club sports. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19(3), 239–252. doi:10.1080/17408989.2012.754003

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

idrottshögskolan). Hämtad från

<https://www.gih.se/FORSKNING/Publikationer/Avhandlingar-vid-GIH/?page=2>

Theidin Jakobsson, B. & Lundvall, S. (2021). Learn, Have Fun and Be Healthy! An Interview Study of Swedish Teenagers' Views of Participation in Club Sport. *International journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13), 1–15. doi:10.3390/ijerph18136852

Trondman, M. (2005). Unga och föreningsidrotten. En studie om föreningsidrottens plats, betydelser och konsekvenser i ungas liv. (*Ungdomsstyrelsens skrifter nr.2005:9*) Stockholm: Ungdomsstyrelsen.

Tullinge gymnasium (u.å.). *Idrott och hälsa*. Hämtad 2 december 2021 från

<https://tullingegymnasium.se/individuellt-val/idrott-och-halsa/>

Turner, J. C., (1991). *Social influence*. Milton Keynes: Open University Press.

Turner, J.C., (1996). Henri Tajfel: an introduction. I Robinson, W.P. (red.), *Social groups and identities: developing the legacy of Henri Tajfel* (s. 1–23). Oxford: Butterworth-Heinemann.

Turner, J.C. & Bourhis, R.Y., (1996). Social identity, interdependence and the social group: a reply to Rabbie et al. I Robinson, W.P. (red.), *Social groups and identities: developing the legacy of Henri Tajfel* (s. 25–63). Oxford: Butterworth-Heinemann.

Utbildningsdepartementet (2018a). *Nu får eleverna mer undervisningstid i matematik och i idrott och hälsa*. Hämtad 3 november 2021 från

<https://www.regeringen.se/pressmeddelanden/2018/07/nu-far-eleverna-mer-undervisningstid-i-matematik-och-i-idrott-och-halsa/>

Utbildningsdepartementet (2018b). *Uppdrag om mer rörelse i skolan*. Hämtad 3 november 2021 från <https://www.regeringen.se/regeringsuppdrag/2018/04/uppdrag-om-mer-rorelse-i-skolan/>

Utbildningsdepartementet. (2020). *Idrottsutbildningar i gymnasie- och gymnasiesärskolan*. (Promemoria). Hämtad från

<https://www.regeringen.se/rattsliga-dokument/departementsserien-och-promemorior/2020/07/idrottsutbildningar-i-gymnasie--och-gymnasiesarskolan/>

Verkooijen, K.T. & de Bruijn, G-J. (2013). Exercise self-identity: interactions with social comparison and exercise behaviour. *Psychology, health & medicine*, 18(4), 490–499. doi:10.1080/13548506.2012.750727.

Bilagor

Bilaga 1

KÄLL- OCH LITTERATURSÖKNING

Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att undersöka varför gymnasieelever väljer att läsa kursen Idrott och hälsa 1 - specialisering inom individuellt val.

Studiens frågeställningar är:

- Vad karaktäriserar gymnasieelever som väljer att läsa kursen?
- Vad uppfattar gymnasieelever som meningsfullt med att läsa kursen?
- Hur påverkar kursens utformning gymnasieelevers möjlighet att välja att läsa kursen?

Vilka sökord har du använt?

Ämnesord och synonymer svenska	Ämnesord och synonymer engelska
Gymnasieelever	Upper Secondary school students Upper Secondary school pupils
Elever	Pupils or students or children
Välja	Choose
Val	Choice Decision making
Individuellt val	Individual option
Idrott och hälsa	Physical education or PE
Gymnasieskola eller gymnasieutbildning	Upper secondary school or high school or Upper secondary education
Idrottsgymnasium eller idrottsskolor	Sport school
Ungdomar eller unga vuxna	Adolescents or teenagers or young adults
Motivation	Motivation behind
Fysisk aktivitet	Physical activity
Fysisk aktivitet eller träning eller idrott	Physical activity or exercise or sport
Fysisk aktivitet eller idrott och hälsa	Physical activity or physical education
Aktiv livsstil	Active lifestyle
Vem är fysiskt aktiv?	Who is physical active?
Upprätthålla eller vidmakthålla	Maintain

Salutogenesis eller salutogen eller Antonovsky eller känsla av sammanhang Habitus Social identitet	Salutogenesis or salutogenic or Antonovsky or sense of coherence Habitus Social identity
---	---

Sökningar som gav relevant resultat

Artikeldatabas	Kombinerade sökord
Ebsco	<p>“pupils or students or children” and “salutogenesis or salutogenic or antonovsky or sense of coherence” and “physical activity or exercise or sport”</p> <p>“pupils or students or children” and habitus and “physical activity or exercise or sport”</p> <p>“pupils or students or children” and “social identity” and “physical activity or physical education”</p> <p>“upper secondary school or high school or upper secondary education” and “sport school” and choice</p> <p>“adolescents or teenagers or young adults” and “active lifestyle” and maintain</p> <p>“Who is physical active”</p>

Kommentarer

Alla sökningar ovan genomfördes med avgränsningen “Peer review” och “Full text”. Vidare sökningar via litteraturlistor och författare har skett och bidragit till andra artiklar. Därtill har artiklarnas nyckelord och ämnesord bidragit till användning av nya sökord för denna studie.

Bilaga 2

INFORMATIONSBREV



Gymnastik och Idrottshögskolan, Stockholm

Vill Du delta i en studie som handlar om gymnasieelevers val av Idrott och hälsa i gymnasieskolan?

Hej!

Vi är Amanda & Oline och går vårt sista år på ämneslärarprogrammet vid Gymnastik och idrottshögskolan i Stockholm. Vi arbetar just nu med vårt självständiga arbete på avancerad nivå, under handledning av fil. dr Bengt Larsson. Vi ska genomföra en intervjustudie under november 2021 som har till syfte att undersöka varför gymnasieelever väljer att läsa kursen *Idrott och Hälsa 1 – specialisering* inom det individuella valet.

Vi söker Dig som läser kursen *Idrott och Hälsa 1 – specialisering* inom det individuella valet och kan tänka dig att bli intervjuad av oss. Intervjun kommer beröra Din bakgrund, Dina erfarenheter och varför just Du valde att läsa kursen *Idrott och Hälsa 1 – specialisering*.

Intervjun beräknas ta ca 30 minuter, det är viktigt att intervjun sker i ostörd miljö, på en tid och plats som Du bestämmer. Vi har möjlighet att både genomföra intervjun på plats med Dig, men även på distans (tex Zoom eller Microsoft teams) om Du så önskar.

Intervjun kommer att spelas in och skrivs ut i text. Texten har Du möjlighet att ta del av sedan. Deltagandet är helt frivilligt och Du kan när som helst avbryta din medverkan utan närmare motivering.

Det insamlade materialet (intervjun och texten) kommer att behandlas säkert och förvaras lösenordskyddat så att endast Amanda och Oline kan ta del av den. Redovisningen av resultatet i arbetet, men även den utskrivna texten från intervjun, kommer att ske så att ingen individ som deltagit kan identifieras.

Inspelningarna och den utskrivna texten kommer att förstöras när arbetet är godkänt. Du kommer ha möjlighet att ta del av arbetet genom att få en kopia av arbetet, om Du så önskar.

Låter detta intressant? 😊

Vill Du delta i studien maila till amanda.ferm@student.gih.se

Ansvariga för studien är Amanda Ferm & Oline Malmberg, under handledning av fil. dr Bengt Larsson. Har Du frågor om studien är Du välkommen att höra av dig till någon av oss

Amanda Ferm
Student

Mail: amanda.ferm@student.gih.se

Oline Malmberg
Student

Mail: oline.malmberg@student.gih.se

Bilaga 3

INTERVJUGUIDE

Presentation av intervjuerna. Förfrågan om att spela in med följande anledning: Vi kommer att spela in intervjun för att vi lättare ska kunna koncentrera oss under intervjun, men även för att kunna lyssna på den i efterhand. Inspelningen kommer även användas för att skriva ut samtalet i skrift.

När inspelningen startat:

Vi vill börja med att uppmärksamma dig igen på att deltagandet i studien är frivilligt och du kan när som helst, under intervjun eller efteråt, välja att avbryta din medverkan utan större förklaring. Du kommer att få vara anonym på så sätt att vi kommer att avidentifiera dig i studiens resultat men även i den transkribering vi gör av den inspelade intervjun. Inspelningen kommer att raderas efter att arbetet är avslutat. Därför frågar vi dig nu om du ger ditt samtycke att delta i denna studie? Vill du delta?

Vi vill börja med att förtydligande några begreppen utifrån hur vi väljer att se på dem men också för att minimera chansen för missförstånd.

- ❖ Individuellt val 200 poäng
 - Ett val ni elever gör inom nationella program där ni får möjlighet att välja kurser som motsvarar totalt 200 poäng.
- ❖ Idrott och hälsa 1 - specialisering
 - Är då en kurs inom ämnet idrott och hälsa, som du valt att läsa inom det individuella valet

Ämnesområden:

- Personlig bakgrund, idrottsbakgrund & nuvarande aktivitetsstatus
- Val inför/under gymnasietiden
- Kursen utformning och förväntningar

I intervjuguiden kan följande frågor komma att utformas och beröras:

Inledande fråga

“Kan du börja med att berätta om dig själv, vem är du?”

Personlig bakgrund, idrottsbakgrund & nuvarande aktivitetsstatus

- När och hur kommer du i kontakt med idrott/sport för första gången?
- Vad tyckte/tycker du om idrotten i grundskolan/gymnasiet?
 - Betyg?
- Är idrott/träning/fysisk aktivitet en viktig del av ditt liv? Varför/varför inte
 - Hur ofta idrottar/tränar du? Vilken intensitet?
- Skulle du säga/beskriva dig som en fysiskt aktiv/idrottslig person? varför/varför inte
 - Skulle andra personer beskriva dig som en fysisk aktiv person eller idrottslig person? varför/varför inte?
 - Är det viktigt för dig att andra ser dig som en aktiv person? varför/varför inte

Val inför/under gymnasietiden

- Berätta hur det gick till när du gjorde ditt val av gymnasieskola och ditt gymnasieprogram, - Hur tänkte du?
 - Hur kom du fram till vad du skulle välja? - När bestämde du dig?
- Berätta hur det gick till när du gjorde ditt individuella val, - Hur tänkte du?
 - Hur kom du fram till vad du skulle välja? - När bestämde du dig?
 - Pratade du med någon annan om ditt val?
- Fanns det andra val att ta ställning till gällande valet av individuellt val?
- Vad visste du om kursen innan du valde den och vilka förväntningar hade/har du på kursen?

Kursens utformning och förväntningar

- Vill du berätta lite om hur kursen är upplagd och utformad?

Vi har kommit till slutet av intervjun, vi känner oss nöjda från vår sida. Vi undrar om det finns något som du skulle vilja tillägga eller förtydliga? innan vi avslutar intervjun.

Sedan ska vi också bara säga att om du vill du ta del av den transkriberade materialet av intervjun så maila oss efteråt.

Tack för att du ville medverka i våran studie! :D