



Hög närvaroprocent på idrottslektioner i skolan, men deltar eleverna i undervisningen?

- En kvantitativ undersökning som undersöker elevers delaktighet i praktisk undervisning på idrottslektioner

Simon Gudmundsson, Nicolaus Elfström

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN

Självständigt arbete grundnivå 55:2023

Idrott och hälsa 120 HP

Handledare: Bengt Larsson

Examinator: John Berg

Sammanfattning

Syfte och Frågeställningar

Syftet med denna studie var att ta reda på hur stor andel av eleverna som går på idrottslektioner fast de inte är praktiskt involverade och deltar i undervisningen. Vi ville också undersöka varför dessa elever avstår från att delta i undervisningen och om vissa delmoment påvisar större avvikelser inom idrott och hälsa.

1. Hur stor andel av eleverna deltar inte regelbundet i idrottsundervisningen?
2. Vilken del av undervisningen deltar eleverna minst i?
3. Varför väljer vissa elever att inte delta i undervisningen?
4. Känner eleverna en meningsfullhet med innehållet i idrottsundervisningen?
5. Är eleverna motiverade att delta på lektionerna?

Metod

Studien baserades på årskurs 9 i en innerstadsskola i Stockholm genom en kvantitativ undersökning. Eleverna fick svara på en enkät som vi skribenter hade förberett. Enkäten innehöll frågor som skulle svara på frågorna och syftet med studien. Totalt deltog 97 av 108 elever i studien, vilket motsvarar en svarsfrekvens på 90 procent av alla åk 9 elever på skolan. För att tolka studiens resultat och få en djupare förståelse för hur eleverna resonerade använde vi två ram teorier; **Self Determination Theory** (SDT) och **KASAM** (Antonovsky), som båda har sin grund i hur motivation och en känsla av meningsfullhet, begriplighet och hanterbarhet.

Resultat

Resultaten visade att ett stort antal elever som går på lektionerna inte är med och deltar i den praktiska undervisningen i idrott och hälsa. Endast 38% av eleverna på denna skola antydde att de alltid deltar i idrottsundervisningen bortsett från någon enstaka lektion om sjukdom eller skada inträffar. Resterande 62% medger att de väljer att stå över från att delta i idrottsundervisning i någon grad av annat skäl än sjukdom eller skada. Danslektioner,

orientering, gymnastik och friluftslivslektionerna var olika delmoment som eleverna i olika utsträckning valde att stå över.

Slutsatser

Genom vår analys framgår att fler elever kan uppnå en positivare syn på idrottslektionerna genom att integrera olika faktorer som betyg samt föräldrar, alltså inre och yttre motivation. Detta kommer att stärka deras motivation. Denna observation kan potentiellt bidra till att förbättra attityder gentemot ämnet.

Innehållsförteckning

1. Inledning	5
1.2.Syfte och frågeställningar.....	6
2. Bakgrund	6
2.1. Tidigare Forskning.....	6
2.2 Teoretiska utgångspunkter.....	9
2.2.1 Self Determination Theory.....	9
2.2.2 KASAM.....	10
3. Metod.....	11
3.2 Urval.....	11
3.3 Genomförande	12
3.4 Databearbetning.....	12
3.5 Tillförlitlighetsfrågor.....	12
3.6 Etiska aspekter.....	13
4. Resultat.....	14
4.1 Hur stor andel deltar inte regelbundet i idrottsundervisningen?.....	14
4.2 Vilken del av undervisningen deltar eleverna minst i?.....	15
4.3 Varför väljer vissa elever att inte delta i undervisningen?.....	16
4.4 Känner eleverna en meningsfullhet med innehållet i idrottsundervisningen?.....	19
4.5 Är eleverna motiverade till att delta på lektionerna?.....	21
5. Diskussion.....	25
5.1 Resultat mot tidigare forskning.....	22
5.2 Self determination theory.....	26
5.3 KASAM.....	26
5.4 Metoddiskussion.....	27
Källförteckning	29
Bilaga 1: Enkät.....	30

1. Inledning

Idag deltar en stor andel elever inte på idrottsundervisningen i skolan. Detta är problematiskt då elever är i behov av fysisk aktivitet och att lära sig att leva ett hälsosamt liv. När elever väljer att inte delta missar de värdefulla timmar i utbildningen och fysisk aktivitet under dagtid. WHO har gått ut med statistik som tyder på att en genomsnittlig svensk ungdom är som mest stillasittande under dagtid (Idrottsstatistik, 2022). Om elever då även väljer att stå över praktisk idrottsundervisning under skoltid, trendar svenska elever i fel riktning. Skolan har ansvar att utbilda ungdomar inom fysisk aktivitet men även hälsa och välbefinnande. Skolan ska erbjuda idrottsundervisning som ger eleverna möjlighet att testa på nya idrotter och aktiviteter för att hitta sin egen rörelseglädje. Detta ska främja ett långt hälsosamt liv med fysisk aktivitet utanför skoltid och något som eleverna ska ta med sig framöver i livet (Regeringen, 2020). Problemet blir då att om eleverna väljer att aktivt inte delta i vissa moment i undervisningen går de miste om chansen att testa nya aktiviteter och utforska sin egen rörelseglädje.

Denna studies syfte är att undersöka hur stor andel av eleverna som inte regelbundet deltar i idrottsundervisningen samt vilka orsakerna till detta är. Under vår studietid på GIH, har vi som skrivit denna uppsats fått lära oss att ett stort problem som skolidrotten står inför är den stora andelen elever som aktivt väljer att inte delta i undervisningen. Det har visat att elever kan uppleva en utsatthet och känna en osäkerhet i att delta i lektionerna i idrott och hälsa. Många elevers sätt att hantera detta är att komma med ursäkter för att slippa delta i vissa moment i idrottsundervisningen.

Genom denna studie undersöker vi problemområdet mer på djupet för att få en konkret bild kring hur stor andel elever som inte deltar regelbundet i den praktiska undervisningen och vad orsakerna till detta är. Undersökningen görs genom en kvantitativ undersökning baserad på elever från en innerstadsskola i Sverige. Samtliga elever från åk 9 besvarar en enkät med kryssfrågor som vi själva har framställt som ska ge oss en bild över problemområdet.

1.2 Syfte och Frågeställningar

Syftet med denna studie är att undersöka hur stor andel av elever som inte praktiskt deltar i idrottsundervisningen och orsakerna till att elever inte vill delta.

1. Hur stor andel av eleverna deltar inte regelbundet i idrottsundervisningen?
2. Vilken del av undervisningen deltar eleverna minst i?
3. Varför väljer vissa elever att inte delta i undervisningen?
4. Känner eleverna en meningsfullhet med innehållet i idrottsundervisningen?
5. Är eleverna motiverade att delta på lektionerna?

2 Bakgrund

2.1 Tidigare forskning

I artikeln av Popeska et al (2018) gjorde man en forskning för att se elevers motivation till fysisk aktivitet men även om varför och vilka anledningar till att elevers fysiska aktivitet har minskat. Denna studie gjordes med 283 deltagare 155(55 procent) män och 128(45 procent) kvinnor, grundskola elever från åk 3-5 i två olika skolor. Studien gjordes i republiken Nord-Makedonien. Den slutsatsen de kom fram till är att eleverna endast gick till skolan och därefter hem. Det var på grund av den moderna tekniken de sitter och håller på med mobilerna i skolan för att sedan komma hem till datorn eller någon slags hemskärm.

Williamsson och Toll (2014) utförde en forskningsstudie som undersökte motivationsfaktorer och deltagande bland elever, med särskild inriktning på lärarstrategier för att motivera elever och identifiera de motivations element som påverkar elevernas eget engagemang. Studien syftade även till att analysera eventuella könsskillnader och deras inverkan på motivationen.

Studiens resultat avslöjade signifikanta skillnader i motivationsfaktorer och dess påverkan på eleverna. En distinkt könsskillnad framkom när det gällde de faktorer som motiverade eleverna. Tjejerna betonade vikten av lärarstöd under genomförandet av aktiviteter och variation i lektionsinnehållet. Denna inre motivationsfaktor hos tjejer associerades med en upplevelse av trygghet och stöd inom lärandemiljön. Däremot visade killarnas motivation en tendens att härledas från yttre faktorer, såsom strävan efter höga betyg och framgång i de aktiviteter de deltog i. För killarna var vinsten på lektionen en central motivation drivkraft.

Resultaten av studien indikerar därmed att könsskillnader spelar en betydande roll i elevernas motivation och de faktorer som påverkar deras deltagande. Tjejers inre motivation, kopplad till stöd och variation, kontrasteras mot killarnas yttre motivation. Denna insikt har möjliggjorts för hur lärare kan anpassa sina strategier för att effektivt motivera elever med hänsyn till könsspecifika skillnader.

Ciubotaru et al (2019) gjorde en analys som fokuserar på elevers motivation till idrottslektionerna, vilka och hur hög närvaron de har på lektionerna. Den tillämpade en kvantitativ metod genom en enkätundersökning som innehöll nio frågor. Totalt 652 elever deltog i studien, varav 345 var pojkar och 306 flickor.

Efter alla elevers svar på enkäterna kunde man komma fram till en slutsats där det pekades på ett positivt håll, de flesta elever skulle bli missnöjda om en lektion skulle bli inställd.

Eleverna förklarade att de uppskattar lärarna med hur de undervisar. Studien berättar även att 50 procent går hem och berättar om sin lärare och de inte skulle bli uppskattat med en vikarie för att den lärare de har, utövar olika sporter på fritiden som de tar lärdom av på lektionerna.

I likhet med våra egna studier har Nurkovic et al (2019) gjort en studie som ägnades åt att identifiera faktorer som potentiellt kunde bidra till ökad närvaro bland eleverna på idrottslektioner. Utifrån tidigare forskning och litteratur samlades data in genom en enkätundersökning som inkluderade 652 elever, varav 345 var pojkar och 306 flickor. Resultaten av studien visade tre primära faktorer som influerade elevers närvaro: betyg, familj och vänner. Med hjälp av denna studien så tror man att utvecklingen av dessa faktorer skulle minska frånvaron på lektionerna.

Det man kom fram till med denna studie är att elevers frånvaro grundar sig i lärarnas planering och skolans material. Men den stora faktorn blev familjen, där om man fick stöd från dem så minskade frånvaron från många individer.

En annan studie som vi fann intressant utförd av Widroth (2022) utgör en betydelsefull undersökning av faktorer som påverkar elevers deltagande i idrottslektioner. Forskningen som baseras på reasoned action approach (RAA) teorin, grundar sig i en kvalitativ metodologi där 76 elever från årskurs 9 deltog genom att besvara 27 enkätfrågor. Den teoretiska ramen bygger på centrala begrepp såsom attityd, sociala normer och intentioner. Resultaten av studien indikerar att elever med högre betyg uppvisade ökad delaktighet och en mer positiv attityd gentemot ämnet. Denna slutsats stödjer tidigare forskning som engagemang och positiva attityder mot skolämnen. Intressant nog framkommer även en påverkan från sociala aspekter, där elevers attityder påverkas av föräldrars och vänders uppfattning om idrottens betydelse. RAA-teorin, som fokuserar på att förstå och förutsäga beteenden baserade på individuella intentioner, har framstått som en lämplig ram för att analysera och tolka elevernas deltagande i idrottslektionerna enligt studien. Denna forskning ger därmed ett väsentligt bidrag till förståelsen av motivation och deltagande i skolämnen, särskilt inom idrottsundervisning.

Hakim och Miljković (2023) valde att göra en studie som syftar till att undersöka de underliggande orsakerna till varför elever väljer att avstå från idrottslektioner samt identifiera faktorer som motiverar dem att aktivt delta i dessa lektioner. För att uppnå detta mål har en kvalitativ metod valts, vilket omfattar genomförandet av strukturerade intervjuer. De valde att ta ut 6 olika elever som de intervjuade, dessa elever kommer från årskurs 8-9 grundskola. Studien kom fram till fler olika svar från eleverna men den största faktorn från dessa 6 elever var att de var trötta eller att de tyckte att lektionerna inte var motiverade att delta i. De berättar även att några lektionerna var jobbiga att delta/utsätta sig i där de kände sig uttömda

som dans och simning, men även att bli svettig för att sedan duscha bland andra. Studenterna berättar att de påverkas både positivt men även negativt om deras vänner deltog på lektionerna eller inte, då blev de en kedja som leddes till om man deltar eller inte.

De tidigare nämnda studierna utgör en viktig punkt för den aktuella forskningen, då de delar ett likartat syfte som rör förståelsen av elevers frånvaro från idrottslektioner och identifiering av möjliga åtgärder för att främja ökad närvaro. Genom att inkludera forskning från olika internationella sammanhang strävar studien efter att erhålla en mångsidig och övergripande förståelse för de faktorer som påverkar elevers närvaro under idrottsundervisning.

2. 2 Teoretiska utgångspunkter

2.2.1 Self Determination Theory

Föreliggande studie tar utgångspunkt i SDT (self determination theory) som handlar om inre motivation och yttre motivation där det finns 3 nyckelord som (Edward, Deci & Ryan) tar upp kompetens, autonomi och tillhörighet.

Autonom motivation betyder att du vill göra något för att du själv tycker det är viktigt, inte bara för att få belöningar eller att undvika straff. Det handlar om att känna sig självständig och ha en inre drivkraft. Å andra sidan handlar kontrollerad motivation om att göra saker för att få belöningar eller undvika straff från andra, inte nödvändigtvis för att du själv tycker att det är viktigt. Introjicerad reglering, som är en del av kontrollerad motivation, handlar om att göra saker för att undvika att känna skam, få godkännande från andra eller skydda ens självkänsla. När du känner autonom motivation, känner du att du själv styr ditt agerande och gör saker på ditt sätt. Men om du är kontrollerat motiverad, kan det kännas som om du måste göra saker på ett visst sätt och du kanske inte känner så mycket självständighet

Tillhörighet är grundläggande för människor att känna en känsla av tillhörighet och samhörighet med andra. Varje individ är i viss utsträckning i behov av andra människor för att uppfylla detta behov (Ryan & Deci, 2008).

Kompetens handlar om att utveckla sin kompetens så man känner sig bra och kapabel till det man gör, så man klarar uppgiften de blivit given (Ackerman, 2018)

Yttre motivation: Kan vara att man deltar på grund av skolans betyg för man inte vill få underkänt, man kan få belöningar som pengar från föräldrarna om man uppnår ett visst betyg. Eller att sina vänner inte deltar och följer med strömmen som leder till att man själv inte är med på vissa lektionerna.

Inre motivation: I detta sammanhang kan det till exempel vara att man drivs av lektionen för att man känner att lektionen är givande eller rolig. Men också att det kan vara åt andra hållet att man inte tycker den ger något då eleven/eleverna känner att lektionerna inte ger någon mening, som leder till mindre närvaro på lektionerna.

2.2.3 KASAM

Denna studie kommer även att ta del av KASAM genom det salutogent perspektiv som kommer från (Antonovsky, 2005). KASAM mäter känslan av sammanhang och har 3 olika inslag: begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. Antonovsky (2005) har gjort en tabell där inslagen är höga eller låga, tabellen visar hur man hanterar motgångar och stress.

Begriplighet handlar om att förstå och ha en känsla av klarhet över vad som händer i ens egna liv. Det innebär att man kan identifiera och förstå de olika händelserna och situationerna i livet.

Hanterbarhet innebär att man tror att man har resurser och förmågor att hantera utmaningar och stressorer. Det handlar även om att ha tillgång till olika strategier för att hantera motgångar man kommer att stöta på.

Meningsfullhet rör sig om att känna av det som sker i ens liv är meningsfullt och att man har ett syfte till det. Det är en känsla av att det finns värde och betydelse i livet och de erfarenheter man går igenom. Antonovsky (2005) berättar att om man har en hög KASAM kommer man ha en bra hälsa och veta hur man tacklar olika svårigheter och kunna hantera stress.

Begriplighet i detta sammanhang är att läraren måste veta varför de lär just ut denna kunskap på en lektion och ge förståelse till eleverna varför de ska lära sig vissa saker på idrottslektionerna.

Hanterbarhet handlar om vilka resurser alla elever har som till exempel olika fysiska förmågor. Men även andra resurser som kan bidra till att hjälpa ens egna framgångar som föräldrar och vänner.

Meningsfullhet handlar mycket om motivation, varför elevers motivation kommer bidra till deras vilja att vara med på undervisningen.

Genom att tillämpa KASAM och SDT inom vår forskning avser vi att utforska och analysera hur elevers motivation påverkar deras benägenhet att delta aktivt under idrottslektionerna. Genom att jämföra våra resultat med de perspektiv som erbjuds av dessa teorier, får vi en djupare förståelse och samband som kan ligga till grund för elevers deltagande i idrottsundervisningen.

3. Metod

För att undersöka åk 9 elevernas fysiska delaktighet på lektionerna i denna skola valde vi att använda oss av en kvantitativ forskningsmetod. Denna metod gör att vi får en översiktlig bild av både hur samtliga elever praktiskt deltar på lektionerna i idrott och hälsa, men också att samtliga elever får chansen att förklara varför de resonerar som de gör.

Vi framställde själva ett enkätformulär med totalt nio frågor som samtliga fick fylla i för hand (se bilaga 1).

3.2 Urval

Denna studie baseras på åk 9 eleverna på den valda innerstadsskolan för denna undersökning. Därav får vi en jämn könsfördelning och samtliga respondenter är i samma åldersspann. Alla

elever ska vara 15 år för att få fylla i utan målsmans tillåtelse. Därför kan några elever falla bort i denna studie om dessa elever inte får samtycke från målsman. Totalt är det 108 elever i åk 9 på denna skola och samtliga uppmanades till att fylla i enkäten. Av dessa 108 elever så deltog 97 elever i studien, vilket motsvarar en svarsfrekvens på 90 procent av alla åk 9 elever på skolan. Resterande 11 elever som inte deltog var antingen frånvarande från lektionen, under 15 år och utan målsmans samtycke eller valde självmant att avstå från undersökningen. Det skedde även ett bekvämlighetsurval för oss som gjorde undersökningen eftersom vi sen tidigare haft en bra kontakt med ansvariga idrottslärare på den utvalda skolan.

3.3 Genomförande

Vi började med att framställa ett enkätformulär. Frågeställningarna var utformade så att de besvarade studiens frågeställningar. Därefter kontaktade vi skolor som vi tidigare har jobbat på och frågade om vi kunde genomföra denna undersökning hos dem. Vi fick då samtycke med den utvalda skolan för denna studie och med tät dialog med idrottslärarna som är ansvariga för åk 9 klasserna genomförde vi studien på plats under undervisningstid. Lärarna avrundade pågående idrottslektion 15 minuter tidigare och den tiden gick till att vi fick dela ut våra enkäter och eleverna fick fylla i dessa på plats. Samtliga enkäter fylldes i för hand i pappersform och samlades därefter in direkt efter på plats. Detta gjordes utspritt på fyra lektioner, en lektion per klass.

3.4 Databearbetning

Samtliga enkäter fylldes i och besvarades pappersformat. De samlades in av oss för hand i slutet av idrottslektionerna när de hade fyllts i. Efter att ha samlat in alla enkäter var det dags att bearbeta materialet och sammanställa resultaten av studien. Vi skrev ned alla enkätsvar i ett excel dokument och fick på så sätt ut olika figurer som visade resultaten på alla olika frågeställningar ur enkäten. Resultaten visas därav i resultatkapitlet genom antingen cirkeldiagram eller stapeldiagram där de olika svarsalternativen står med samt hur många svar respektive svarsalternativ fick.

3.5 Tillförlitlighetsfrågor

Bryman (2018) menar att en studies validitet och reliabilitet avgör dess kvalitet. Studiens validitet avgörs av giltigheten hos de frågeställningar som ställs i studien för att få svar på dess syfte och frågeställningar. För att bli säkra över att enkäterna som vi framställt är anpassade för att få svar på studiens frågeställningar, samt att eleverna tolkar frågorna korrekt, så gjorde vi en liten pilotstudie. Totalt fick tre personer mellan åldrarna 12-16 besvara enkäten. Vi märkte snabbt att enkäterna var enkla att förstå och att de fylldes i så att vi kunde ha material som är anpassat väl till studien för att kunna dra korrekta slutsatser. Pilotstudien gav oss också en tidsaspekt på hur lång tid det ungefär tar att fylla i enkäten. Vi diskuterade även vårt syfte och frågeställningar med en av idrottslärarna på skolan där studien genomfördes. Vi ville stämma av och höra lite om hans åsikter angående vår enkät och om han tror den är lämplig för åk 9 elever och studiens syfte och frågeställningar. Efter att han gav sin åsikt där han tyckte enkäten var bra och lämplig så körde vi igång studien i klasserna.

Studies reliabilitet innebär hur trovärdigt studiens resultat är och om resultaten blir oförändrade om man skulle genomföra samma studie flera gånger (Bryman & Nilsson, 2018). Därför var vi väldigt noga med att få med så många elever i denna studie som möjligt. Om vi hade haft en låg svarsfrekvens hade resultaten kunnat vara missvisande. Totalt deltog 97 av 108 elever i åk 9 på skolan och fyllde i varsin enkät. Det motsvarar en svarsfrekvens på 90 procent av alla möjliga deltagare och vi ansåg det som tillräckligt bra deltagande för att studiens resultat ska vara pålitligt.

3.6 Etiska aspekter

Innan elever fyller i enkäterna och deltar i studien informeras de noggrant om syftet med studien, hur deras deltagande påverkar studiens resultat och att de deltar valfritt och har rätt till att avstå från studien. Om en elev som är under 15 år vill delta behöver den få ett skriftligt intyg från en målsman. Alla enkäter behandlas anonymt och respondenterna informeras om de forskningsetiska principerna som berör denna studie.

Allt detta berör de fyra grundläggande forskningsetiska principerna som man som forskare behöver ta hänsyn till, enligt Vetenskapsrådets (2010) riktlinjer:

1. **Informationskravet:** Nödvändigt att deltagarna får tillräcklig och tydlig information om studiens syfte, hur den genomförs och vad som förväntas av dem.
2. **Konfidentialitetskravet:** Hanteringen av deltagarnas personliga data och information sker med noggrann omtanke så deras identitet och integritet skyddas.
3. **Samtyckeskravet:** Deltagarna är frivilligt med och samtycker till deltagandet. Informeras även om sina rättigheter och möjligheten att dra sig ur studien när som helst.
4. **Nyttjandekravet:** All data som samlats in till studien inte ska missbrukas.

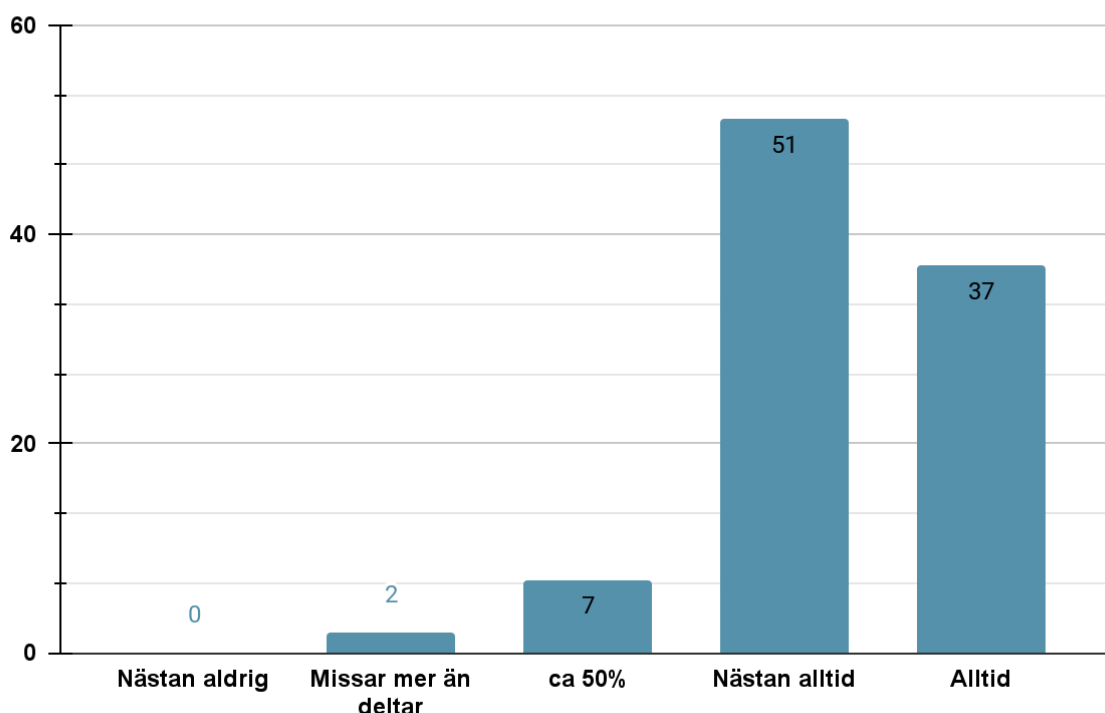
4. Resultat

I följande avsnitt redovisas resultaten från enkäterna. Det är uppdelat så studiens olika frågeställningar besvaras och redovisas separat från varandra. Figureerna som tillämpas visar frågornas olika svarsalternativ samt hur stor svarsfrekvens på de olika alternativen blev utifrån frågeställningen. På stapeldiagrammen nedan visar samtliga horisontella axeln vilka svarsalternativ som finns och den vertikala axeln visar antal elever som svarat på de olika svarsalternativen.

4.1 Hur stor andel deltar inte regelbundet i idrottsundervisningen?

I denna fråga är vi ute efter hur många elever som faktiskt är med och deltar praktiskt i idrottsundervisningen. Eleverna besvarade frågan enligt figur 1:

Hur ofta deltar du i idrottsundervisningen?



Figur 1: Deltagande frekvens i idrottsundervisningen.

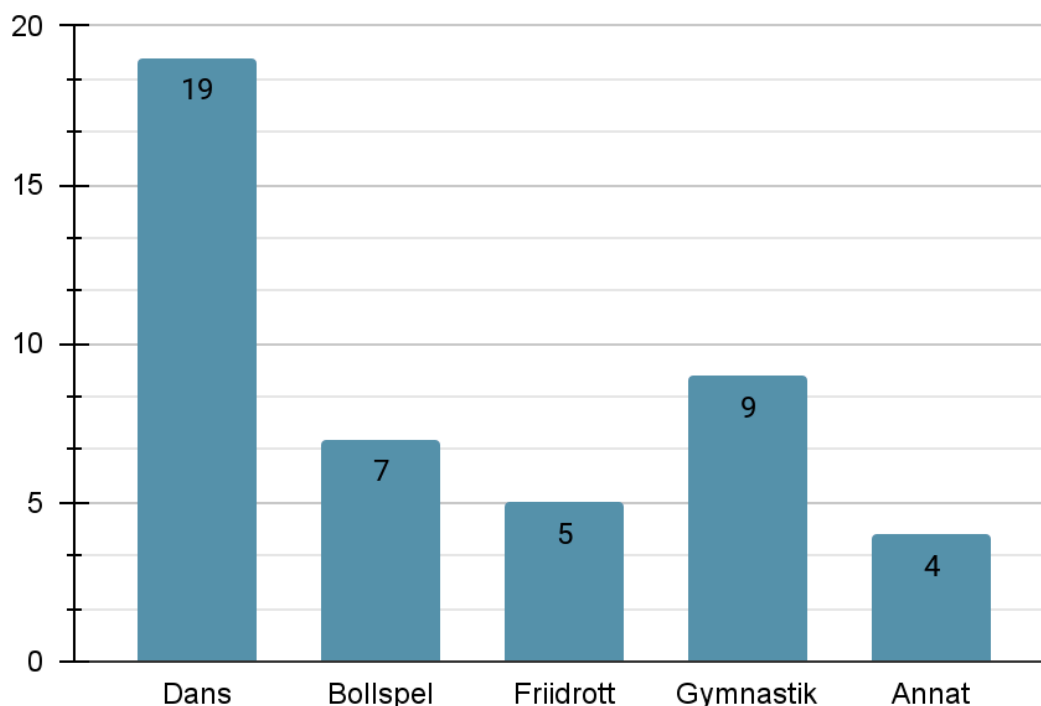
Totalt Antal: N= 97 st elever

Studiens resultat visar att endast 37 st elever i åk 9, vilket motsvarar 38 procent, på denna skola alltid deltar i idrottsundervisningen bortsett från någon enstaka lektion om sjukdom eller skada inträffar. Resterande 62 procent av eleverna medger att de missar idrottsundervisning i någon grad för att de inte vill vara med. 51 st (35 procent) av eleverna deltar "nästan alltid". Denna del har visat motivation till att delta i undervisningen, bortsett från vissa delar i undervisningen som de medvetet väljer att stå över av olika skäl. Sju elever kryssade för ett deltagande på cirka 50 procent av lektionerna och de resterande två eleverna missade mer än 50 procent av undervisningen.

4.2 Vilken del av undervisningen deltar eleverna minst i?

Efter att ha tagit reda på hur stor andel av eleverna som avstår från att delta praktiskt på idrottslektioner, vill vi nu istället se vilket delmoment i idrottsundervisningen som det sker flest avvikelser från. Eleverna svarade på denna fråga enligt figur 2:

Väljer du att missa idrottsundervisningen beroende på vad som undervisas? I så fall, är det något av dessa alternativ



Figur 2: Mest frånvaro utifrån aktivitet:

Totalt Antal svar: 44 st elever

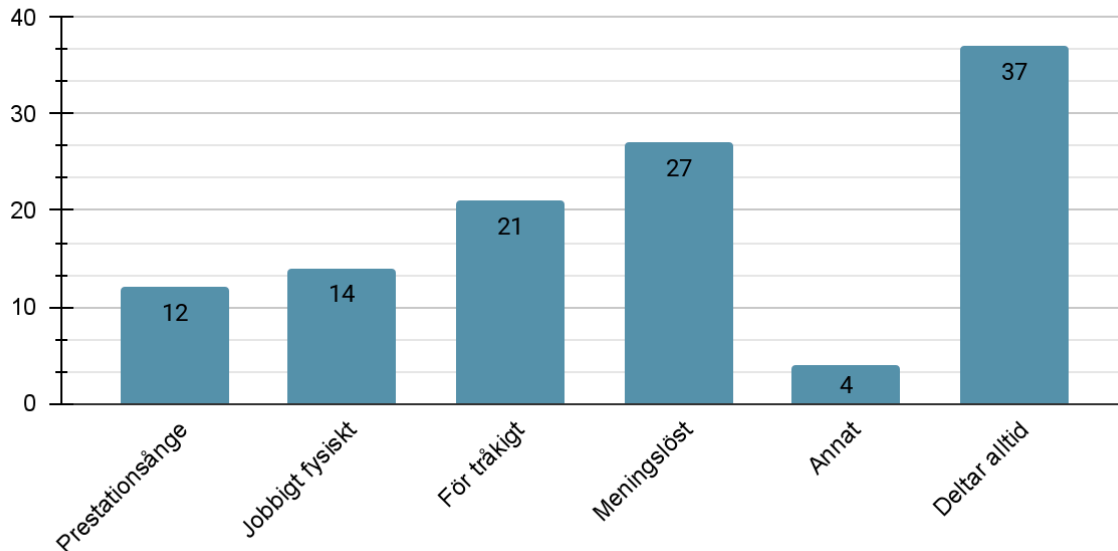
Svar visas i antal elever per svarsalternativ

Med totalt 19 elevers röster var dans var tydligt den delen av idrottsundervisningen som flest elever helst avstår från att delta i. Gymnastik fick nio och kom på plats två, därefter bollspel med sju röster och friidrott med fem. Fyra elever hade även kryssat i “annat” på denna fråga.

4.3 Varför väljer vissa elever att inte delta i undervisningen

Efter att få en översiktlig bild över hur många elever som deltar i undervisningen och i vilket delmoment i undervisningen som det sker flest avvikelser i, vill vi nu ta reda på hur eleverna resonerar till detta, dvs. varför de inte vill delta i undervisningen. Första frågan som tillämpades för att få svar på detta fick eleverna olika förbestämda svarsalternativ. Dessa svarsalternativ besvarades av eleverna enligt figur 3:

Är det något av nedanstående alternativ som stämmer väl till varför du inte vill delta i undervisningen?



Figur 3: Anledning till elevers frånvaro från fysiskt deltagande:

Totalt Antal svar: 115 (elever fick svara på fler överensstämmande alternativ)

Svar visas i antal röster per svarsalternativ

37 elever kryssade för “Deltar alltid” och svarade därför inget av de andra alternativen.

Resterande elever fick antingen kryssa i ett eller flera alternativ. 27 elever kryssade i “Meningslöst” vilket blev svarsalternativet med flest röster. Därefter “För tråkigt” med 21 röster, “För jobbigt fysiskt” med 14 röster och “Prestationsångest” med 12 röster.

De 4 eleverna som fyllde i alternativet “Annat” antydde att anledningen till att de inte deltog i vissa moment är för att svårighetsgraden på aktiviteten var för hög.

“Vissa lektioner är för svåra att vara med på, tex. vissa hinderbanor som är läskiga och svåra”

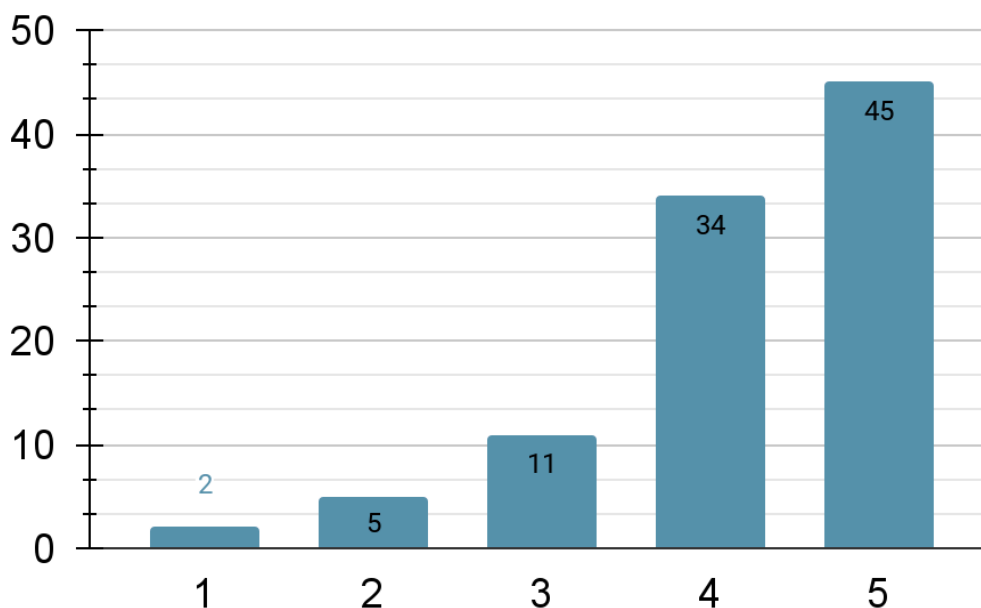
skrev en av de fyra eleverna som svarade “Annat” på denna fråga.

Ytterligare en sak vi ville få klargjort med denna studie är hur elevernas trygghet i klassrummet kan påverka prestation och delaktighet på idrottslektionerna. Därför lade vi till

en fråga i enkäten där eleverna endast skulle svara på hur trygga de känner sig i att delta i idrottsundervisningen. Svaren på denna fråga visade enligt figur 4:

Hur trygg känner du dig i att delta i idrottsundervisningen utan att känna dig kränkt eller trakasserad av andra elever eller lärare?

1= väldigt otrygg 5=väldigt trygg



Figur 4: Elevernas trygghet i idrottsundervisningen

Totalt Antal svar: 97 st elever

Svar visas i antal elever per svarsalternativ

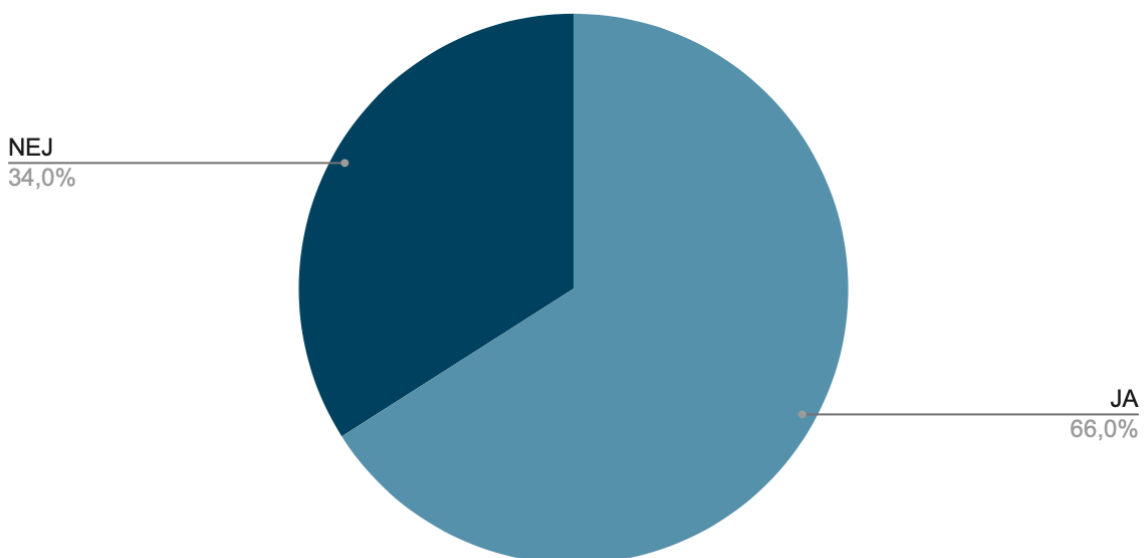
Totalt var det sju elever som kände sig antingen otrygga eller väldigt otrygga i undervisningen. Detta kan vara en ytterligare faktor till att vissa elever inte är med i vissa moment. I föregående fråga antydde tolv elever att prestationsångest är en faktor till att de avstår från att delta. Detta kan gå hand i hand med att de inte känner sig trygga i att delta i undervisningen utan att känna sig kränkta av andra elever eller lärare på grund av deras prestation. Dock var prestationsångest och otrygghet i undervisningen den delen av svarsalternativen som minst elever kryssade för. Därför har vi valt att inte basera studien för mycket på detta utan mer på de andra aspekterna som majoriteten av eleverna kryssat för.

Totalt 27 elever antydde att de upplever en viss del av lektionsinnehållet i idrott och hälsa som meningslöst och att de är anledningen till att de avstår vissa moment i undervisningen. Svartalernativet "För tråkigt" (lektionsinnehåll) fick 21 röster. Vidare vill vi ta reda på om det fanns ett samband mellan dessa resonemang och elevernas känsla av motivation till att delta.

4.4 Känner eleverna en meningsfullhet med innehållet i idrottsundervisningen?

En av studiens frågeställningar var att ta reda på om eleverna uppfattar lektionsinnehållet i idrott och hälsa meningsfullt och hur det kan påverka elevernas motivation till att delta på lektionerna. Första frågan ur enkäten som berör detta löd enligt figur 5:

Känner du att lektionsinnehållet i idrotten är meningsfullt, det vill säga upplever du att det finns en mening med att ni gör de olika momenten i idrottsundervisningen?



Figur 5: Elevers uppfattning om meningsfullhet i idrottsundervisningen

Totalt Antal svar: 97 (elever fick svara på fler överensstämmande alternativ)

Svaret visas i procent per svarsalternativ

66 procent JA motsvarar 64st elever som tycker att lektionsinnehållet är meningsfullt och 34 procent NEJ motsvarar 33st elever som tycker att idrottsundervisningen i helhet eller ett delmoment är meningslöst. Eleverna som svarade att de inte tycker lektionsinnehållet är meningsfullt skulle besvara en till fråga där de kort med text skulle svara varför de inte tycker det. Frågan var: *Om du svara nej på fråga 5, vilken del av undervisningen uppfattar du som meningslös? Berätta gärna också varför du tycker så (svara du ja på fråga 5 hoppar du över denna)*

Eleverna påpekade liknande orsaker till varför det var meningslöst. Det handlade oftast om ett visst moment i undervisningen som de tyckte var onödigt och inte allt som helhet. En elev skrev följande:

“Jag tycker att de flesta sakerna är viktiga att träna på att lära sig i idrotten, men saker som orientering tex tycker jag är meningslös. Sen också vissa danslektioner när vi tränar på gamla traditionella danser är också helt i onödan. Vi kommer inte ha någon nytta av det framöver.”

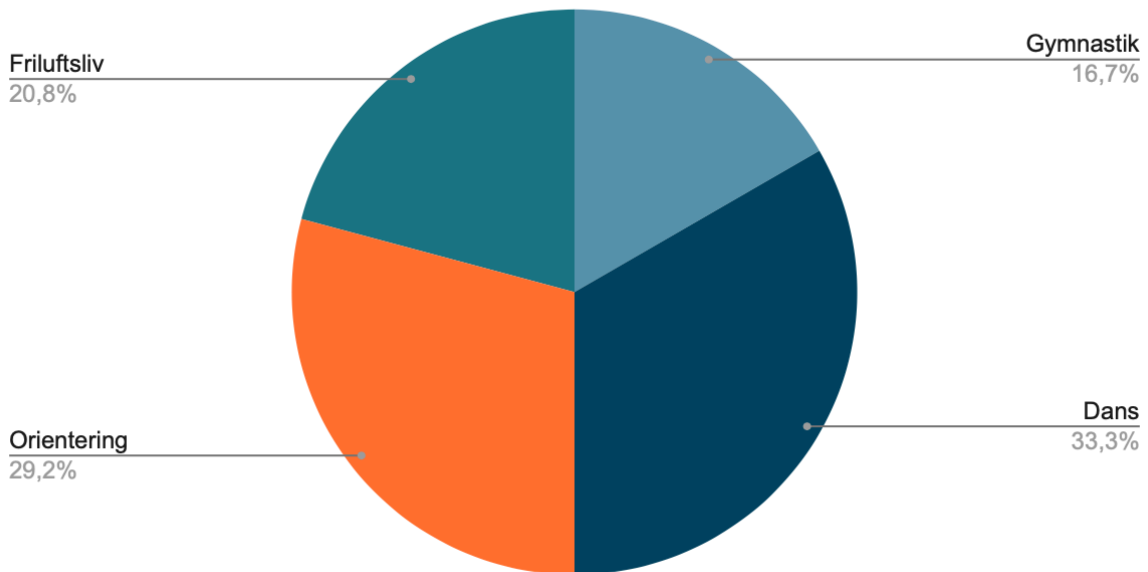
Åtta elever påpekade att dansundervisningens upplägg var stundtals meningslös när de tränade på äldre traditionella danser. Sju elever nämnde orienteringen som något meningslöst då de inte kommer att komma till nytta. Fyra elever tyckte vissa gymnastikmoment var meningslöst, samtliga 4 tog kullerbytta eller hjulning som ett exempel på ett meningslöst moment.

Fem elever tyckte friluftslivsundervisning var onödigt och meningslöst. En av dessa fem förklarade det såhär:

“Jag tycker det är helt meningslöst att försöka tvinga ut oss på vandringar och aktiviteter i skogen. Känns som dom försöker få oss att tycka om det fast många verkligen inte gör det. Gillar man det kan man göra det själv på fritiden istället.”

Noterbart att tillägga är att ingen av eleverna som skrev ett svar på denna fråga uppfattade idrottsundervisningen som helhet som meningslös. Samtliga påpekade endast en viss del i undervisningen som meningslös. Sammanställning av alla svar på denna fråga visade att fyra elever tycker gymnastikundervisningen är meningslös, åtta elever tyckte dansen var det, ytterligare sju elever tyckte orientering och sista fem antydde att friluftsliv undervisningen var det. Det visar en procentuell fördelning enligt figur 6:

Vilken del av idrottsundervisningen uppfattar du som meningslös?



Figur 6: Vad eleverna uppfattar som meningslöst i idrottsundervisningen.

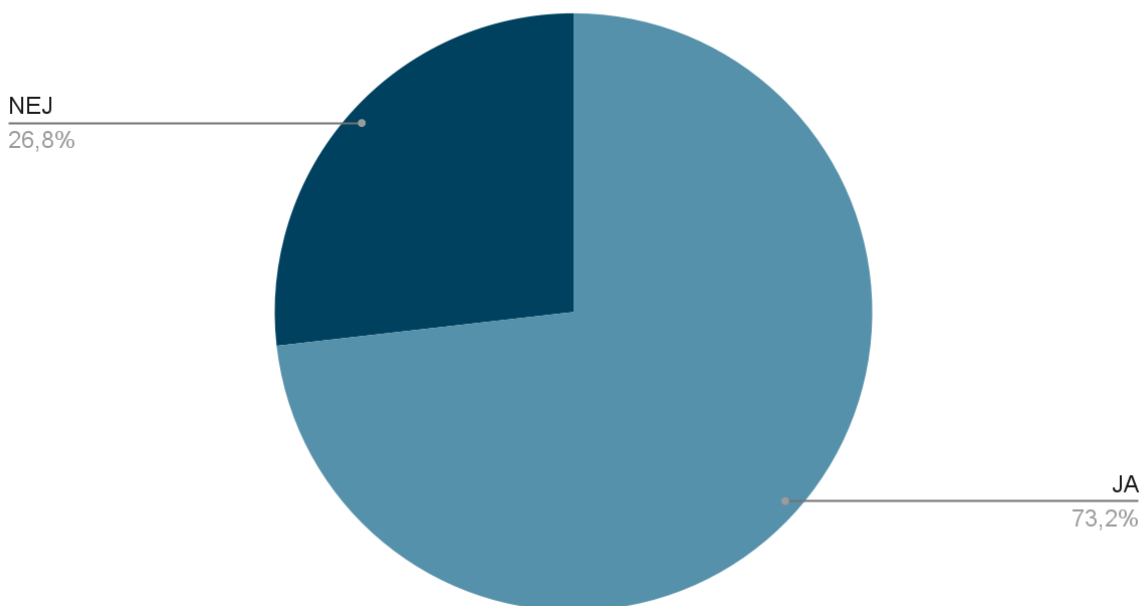
Totalt Antal svar: 84 (elever fick svara på fler överensstämmande alternativ)

Svar visas i antal röster per svarsalternativ

4.5 Är eleverna motiverade till att delta på lektionerna?

Slutligen och i studiens sista frågeställning ville vi ta reda på hur stor andel av eleverna som känner sig motiverade till att delta i idrottsundervisningen. På denna fråga ur enkäten svarade eleverna enligt figur 7:

Känner du dig motiverad till att delta i idrottsundervisningen?



Figur 7: Elevernas motivation till att delta i idrottsundervisningen.

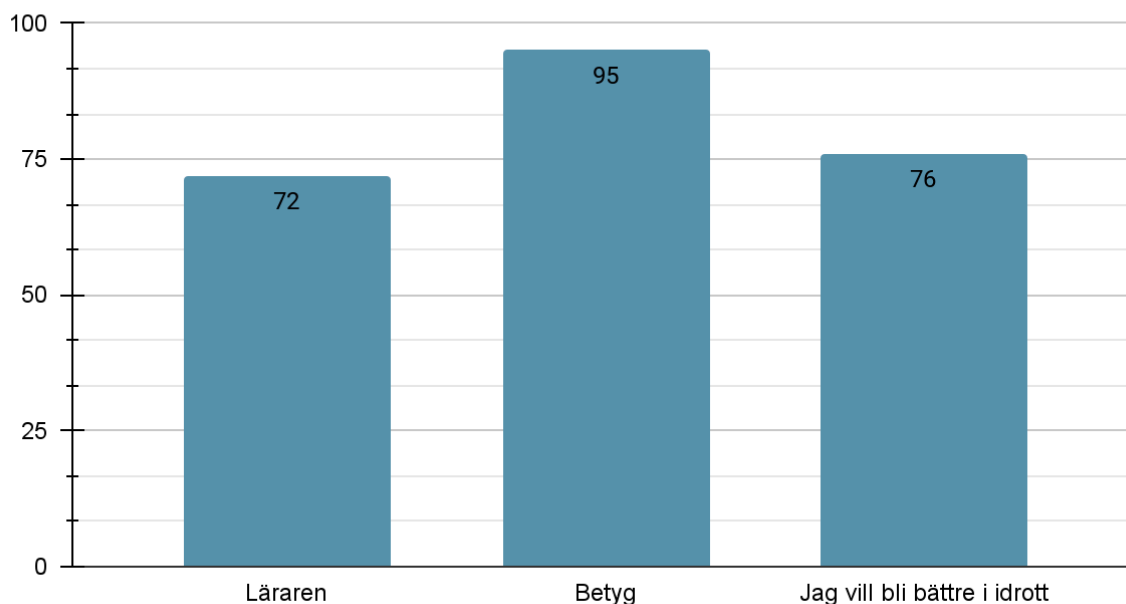
Totalt Antal svar: 97 st elever (elever fick svara på fler överensstämmande alternativ)

Svar visas i procent av antalet svar per svarsalternativ

73,2 procent JA motsvarar 71 elever och 26,8 procent motsvarar 26 elever.

Det visar alltså att en klar majoritet känner motivation till att delta på lektionerna. Nästa fråga som ställdes till eleverna i enkäten var **vad** som gör dem motiverade till att delta. De fick välja mellan tre olika färdig bestämda svarsalternativ och de svarsalternativen, samt resultatet på respektive alternativ såg ut som figur 8 beskriver:

Vad gör dig motiverad till att delta i undervisningen?



Figur 8: Elevers motivation till att delta i undervisningen

Totalt Antal svar: 243 (elever fick svara på fler överensstämmande alternativ)

Svar visas i antal röster per svarsalternativ

Eleverna uppmanades att fylla i fler alternativ om flera stämde överens med deras uppfattning. Alla förutom endast två elever antydde att betyg är en motiverande faktor till att delta i undervisningen. 76 elever motiveras till att delta för att de vill utveckla sina förmågor i idrott och 72 elever tycker att läraren motiverar dem till att delta i undervisningen.

Läraren = Yttre motivation

Betyg = Yttre motivation

Jag vill bli bättre i idrott = inre motivation

Det ställdes ännu en fråga i enkäten till de elever som på tidigare fråga förklarade att de saknar motivation till att delta i undervisningen:

Om du upplever att du inte känner dig motiverad till att delta, kan du med text beskriva varför du känner så?

Totalt var det 26 elever som saknade motivation och därför skulle besvara denna fråga. Även här visade det sig att lektionsinnehållet var avgörande för elevernas motivation. När det

undervisas något tråkigt eller vad eleverna uppfattar meningslöst försvinner motivationen hos dessa elever. Tolv elever påpekade återigen att meningsfullheten bakom undervisningen är anledningen till att de inte är motiverade till att delta. Åtta elever menade att de tappade motivationen till att delta när det är tråkigt lektionsinnehåll. Exempel på detta som gavs var dans, orientering, men också ett par stycken som nämnde bollsport.

I vissa fall hade olika aspekter till att de inte ville delta ihop med varandra. En elev skrev följande:

Jag tycker det är jättetråkigt med dans. Känner mig också obekvämt med att dansa framför klassen och det finns ingen mening med att jag ska dansa tex bugg eller jenka framför klassen.”

Den här eleven saknade alltså en mening med att delta. Den kände sig också obekvämt i deltagandet och att dansa framför klassen och eleven tyckte även att det är tråkigt med dans. Alltså tre olika anledningar som nämns till varför eleven inte är motiverad.

Detta visar att alla elever som saknar motivation till att delta, gör det av olika skäl. I de flesta fall går det hand i hand med en saknad av meningsfullhet eller hanterbarhet i form av svårighetsgrad eller prestationsångest. Oavsett skäl så är det brist på motivation som gör att eleverna avstår från att delta i dessa lektioner.

Sammanfattningsvis visar resultaten att det finns en stor andel elever som medvetet avstår från att delta praktiskt i idrottsundervisningen. Totalt visade det sig att 60 elever av 97 i åk 9 på skolan avstod från att delta i idrottsundervisningen i olika utsträckning.

Anledningen till detta varierar lite från individerna, men de mest förekommande orsakerna till detta var:

1. Elever uppfattar en viss del av innehållet i idrottsundervisningen meningslös.
2. Brist på motivation för att delta hos eleverna.

5. Diskussion

För att utforska och förklara våra resultat ytterligare, har vi valt att tillämpa den utökade ramfaktorteorin. Genom att använda denna teoretiska ram kan vi tydligt redovisa våra insikter och underlätta framtida diskussioner om hur relevant denna teori är för vår studie.

5.1 Resultat mot tidigare forskning

Resultaten av vår undersökning indikerar att en betydande andel elever valt att avstå från att delta aktivt i lektionen på grund av en bristande känsla av trygghet. Detta resonemang av slutsatserna framkom även i en studie av (Williamsson & Toll 2014), där det konstaterades att trygghet spelade en central roll för deltagandet i undervisningen, särskilt bland kvinnliga elever.

Resultaten från båda studierna tyder på att skapandet av en trygg och förtroendefull miljö är avgörande för att främja elevers engagemang och deltagande i undervisningen. Williamsson & Toll (2014) identifierade specifikt att flickor behövde känna en särskild form av trygghet för att kunna delta fullt ut. Denna trygghet påverkade i hög grad deras benägenhet att engagera sig aktivt i undervisningen.

I Nurković et al (2019) studie framkom tre primära faktorer som påverkar elevers närvaro på lektioner, nämligen betyg, familj och vänner. Dessa resultat liknar de observationer som framkommit i vår egen studie, där endast två elever inte identifierade betyg som en betydande motivationsfaktor, medan majoriteten av eleverna betraktade betyg som en stor del för deras engagemang. Därvid visar våra resultat på överensstämmelse med den tidigare forskning sambandet mellan bedömningar och elevers motivation att närvara på lektioner.

I motsats till Nurkovic et al (2019) undersökning valde man att inkludera läraren som en extern motivationsfaktor istället för vänner och familj. Trots denna på fråga visar våra resultat en likhet i det övergripande mönstret av extern motivation. Majoriteten av eleverna i båda studierna uppvisar en förstärkt vilja att delta i undervisningen när de påverkas av yttre samt inre faktorer, vare sig det är i form av betyg eller lärar interaktion.

5.2 Self determination theory

Att motivation är avgörande för att utföra prestationer är en vanligt accepterad insikt, och det är positivt att en större del av eleverna känner sig motiverade enligt svaren. Det finns olika motivations former, och valet av motivation kan variera beroende på individen och sammanhanget. Ackerman, C. E, (2018) anser att inre motivation är viktig eftersom den är kopplad till genuint engagemang och långsiktig hållbarhet. När människor är inre motiverade att utföra en aktivitet eller uppnå ett mål, innebär det att de agerar för att tillgodose sina egna inre behov.

Ackerman, C. E, (2018) påstår att om man har någon slags motivation som belöningar och inre, yttre motivation kommer de att stärka ens vilja att fortsätta och få passionen att stärkas. I studien visar de att alla har någon slags motivation som läraren, betyg och att bli bättre, vilket leder till att de flesta deltar på lektionerna. Undersökningen visar även att när det är dans eller orientering så blir en stor procent av eleverna inte motiverade som kommer leda till mindre deltagande till idrottslektionerna.

Ackerman, C. E, (2018) antyder att elever som har externa faktorer som belöningar eller får inre och yttre motivation med ens studier kommer ha en längre passion, även kämpa för att utvecklas. Det största sambandet i studien var att de flesta elever hittade motivation genom betyg, alltså en slags belöning.

5.3 KASAM

När det gäller motivation till deltagandet på idrottslektionerna så kan vi konstatera att motivationen var hög 73,2% ansåg att idrottslektionerna är givande. Det man såg genom studien är att det var någon specifik aktivitet som tryckte ner utförarens motivation, men ingen tyckte som helhet idrottslektionerna inte var meningsfulla. Antonovsky (2005) berättar om empowerment som innefattar att stärka ens individs förutsättningar och påverka sin egen situation. Med hjälp av empowerment kommer de att stärka motivationen och höja elevernas vilja för att nå sitt mål.

Studien visar att det förekom en del som var osäkra på lektionerna och vågade inte delta på grund av det. Några elever hade prestationsångest, andra tyckte lektionerna var tråkiga och vissa kände att de inte var kapabla till en specifik aktivitet. Antonovsky (2005) berättar om KASAM som en modell för hur man ska hantera olika situationer som stress och utmaningar i livet. Med hjälp av KASAM anser man att meningsfullhet är en central aspekt, med det kan man utforska hur individer hanterar och ger mening åt de olika aspekterna av sina liv.

I fråga 5 ser man att det är 66% som känner att lektionsinnehållet är meningsfullt, men att det är 34% som inte tyckte att de kände någon mening. Antonovsky (2005) berättar att om man har motivation kommer begripligheten och hanterbarheten att tryckas upp som innebär att man förstår och kommer hantera olika situationer bättre.

Som en sammanfattning kan vi se att KASAM, eller Känsla Av Sammanhang, utgör en väsentlig faktor inom skolmiljön och kan påverka elevernas motivation. Resultaten av vår undersökning indikerar tydligt att KASAM har en positiv relation med elevernas motivation, vilket främjar elevernas vilja att fortsätta utvecklas och engagera sig i sina studier.

5.4 Metoddiskussion

Denna studies syfte baserades utifrån fem olika frågeställningar. Vissa var ute efter mätbara svar där antal elever är i fokus, medans vissa frågor är ute efter varför eleverna resonerar som de gör.

Vi tyckte att en kvantitativ ansats i form av en enkätstudie var lämplig för att besvara denna studies frågeställningar och syfte. Framför allt gav de oss en exakt bild på hur eleverna ställde sig till dessa två frågeställningar i studien:

1. *“Hur stor andel av eleverna deltar inte regelbundet i idrottsundervisningen?”*
2. *“Vilken del av undervisningen deltar eleverna minst i?”*

Enkätsvaren gav oss ett exakt resultat till dessa frågeställningar. I enkäten fanns det även vissa frågor som eleverna kunde besvara med text för att utveckla sina svar och förklara varför de resonerat som de gjort. Alltså fick vi både svar på exakta antal, samtidigt som vi fick svar där eleverna resonerar och utvecklar sina svar. Därför ansåg vi att en kvantitativ metod genom enkäter var mest lämplig för studien.

Om man ska vidareutveckla denna studie hade det dock varit lämpligt att även tillämpa en kvalitativ metod i kombination med enkäterna. Detta för att få ännu mer detaljerade svar på hur eleverna resonerar och på så sätt kunna dra djupare analyser. Tre av studiens fem frågeställningar är baserade på just hur eleverna känner och resonerar:

3. *Varför väljer vissa elever att inte delta i undervisningen*
4. *Känner eleverna en meningsfullhet med innehållet i idrottsundervisningen?*
5. *Är eleverna motiverade att delta på lektionerna?*

En komplettering med kvalitativ studie i form av intervjuer med ett fåtal elever hade alltså kunnat ge denna studie ett lyft i form av djupare förståelse för elevernas känslor och resonemang och en förmåga att dra en djupare analys utifrån studiens frågeställningar.

Denna undersökning baserades på en skola och årskull. Det innebär att denna studie endast visar resultat på elevers praktiska delaktighet på den utvalda skolan och årskullen på denna skola. Resultaten kan skilja sig åt markant mellan olika skolor och platser i Sverige. Faktorer som skulle kunna påverka resultatet mellan skolorna är t.ex. :

1. Geografiskt läge på skolan
2. Privat/Kommunal skola
3. Socioekonomiska förutsättningar för eleverna och deras familjer
4. Skolans tillgång till en bra idrottssal och undervisningsmiljö

Ovanstående faktorer kan vara avgörande för elevers attityd och förhållningssätt till idrottsundervisningen i skolan. Därför kan resultaten skilja sig betydligt mycket mellan olika skolor i Sverige.

Källförteckning

Ackerman, C. E. (2018, June 21). Self-determination theory of motivation: Why intrinsic motivation matters. PositivePsychology.com. <https://positivepsychology.com/self-determination-theory/>

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

Analysis of student opinions on the motivation of Physical education lessons 2019

Biljana Popeska 1, Snezana Jovanova-Mitkovska 1, Ming-Kai Chin 2 , Christopher R. Edginton 3, Magdalena Mo Ching Mok 4 and Serjoza Gontarev (2018) artikel
https://gih.instructure.com/files/174196/download?download_frd=1

Bryman, A., & Nilsson, B. (2018). Samhällsvetenskapliga metoder. Liber

Därför skolkar jag från idrottslektioner Gabriel Hakim och Aleksandar Milkovic 2022-2023

Idrottsstatistik.se. Hur fysisk aktiva samt hur stillasittande är vi? Stockholm 2022.
<https://idrottsstatistik.se/motion-och-fysisk-aktivitet/stillasittande/>

Regeringen.se. Långsiktigt främjande av fysisk aktivitet. (S 2020:06) Stockholm 2022.
<https://www.regeringen.se/rapporter/2022/02/for-att-langsiktigt-framja-fysiskaktivitet/>
Riksidrottsförbundet.

Widroth, M. (2022) Varför deltar elever på lektionen?: En kvantitativ studie om elevers beteende och deltagande i idrott och hälsa

Williamsson, L & Toll, O (2014) Varför deltar du? - En kvantitativ studie om hur lärarens arbetssätt och ämnets lektionsinnehåll motiverar elever till att delta i ämnet idrott och hälsa utifrån ett könsperspektiv

WHY DO STUDENTS NOT ATTEND LESSONS WITH SPECIAL REMARK TO PHYSICAL EDUCATION LESSONS ABSENCES Dženana Imamović-Turković, Hana Hadžibulić-Nurković, Faris Rašidagić, Nermin Nurković 2019

Bilaga 1:



Hög närvaroprocent på idrottslektioner i skolan, men deltar eleverna i undervisningen?

I denna undersökning vill vi ta reda på hur stor del av eleverna som fysiskt aktivt deltar i undervisningen. Det betyder alltså att vi inte är ute efter närvarostatistik, utan hur eleverna faktiskt deltar i lektionerna. Att delta innebär att man är med och utför övningarna, lekar, sporter och spelen som undervisas under lektionstid.

Samtycke till att delta i studien: Jag har informerats om studien och samtycker till att delta. Jag är medveten om att mitt deltagande är helt frivilligt och att jag kan avbryta mitt deltagande i studien utan att ange något skäl. Min underskrift nedan betyder att jag väljer att delta i studien och godkänner att Gymnastik och idrottshögskolan, GIH behandlar mina personuppgifter i enlighet med gällande dataskyddslagstiftning och lämnad information.

.....
Underskrift

Namnförtydligande Ort och datum

Enkätfrågor:

Markera rätt alternativ med ett kryss på följande frågor (är det flera svarsalternativ som passar in får du sätta flera kryss). Obs att du vid frågorna 6, 9 och 10 ska skriva dina svar

Jag identifierar mig som: Kille Tjej Annat/Vet ej

1. Hur ofta deltar du på idrottsundervisningen? här måste ni ha klart för er vad av nedanstående alternativ som motsvarar ”regelbundet” – se forskningsfråga 1

Nästan aldrig

- Missar mer än vad jag deltar
- Deltar ungefär 50%
- Deltar oftast
- Deltar alltid (bortsett från något enstaka tillfälle pga sjukdom)

2. Hur trygg känner du dig i att delta i idrottsundervisningen utan att känna dig kränkt eller trakasserad av andra elever eller lärare

1 2 3 4 5

3. Väljer du att missa idrottsundervisningen beroende på vad som undervisas? I så fall, är det något av dessa alternativ som du väljer att inte delta i?

- Dans Bollspel Friidrott Gymnastik Annat
- Deltar alltid/nästan alltid

4. Är det något av nedanstående alternativ som stämmer väl till varför du inte vill delta i undervisningen? Prestationsångest

- Vissa saker är för jobbigt (fysiskt)
- För svåra övningar och innehåll som inte är nivåanpassade/nivåanpassat för mina egna färdigheter
- För tråkigt
- Meningslöst
- Annat.....
- Deltar alltid

5. Känner du att lektionsinnehållet i idrotten är meningsfullt, det vill säga upplever du att det finns en mening med att ni gör de olika momenten i idrottsundervisningen?

- JA

Nej

6. Om du svara nej på fråga 5, vilken del av undervisningen uppfattar du som meningslös? Berätta gärna också varför du tycker så (svara du ja på fråga 5 hoppar du över denna)

.....
.....
.....
.....
.....

7. Känner du dig motiverad till att delta i idrottsundervisningen?

JA

NEJ

8. Vad gör dig motiverad till att delta i undervisningen? Här ska ni fundera på alternativ som fångar in yttre resp. inre motivation. Se exempel nedan. Minst två alternativ (gärna fler) för inre/yttre motivation

Läraren (inre)

Betyg (yttre)

Jag vill bli bättre i idrott (inre)

9. Om du upplever att du inte känner dig motiverad till att delta, kan du med text beskriva varför du känner så?

.....
.....
.....
.....

