



# **Friluftsliv i Nackas skolor**

- En kvalitativ studie om hur skolor i Nacka  
kommun bedriver friluftsliv

Jan Larsson

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN

Examensarbete 20:2010

Idrottslärodbildningen 2002-2006

Seminariehandledare: Karin Söderlund

Examinator: Leif Yttergren

## **Sammanfattning**

### **Syfte och frågeställning**

Syftet med denna studie var att undersöka var och vilket friluftsliv som bedrivs i Nackas skolor där naturupplevelsen står i fokus och tävlingsmomenten är svaga. Undersökningen syftade också till att hitta eventuella faktorer som påverkar friluftslivets utformning.

Undersökningen riktar sig mot grundskolans år 6-9.

1. I vilka sammanhang förekommer friluftsliv i Nackas skolor?
2. Var och vilken typ av friluftsliv bedrivs under skolans friluftsdagar/idrottsdagar?
3. Integrerar man friluftsliv med andra ämnen?

### **Metod**

För att få en så klar bild som möjligt valdes en kvalitativ undersökning genom intervjuer. Sex stycken lärare från olika skolor har deltagit i studien. Fem av skolorna är kommunala och en privat, en av dessa kommunala skolor hade friluftprofil. Samtliga idrottslärare (4 män och 2 kvinnor) är behöriga i sitt ämne. Fem av sex är enbart idrottslärare samt att en lärare var två ämnes lärare (idrott och svenska). Yrkeslivserfarenheten skiljer sig från 3-14 år. På tre skolor har en enkät lämnats ut till 12 elever, fyra elever per skola.

### **Resultat**

Alla idrottslärarna använder sig av den lokala skogen och närliggande naturområden för friluftsliv i olika former. Friluftslivsmoment bedrivs under enskilda lektionstimmar, friluftsliv/idrottsdagar och vid andra tillfällen som temadagar/introduktionsdagar. Hellasgården är det område som besökts mest för friluftsliv inom kommunens gränser. I övrigt så förekommer det friluftsliv med naturupplevelser utan tävlingsmoment under skidresor till Romme Alpin i Borlänge eller kajakpaddling i Velamsund (Nacka) och Björnö (Ingarö). Friluftsmoment som skridsko utomhus på utomhusrink, spolad is eller naturis är vanligt.

### **Slutsats**

Idrottslärarnas privata intresse och de ekonomiska förutsättningarna, samt skolledningens intresse har större betydelse för friluftsliv än närheten till attraktiva områden. Samtliga idrottslärare anser att möjligheterna är goda men att tidsbrist (4/6) är ett hinder. Integrering med andra ämnen för att bedriva friluftsmoment förekom i mycket liten omfattning.

## Innehållsförteckning

1 Inledning.....	1
1.1 Introduktion.....	1
1.2 Bakgrund .....	2
1.2.1 Beskrivning av Nacka kommun .....	3
1.2.2 Friluftslivets utveckling .....	5
1.2.3 Friluftsliv i skolan – Ur ett historiskt perspektiv .....	6
1.2.4 Lpo-94 – Ett nytt synsätt på friluftslivet .....	9
1.2.5 Forskningsläget .....	11
2 Metod .....	13
2.1 Intervju som metod.....	13
2.2 Intervjuerna .....	13
2.3 Urval och bortfall .....	14
2.3 Tillvägagångssätt.....	14
2.4 Tillförlitlighet, och reliabilitet validitet.....	16
3 Resultat.....	17
3.1 Resultat från huvudfrågeställningarna .....	17
3.2 Resultat från enskilda frågor .....	23
3.4 Resultat från enskilda enkätfrågorna.....	25
3.5 Resultat från elevenkäten .....	26
4 Sammanfattande diskussion .....	27
4.1 Friluftslivets omfattning/lärarens intresse.....	27
4.2 Orienteringens utbredning och integreringens betydelse .....	28
Slutsats .....	31
Fortsatt forskning .....	31
Käll- och litteraturförteckning.....	32

Bilaga 1 Käll- och litteratursökning

Bilaga 2 Informationsbrev

Bilaga 3 Intervjufrågor till idrottslärarna

Bilaga 4 Enkätfrågor till eleverna

# 1 Inledning

## 1.1 Introduktion

Katrineholm en sensommar på mitten av 80-talet:

- De gula välpackade kanadensarna ligger intill bryggkanten och guppar lite. Spritkök, sovsäck, extra kläder, kanotvagn, mat mm är väl surrat. Par efter par försöker försiktigt kliva ner i sina kanadensare utan att skapa allt för stor obalans. Med smidiga rörelser och lite samarbete så sitter man tillslut säkert och bekvämt och drar en lättande suck, vem vill bli ihågkommen för att ha trillat i innan färden ens börjat. Solens strålar passerat trädkropparna och blänker till på sjön. Man tänker tyst för sig själv, det här blir nog en bra dag.

Idre fjäll en vinterkväll på mitten av 80-talet:

- Stämningen var på topp, samtidigt vakade ett lugn över den lilla stugbyn som låg ute i skogen någon mil från fjällanläggningen. Stämning smittade av sig till det nyanlända. Allesammans som var på väg ner mot den stora samlingsalen efter inkvarteringen i de olika stugorna kunde njuta av tystnaden, lugnet och den stjärnklara himlen. Väl inne i storstugan skulle en välkomstmiddag av lappländsk karaktär serveras, renskav eller röding stod på menyn. Det var starten på fjälläventyret, tre dagar skidåkning på dagarna och lite grupparbeten på kvällarna låg framför en.

Under min högstadietid så erbjöds möjligheter till friluftsliv. Kommunen hade tillsatt en fritidsledare som gav oss elever chansen att på vintern följa med på en 3-dagars fjällresa och/eller under sensommaren få erfarenhet av en 2-dagars kanothajk. Dessa friluftsäventyr erbjöds varje läsår under skolår 7-9 för alla elever. Om kommunen inte hade tillsatt denna fritidsledare så hade nog möjligheterna till friluftsliv sett helt annorlunda ut på vår skola. Vår skola var nog ganska prioriterad när det gäller friluftsliv. Men det förekom sällan att vi hade friluftsäventyr i den egna kommunen. De gånger vi besökte Nackas naturområden var oftast under orienteringsdagarna.

Hur ser det ut i dagens skolor? Är föreställningen om att friluftsliv är något som sällan bedrivs sann eller inte och hur använder sig Nackas skolor av de friluftsområden som finns i kommunen?

Efter att läst på en del inom området så blir uppfattningen allt tydligare om att förekomsten av friluftsliv i skolsammanhang blivit allt mer begränsad. I en av de senaste och mer omfattande studierna om friluftsliv i skolsammanhang så presenterar Erik Backman i *Svensk idrottsforskning* från 2004<sup>1</sup> följande resultat hämtat från den rikstäckande rapporten *Skola-Idrott-hälsa*. I denna rapport, där elever från år 6 (677) och år 9 (712) från olika skolor i vårt avlånga land deltagit i studien framgår det att 9 % av undervisningen i ämnet idrott och hälsa omfattar friluftsliv och orientering. Denna statistiska siffra klingar positivt, men dessvärre menar författaren att det till stora delar är orienteringsmomentet som står för dessa 9 %. Om man studerar undersökningen mer noggrant så visar de sig att de flesta har provat orientering (90 %), skridsko/isspel (70 %) och slalom (55 %), men bara ett fåtal har provat på friluftsteknik och mera naturupplevelseinriktade aktiviteter såsom att laga mat och göra uppeld i naturen eller provat på paddling/långfärdsskridsko (15 %). Det kanske ligger stor sanning i det Erik Backman belyser i *Svensk idrottsforskning*. ”Jag tror också att skolans organisation och struktur ofta utgör ett hinder för att möjliggöra den tid som krävs för att kunna bedriva ett kvalitativt friluftsliv.”<sup>2</sup>

I en senare studie från 2008 så belyser Backman att integrering mellan ämnen i skolan kan bidra till mer friluftslivsundervisning. Men påpekar att faktorer som tolkning av den rådande kursplanen för idrott och hälsa (de individuella lärarnas tolkningar) verkar sträva åt att friluftsliv till stor del handlar om orientering och att klä sig rätt. Vidare menar Backman att idrottslärarna inte ser friluftslivsundervisningen i perspektiv som naturupplevelser, miljöpedagogik eller som hälsoinvesteringar för framtiden.<sup>3</sup>

## **1.2 Bakgrund**

I denna studie används den nya svenska officiella definitionen av friluftsliv från 1999.<sup>4</sup> Den beskriver friluftsliv enligt följande: ”Friluftsliv är vistelse och fysisk aktivitet utomhus för att uppnå miljöombyte och naturupplevelser utan krav på prestation eller tävling.”<sup>5</sup>

---

<sup>1</sup> Erik Backman, ”Friluftsliv i grundskolan”, *Svensk idrottsforskning*, 4 (2004:4), s. 47-53.

<sup>2</sup> Erik Backman, ”Friluftsliv i grundskolan”, i *Mellan nytta och nöje: Bilder av ämnet idrott och hälsa*, red. Håkan Larsson & Karin Redelius (Idrottshögskolan i Stockholm, 2004), s.186.

<sup>3</sup> Erik Backman, ”Friluftsliv inom ämnet idrott och hälsa”, *Svensk idrottsforskning*, 4 (2008:17), s. 38-42.

<sup>4</sup> Friluftgruppen. (1999). Statens stöd till friluftsliv och främjandeorganisationer. Kulturdepartementet, s. 9.

<sup>5</sup> *Ibid.*, s. 9.

För att styrka vad friluftsliv står för vill jag också hänvisa till vad Lars-Magnus Engström skriver om i boken *Pedagogiska perspektiv på idrott*. Här vill man poängtera att det som skiljer friluftsliv mot andra aktiviteter i naturen/utomhus är framförallt att det präglas av starka anknytningar till naturupplevelser. Naturupplevelsen har en mycket central roll och själva aktiviteten är sekundär. Det är också viktigt att inse att den egna fysiska prestationsförmågan, färdigheten eller resultatet inte har så stor betydelse när man bedriver friluftsliv. Tillsist ska påminnas att vistelsen bör ske i så naturlig miljö som möjligt såsom i skog och mark, på sjön, på naturis, i fjällen etc.<sup>6</sup>

Lars-Magnus Engström sammanfattar att friluftslivets centrala budskap på följande sätt: *det ska vara skönt att vara utomhus och härligt med naturupplevelser*.<sup>7</sup>

Med denna definition blir det lättare att särskilja vad som är friluftsliv eller inte, även fast vissa aktiviteter ligger i gråzonen. Det kan exempelvis innebära att orientering på en friluftsdag innefatta olika grader av friluftsliv. Om orienteringen sker i tävlingssammanhang där det gäller att ta kontrollerna på snabbast tid så blir det inte mycket friluftsliv. Men om man istället bedriver lite lägerverksamhet i start och målområdet, avdramatiserar tidsaspekten och riktar mer fokus på naturupplevelser får friluftslivet en helt annan dimension.

### 1.2.1 Beskrivning av Nacka kommun

Nacka kommun ligger cirka en mil söder om Stockholm och brukar stoltsera och marknadsföra sig med ”*kommunen mellan storstad och skärgård*”<sup>8</sup>. Här är det som sagt nära till både storstadsliv men även friluftsliv. Med sina stora skogar och naturområden så ges det många möjligheter att vistas utomhus. Förutom sina stora grönområden och närhet till vatten så finns här också 38 insjöar 11 naturreservat och cirka 20 öar. I detta variationsrika landskap kan man paddla, vandra, bada, besöka friluftsstugor, segla eller bara njuta av att bada i hav eller i sjöar. På vintern erbjuds banor på sjöar där man kan välja mellan olika turer på långfärdskridsko. Längdskidspår på sjöarna eller i motionsspår/golfbanorna prepareras också. Eller varför inte prova på isvak eller slalom. Detta är några av de möjligheter som erbjuds inom friluftsliv i kommunen. För att klargöra de goda förutsättningarna för att bedriva

---

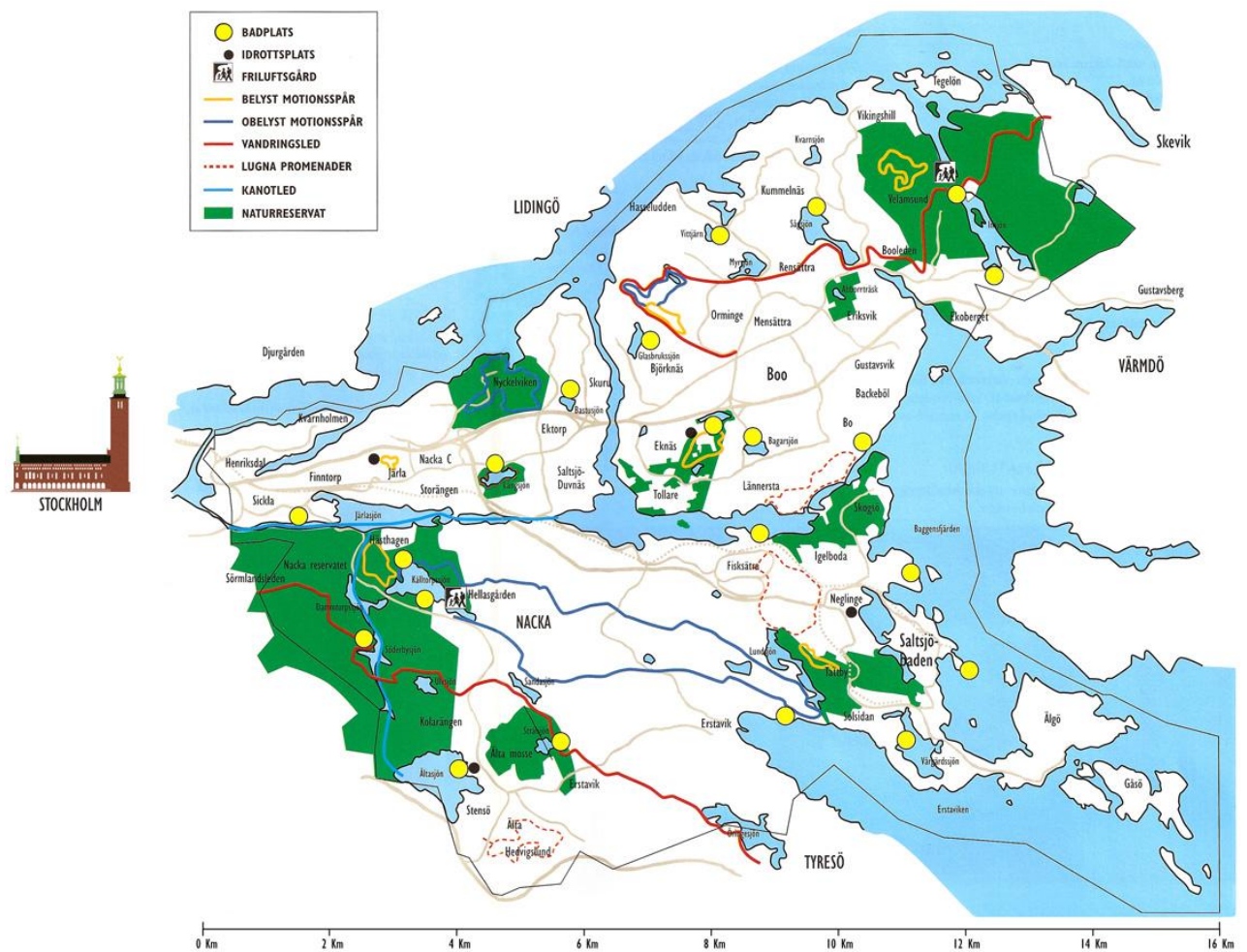
<sup>6</sup> Lars-Magnus Engström, Karin Redelius, *Pedagogiska perspektiv på idrott*, (Stockholm:HLS förlag 2002), S. 278-279

<sup>7</sup> Ibid., S. 278-279

<sup>8</sup> [http://www.nacka.se/web/naringsliv\\_arbete/arbete\\_nacka/Sidor/det\\_har\\_ar\\_nacka.aspx](http://www.nacka.se/web/naringsliv_arbete/arbete_nacka/Sidor/det_har_ar_nacka.aspx)

friluftsliv i Nacka så visas en karta över Nacka.<sup>9</sup> Samtliga skolor som har varit med i undersökningen har mindre än 5 km till ett eller flera naturområden.

## Översiktssbild över Nacka



<sup>9</sup> [http://www.nacka.se/web/fritid\\_natur/naturochparker/naturreservat/Sidor/default.aspx](http://www.nacka.se/web/fritid_natur/naturochparker/naturreservat/Sidor/default.aspx) (Acc. 2010-01-26)

### 1.2.1 Friluftslivets utveckling

Människan har alltid varit i nära kontakt med naturen, mestadels för att finna föda i form av att samla växter eller att jaga. Men att enbart vistas i naturen av skäl som att koppla av, återhämta sig, få naturupplevelser är ett relativt nytt förhållningssätt. Friluftslivet ursprung står att finna i 1700-talets naturromantik och filosofen Jean-Jacques Rousseau och vår egen botaniker Carl von Linnés har haft stor betydelse för dess utveckling. De första formerna av friluftslivet uppstod i slutet på 1700-talet och bestod i att vandra omkring i fina anlagda parker eller besöka upprättade badhus, vilket endast var förenligt med överklassen.

Ett sekel senare så hade stora delar av den industriella revolutionen dragit fram genom Europa. Folk hade flyttade från landsbygd till de växande städerna med sina fabriker för att söka lyckan och jobb. Befolkningsantalet ökade enormt, förhållandet för många människor var mycket usla och det smutsiga städerna tärde på människorna. Detta avstånd till naturen innebar ett nytt synsätt. Man började se andra värden i naturen än som ett jordbrukslandskap. Friluftslivet ute i naturen ansågs bl.a. vara bra för människors hälsa.<sup>10</sup>

Den svenska friluftskulturen börjar ta fart kring 1930-talet. Då bodde hälften av befolkningen i städerna och det ”svenska folkhemmet” började byggas upp. Den materiella standarden och semesterlagstiftningen (1938, 12 dagar) gjorde det möjligt för större befolkningsgrupper att vara ute i naturen. Cykelsemester, camping och vandrarhem var typiska inslag i den nya friluftskulturen. Att folket kom ut i naturen ansågs stärkande för folkhälsan av politiska skäl, vilket innebar en satsning på friluftsliv för allmänheten. Innan dess hade friluftslivet endast varit tillgängligt för den överklass som bedrev friluftsliv genom bildandet av olika organisationer som STF (Svenska turistföreningen 1885), Friluftsförbundet 1892. Här finns en stark fjällvandrarkultur nedärv som fortfarande är populär, både sommar som vinter.<sup>11</sup>

I dagens högteknologiska informations och konsumtionssamhälle så har även förändringar inom friluftslivet skett. I boken ”Friluftshistoria Från härdande friluftsliv till ekoturism och miljöpedagogik”, menar Klas Sandell och Sverker Sörling att man tydligt ser nya subkulturer

---

<sup>10</sup> Leif Yttergren, *”Friluftsliv i förändring: Individ, samhälle och marknad i samspel och konflikt”*, idrotteket nummer 2, (Stockholm: Idrottshögskolan, 1995), s. 1-12.

<sup>11</sup> Klas Sandell, Sverker Sörling, *”Friluftsliv i folkhemmet”*, i *Friluftshistoria: Från ”härdande friluftsliv” till ekoturism och miljöpedagogik: Teman i det svenska friluftslivets historia*, red. Klas Sandell & Sverker Sörling (Stockholm: Carlsson, 2000), s. 64-66.



växa fram från det traditionella. Traditionell skidåkning utför kan även vara snowboard eller telemark och vanlig paddling kanske är forspaddling eller havspaddling. Äventyrsinriktat friluftsliv med adrenalinkickar för dess utövare är också ett nytt begrepp inom friluftsvärlden. Författarna menar också att gränslinjen mellan sport och friluftsliv blir allt otydligare, vad är friluftsliv respektive sport i dagens samhälle.<sup>12</sup> Idag lever vi även i en värld där man nästan kan ta sig dit man vill, de naturliga närliggande naturområdena för friluftsliv, rekreation och avkoppling hemmavid har inte en lika självklar plats längre. Idag finns också andra möjligheter som t.ex. att se på bergsgorillorna i Rwanda, vildmarkssafari i Kenya eller besöka Inkaindianernas boplatser i Peru. Det tidigare enkla och närabelägna friluftslivet kan idag ersättas med helt andra former och upplevelser av naturen. Tanken slår mig att det ibland känns som att de kommersiella krafterna trängt bort de närliggande upplevelserna av naturen.

### 1.2.2 Friluftsliv i skolan – Ur ett historiskt perspektiv

Genom att studera styrdokument, läroplaner och litteratur kan vi skapa oss en mer förståelig bild över hur friluftslivet har förändrats. Här följer några viktiga händelser inom friluftslivets historia inom skolvärlden:

Den obligatoriska skolan inrättades 1842 och ämnet gymnastik blev också obligatoriskt. Tillgången till salar var få och gymnastik hade man 20 minuter per dag. Det nationella intresset handlade mycket om militär uppryckning i samhället och gymnastiken bestod ofta av att utföra militära övningar ute i den fria naturen (marschera, exercis). Efterhand så minskade de militära inslagen i gymnastiken och den berömda Linggymnastiken (Hjalmar Ling 1820-1886) med sina konstruerade kroppsövningar för att tillgodose kroppens behov kom att dominera gymnastikundervisningen i över ett sekel. Dåvarande utbildade lärare vid namn ”gymnastikdirektör” kunde ansvara över 150 stycken elever samtidigt i små salar, vilket krävde ordning och disciplin.<sup>13</sup> Den första utbildningen med inslag av friluftsliv skedde 1907 där man på gymnastikdirektörsutbildningen utbildades i skridskoåkning, skidloppning samt att ”vandra efter karta”.<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup> Sandell och Sörling menar att det traditionella friluftslivet blivit mångfacetterat och att många olika former av friluftsliv förekommer.

<sup>13</sup> Jan-Eric Ekberg och Bodil Erberth, *Fysisk bildning: – om ämnet idrott och hälsa* (Lund: Studentlitteratur, 2000), S. 81.

<sup>14</sup> Sandell, s. 104

I början av 1900-talet kom nya influenser från Europa, framförallt England. Det är idrotten som börjar vinna mark med nya idéer. Det var Viktor Balck ”den svenska idrottens fader” som tog med sig dessa influenser. Dessa nya influenser kom att innebära att man 1919 bytte namn på ämnet från gymnastik till gymnastik med idrott och lek.<sup>15</sup> Nya idrottsövningar med friluftsinslag utomhus som simning, skridskoåkning, kälkåkning och skidlöpning blev allt vanligare. Linggymnastiken dominerar fortfarande i ämnet men fick konkurrens av det mer spontana idrottandets naturliga rörelse som skedde på fritiden av stora delar av ungdomarna. Under en lång period råder det delade meningar om huruvida gymnastiken och kroppsövningar skall vara konstruerade eller funktionella. Idrotten och leken fick allt större betydelse inom ämnet och det gav sig i uttryck i läroverksstadgan från 1928. Man inför idrottsdagar. Så här står det i läroverket från 1928:

*...minst femton, fördelade på hel- eller halvdag och på lämpligt sätt förlagda till läsårets olika delar, skola efter bestämmande av rektor användas för främjande av idrottsliv och friluftsverksamhet genom anordnande av idrottsövningar, längre vandringar, naturvetenskapliga och historiska exkursioner och andra studieflykter, friluftsbete och dylikt under läroverkets tillsyn.<sup>16</sup>*

Några år senare så byter man namn på idrottsdagarna till friluftsdagar. År 1942 blev det obligatoriskt med friluftsdagar i folkskolan.<sup>17</sup> Det fanns en aktuell debatt i samhället och politiska skäl till att framhäva friluftsliv, framförallt som en folkhälsoinvestering. Samhällsdebatten och de politiska tankarna visar sig även i skoldokumentet:

*Genom regelbundet återkommande friluftsvandringar skola eleverna beredas en hälsosam motvikt mot det övriga skolarbetet och bibringa intresse för härdande och stärkande friluftsliv och givas möjligheter att förvärva de kunskaper och färdigheter, som erfordras för ett ändamålsenligt utövande av friluftsverksamhetens olika grenar.<sup>18</sup>*

---

<sup>15</sup> Ibid., s. 83.

<sup>16</sup> Claes Annerstedt, Birger Paitersen, Helle Ronholt, *Idrottsundervisningen: Ämnet idrott och hälsas didaktik* (Göteborg: Multicare, 2001), s 84.

<sup>17</sup> Sandell, s. 107

<sup>18</sup> Ibid., s. 107-108.

Det kommer även ut ett beskrivande dokument på hela 200 sidor som beskriver friluftsinnehållet.<sup>19</sup> Under denna period blir det vanligt med friluftsmoment som exempelvis lägerliv eller terrängvandringar.<sup>20</sup> Antalet dagar som skall avsättas för friluftsverksamhet och lek skall motsvara mellan 10-12 heldagar per läsår eller minst en och en halv timme per vecka.

På 1960-talet så introduceras de första läroplanerna, (Lgr 62, 69). I och med dem så delas ämnet upp i olika huvudmoment såsom gymnastik, lek, idrott, skridskoåkning, simning, dans, bollspel, orientering och skidåkning. Friluftslivet nämns nu inte lika omfattande som förut och istället så uttrycker läroplanen att idrottsläraren kan använda det mer tidskrävande friluftsmomenten under såväl friluftsdagar som vanlig lektionstid.

År 1980 kommer en ny läroplan ut (Lgr 80). Ämnet är fortfarande uppdelat i nio huvudmoment men friluftslivet som tidigare till stora delar varit koncentrerat till friluftsdagarna hamnar nu under ett av huvudmomenten. Orientering och friluftsliv slås nämligen ihop och blir ett huvudmoment. Samtidigt ser vi en minskning av friluftsdagarna i och med Lgr-80. Att dagarna minskat kan man se från följande utdrag i Lgr-80:

*Under ett visst antal dagar av läsåret (4-8 dagar) skall skolarbetet ske i form av friluftsverksamhet. Syftet med friluftsverksamheten är att genom aktiv rekreation ge eleverna omväxling i det dagliga arbetet och att ge möjlighet till vistelse ute i naturen. (...)  
Friluftstimmarna skall disponeras för aktivitet utomhus. Speciellt bör de huvudmoment inom idrott som inte kan bedrivas på vanliga lektioner behandlas.<sup>21</sup>*

Mycket av det tidigare centralstyrda innehållet av friluftsverksamheten hänvisas än mer till läroplanens huvudmoment. Det blir mer upp till idrottsläraren att forma friluftsverksamheten. Under denna period blev friluftsliv i form av kanotfärder och cykelturer allt vanligare under friluftsdagarna.<sup>22</sup>

---

<sup>19</sup> Samuel von Malortie & Arvid Nilsson, *Företeelsen friluftsliv i en skolkontext*, Examensarbete 15 p vid Örebro Universitet med inriktning för humaniora, utbildning och samhällsvetenskap (Örebro, Örebro Universitet, 2008), s. 8.

<sup>20</sup> Ibid., s. 9.

<sup>21</sup> Skolöverstyrelsen, (1980). *Läroplan för grundskolan*, Utbildningsförlaget, Stockholm, S. 47.

<sup>22</sup> Sandell., s. 104.

## Sammanfattning av historik

Dagar som avsatts för friluftsliv, idrottsmoment eller annan verksamhet har minskat kraftigt. Från att i början av 1930-talet uppgått till 15 hel- eller halvdagar så har det skett en konstant minskning. Idag så säger aktuell forskning att antalet dagar som skolorna avsätter för denna typ av verksamhet ligger mellan 4-5 hel- eller halvdagar.<sup>23</sup> I ett tidsperspektiv har synsättet på friluftslivets innehåll och omfattning från beslutande organ förändrats. Från tidigare centralstyrning till idag mer decentraliserat.

### 1.2.3 Lpo-94 – Ett nytt synsätt på friluftslivet

Idag heter ämnet idrott och hälsa och styrdokumentet för ämnet är från 1994 (Lpo-94). I och med denna kursplan så avreglerades friluftsdagarna. Det finns inget i läroplanen som styrker att skolan måste bedriva friluftsdagar. Istället har man i den nya kursplanen lagt fokus på att beskriva friluftslivets betydelse för hälsan. Om man studerar grundskolans kursplan i ämnet idrott och hälsa lite mer ingående förekommer friluftsliv hela tolv gånger i olika sammanhang<sup>24</sup> och det är bara ord som idrott och hälsa som nämns oftare. Så här inleds beskrivningen av kursplanen i idrott och hälsa:

*Idrott, friluftsliv och olika former av motion och rekreation har stor betydelse för hälsan. Barn och ungdomar behöver därför utveckla kunskaper om hur kroppen fungerar och hur vanor, regelbunden fysisk aktivitet och friluftsliv förhåller sig till fysiskt och psykiskt välbefinnande.*<sup>25</sup>

Friluftslivet har fått stor plats i den nya läroplanen. Det beskrivs både i ämnets syfte och karaktär, under delen för strävansmål och i den viktigaste delen av kursplanen för ämnet, nämligen uppnåendemål. Det finns även beskrivningar av friluftsliv i betygskriterierna. Men det finns inte längre några styrande dokument om innehåll eller vilken tid som skall avsättas för friluftsverksamhet. Det är upp till varje skola att ta ställning i dessa frågor.

---

<sup>23</sup> Stephan Svenning, *Rapport om friluftsverksamheten i skolan* (Inst. Idrott och Hälsa, Örebro Universitet, 2001), s. 1-26.

<sup>24</sup><http://www.skolverket.se/styr/laroplaner/index.shtml> Läroplan för det obligatoriska skolväsendet: Lpo 94 (Acc.2010-01-26).

<sup>25</sup> [Ibid](#)

Dagens skola är mer målstyrd än uppgiftsorienterad. De tidigare olika huvudmomenten, Lgr-80 (Gymnastik, Hälsa, hygien och ergonomi, bollspel och lekar, dans, fri idrott, orientering och friluftsliv, lek, simning och livräddning, skidåkning, skridsko, iskunskap och livräddning)<sup>26</sup> har idag ersatt med tre viktiga kunskapsområden. Dessa områden är Rörelse, rytm och dans, Natur och friluftsliv samt Livsstil, livsmiljö och hälsa.<sup>27</sup> I praktiken innebär det att ämnets innehåll och metoder bestäms av den *lokala kursplanen* som varje idrottslärare upprättar i ämnet. Den lokala kursplanen är ett sätt för idrottsläraren att beskriva sin verksamhet och visa på hur man gått tillväga för att nå det mål som är uppsatta inom de olika kunskapsområdena. I och med detta system så kan det skilja sig mycket i både innehåll och undervisningsmetoder från skola till skola. Huvudsaken är att alla elever når de viktiga uppnåendemålen. Vilka är då uppnåendemålen? Här får ni en förenklad variant av de uppnåendemål/ kunskaper eleverna skall få med sig från ämnet idrott och hälsa i år 5 och år 9. **Friluftslivet ej inräknat**, (god motorik, dans, simning, orientering, erfarenhet av idrottsaktiviteter, livsfrågor om hälsa, eget ansvar av motionsformer på fritiden). Sammanlagt finns det 12 stycken uppnåendemål, sex stycken för år 5 och sex stycken för år 9. Nedan presenteras uppnåendemålen inom friluftsliv i dagens läroplan.

Så här ser målen ut för friluftsliv i år 5 respektive år 9.

- Ha grundläggande kunskaper om friluftsliv samt känna till principerna för allemansrätten. (år 5)<sup>28</sup>
- Kunna orientera sig i okända marker genom att använda olika hjälpmedel samt kunna planera och genomföra vistelse i naturen under olika årstider. (år 9)<sup>29</sup>

I och med denna förskjutning har det i dagens skola blivit mycket upp till den enskilda idrottsläraren att bedriva friluftsliv. Friluftsliv var något som innan berörde hela skolan eftersom de var obligatoriska moment i läroplanen.

---

<sup>26</sup> Björn, Sandahl, *Ett ämne för alla?* (Stockholm: studentlitteratur, Idrottshögskolan, 2005), S. 97.

<sup>27</sup> Ibid. s. 97.

<sup>28</sup> Skolverket, *Grundskolan kursplaner och betygskriterier 2000* (upplaga 1, Stockholm, 2000), S. 24.

<sup>29</sup> Ibid. s. 24.

### 1.2.5 Forskningsläget

2001 fick Stephan Svenning i uppdrag från Regeringen att åt Skolverket klarlägga hur omfattningen av friluftsverksamheten i skolan förändrats sedan avregleringen av friluftsdagar infördes i den nya läroplanen 1994 (Lpo-94). Här har flera rapporter från olika studier inhämtats angående friluftsdagarnas omfattning och innehåll. Här presenteras två av dessa resultat:

- Geografiskt läge och om skolan profilerar sig mot friluftprofil har stor betydelse i omfattningen av friluftsliv, dock kvarstår problemet vad som anses vara friluftsliv eller annan verksamhet under friluftsdagarna, samt att det även kan förekomma friluftsliv i andra former under t.ex. temadagar eller projektdagar. Detta gör det svårt att exakt säkerhetsställa friluftsdagarnas omfattning och innehåll.<sup>30</sup>
- Sammanfattningsvis så har friluftsverksamheten generellt minskat sedan borttagandet av de reglerade friluftsdagarna infördes.<sup>31</sup>

I en undersökning från 1999 fick 100 idrottslärare svara på en enkätstudie (postenkät) angående friluftsliv. I denna studie framgår det att 50 % samarbetar med andra lärare vad gäller planering och genomförande av friluftsmoment. Orsaker till att man inte kunnat erhålla kunskaper om olika moment ansågs av lärarna vara tidsbrist (73 %), ekonomi (52 %), närmiljö (33 %), elevintresse (33 %), klimat (32 %), egen kompetens (8 %). Andra orsaker som nämndes var organisationssvårigheter på skolan, skolledningens ointresse och brist på samarbete.<sup>32</sup>

2007 gjorde Riksidrottsförbundet en studie om idrotten i skolan. Resultatet av den undersökningen var att cirka 5 % av grundskolorna inte hade några friluftsdagar. Annars kunde det skilja mellan 1-12 dagar per läsår. Vanligaste aktiviteterna under friluftsdagarna var friluftsliv, därefter följt av friidrott, skridsko, skidåkning orientering eller bollspel. Hinder för att bedriva friluftsliv var bland annat ekonomi och kommunikationsproblem.<sup>33</sup>

---

<sup>30</sup> Svenning, s. 1-26.

<sup>31</sup> Ibid.

<sup>32</sup> Christine, Johansson, "Friluftsliv spelar ingen central roll", *Tidskrift i gymnastik och idrott*, 9 (1999:9), s. 39-44.

<sup>33</sup> Owe Stråhlman, Sten Eriksson, *Idrott och rörelse i skolan: - en studie av idrotten i skolan 2007* (Stockholm: Riksidrottsförbundet, 2007), s. 28-31.

Med hjälp av Statistiska centralbyråns friluftsinde kan vi mäta skillnader över tid bland allmänheten. I mätningar från 1976-1991 kan man utläsa att ”nära åtta av tio män och kvinnor vistas någon gång om året i skogen” och ”hela 31,2 % av den vuxna befolkningen uppger att de någon gång i veckan eller oftare strövat i skog och mark under de senaste tolv månaderna. Med hjälp av detta friluftsinde kan man också notera att storstadsungdom verkar vara den kategori där friluftsliv framförallt avtagit.<sup>34</sup>

Utvecklingen går mot en minskning av friluftsdagar. Studier från Riksidrottsförbundet (2000) visar att det i genomsnitt bedrivs 4-5 friluftsdagar per läsår (hel- eller halvdagar). Studien visar också på att glesbygdsskolor och skolor med ”lämplig” terräng/natur har i allmänhet fler friluftspass per läsår jämfört med storstadsskolor och skolor i ”fel” friluftsmiljöer.<sup>35</sup>

I en rikstäckande rapport från 2005 undersöker Naturvårdsverket om hur förutsättningarna för friluftslivet förbättras, bevaras och utvecklas. Resultatet visar på att tjänstemännen har relativt hög prioritet på friluftsliv och tätortsnära natur. I undersökningen kan vi också läsa att 66 % av skolorna anser att de använder naturområdena i sin kommun i både hög och ganska hög grad.<sup>36</sup>

### **Syfte och frågeställning**

Syftet med denna studie är att undersöka var och vilket friluftsliv som bedrivs i Nackas skolor där naturupplevelsen står i fokus och tävlingsmomenten är svaga. Undersökningen ska även syfta till att hitta eventuella faktorer som påverkar friluftslivets utformning. Undersökningen riktar sig till grundskolans år 6-9. Följande frågeställningar skall utredas:

- I vilka sammanhang förekommer friluftsinslag i skolan?
- Var och vilken typ av friluftsliv bedrivs under skolans friluftsdagar/idrottsdagar?
- Integrerar man friluftsliv med andra ämnen?

---

<sup>34</sup> Sandell., s. 95.

<sup>35</sup> Svenning., s. 7.

<sup>36</sup> Naturvårdsverket – Kommunerna och friluftslivet 2005, rapport 5574

## 2 Metod

### 2.1 Intervju som metod

Anledningen till valet att använda kvalitativa djupintervjuer är framförallt att det finns möjlighet att hålla sig lite utanför manus ifall det skulle dyka upp intressanta svar under intervjun. Man kan då ställa följdfrågor som t ex; ” kan du vidareutveckla..” eller ” Hur menar du nu..” Detta innebär att ny viktig kunskap inom området kan dyka upp när man senare sammanställer sina frågor, samt att man får ett bredare material än om man gjort en kvantitativ undersökning. Alla intervjuer har skett i lugna och slutna miljöer utan tidspress eller andra störande faktorer. Det resultat som sedan presenteras har tagits fram genom att ett flertal gånger lyssnat igenom bandinspelningarna.

### 2.2 Intervjuerna

Först skapades ett intervjuformulär, sammanlagt 23 stycken frågor. Dessa frågor består av både öppna och slutna svarsalternativ (19 öppna svarsalternativ), (3 slutna svarsalternativ) och en fråga med (12 delsvar) snabbval om friluftaktiviteter, plats och om momentet utförts under lektionstid, friluft/idrottsdag eller både och (**Se bilaga 3, fråga 2 i friluftsverksamhetsdelen**). De öppna frågorna är till för att den intervjuade själv ska kunna formulera och uttrycka sina svar, dessa har i syfte att inte vara allt för ledande för att inte styra in den intervjuade på det man undersöker. De slutna frågorna är mer till för att säkerhetsställa svaren, men har även som funktion att undvika missförstånd.

Intervjuformuläret är utformad enligt ”trattmodellen”, vilket innebär att man börjar med att ställa allmänna och enkla frågor till den intervjuade för att få personen att känna sig bekväm och tillfreds för att sedan ställa mer specifika frågor om det man vill undersöka.

Intervjuformuläret består av tre delar, allmänna frågor, frågor angående friluftsdagar och friluftsverksamhetsfrågor. **Se bilaga 3.**

En enkät skapades för eleverna. Anledningen till detta är framförallt för att se om det förekom andra friluftsmoment utöver det friluftsliv som finns inom ämnet idrott och hälsa. Det kan ju vara så att idrottsläraren är omedveten om vissa friluftsmoment. Eleverna fick även svara på vilka naturupplevelser dem haft det senaste året. **Se bilaga 4.**



## 2.3 Urval och bortfall

Genom att hämta information från Nacka kommuns hemsida så har upplysning om alla skolor i grundskolans år 6-9 inhämtats, såväl privata, kommunala eller skolor med specialinriktning. Samtliga skolor har fått möjlighet till att medverka i undersökningen. Sammanlagt rör det sig om 15 stycken skolor, men det är endast 6 stycken skolor som är med i denna studie. I elevenkäten så har fyra elever från tre skolor deltagit, sammanlagt 12 stycken elever. Anledningen till det låga elevantalet beror på att det under den första intervjun (pilotstudien) inte var inplanerat att även intervjua elever, samt att två av intervjuerna (de med personlig kontakt) har skett hemma hos mig. Inget bortfall på enkätfrågorna (förutom en elev som av tidsbrist endast svarade på en av enkätfrågorna).

## 2.3 Tillvägagångssätt

### Pilotstudie

Innan undersökningen startade gjordes en pilotstudie för att säkerhetsställa enkätfrågorna och kontrollera tidsåtgången. Under detta tillfälle gavs även möjlighet till övning och praktisk tillämpning i intervjuteknik. I och med denna pilotstudie så tillkom sju nya frågor men i övrigt så har inga ändringar gjorts i frågorna till idrottslärarna. Den skola/idrottslärare som deltagit i pilotstudien ingår även i studien.

### Elevenkät

I och med pilotstudien så upptäcktes att det vore lämpligt att även låta eleverna på skolan ingå i denna studie för att täcka upp eventuella luckor angående friluftslivets omfattning. Eftersom en del i studien tar upp integrering av friluftsliv så kan det vara möjligt att vissa friluftsinslag förekommer utöver idrottslärarens kännedom. Därför skapades en elevenkät med två stycken frågor (se bilaga 4).

För att komma i kontakt med idrottslärarna söktes deras e-postadress upp via respektive skolas hemsida. Om e-postadressen inte funnits eller om uppgifterna varit oklara så har kontakt tagits med skolornas expedition för att få den rätta upplysningen. Efter att fått in alla 18 e-postadresser till idrottslärarna i år 6-9 i Nackas skolor så har ett e-postmeddelande skickat ut till var och en (se bilaga 2). I detta meddelande så presenterade jag mig kortfattat

och förklarade mitt syfte med studien. Här framgick också att jag under en två-veckors period praktiskt taget var tillgänglig att kunna komma och intervju dem när det passar.

Idrottslärarna har fått möjligheten att lämna en tid i e-postmeddelandet om när det skulle passa att bli intervjuad, denna uppgift har sedan bekräftats av mig. Det framgår också att det rör sig om en intervju angående friluftsvksamhet som tar cirka 30 minuter, samt att intervjun sker med bandspelare. För att undvika missförstånd så har mobiltelefonnummer lämnats ut ifall man velat komma i kontakt med mig personligen. Förfrågan skickades sedan ut till alla de berörda skolorna i Nacka via mail.

Tre dagar efter det att förfrågingen hade skickats ut så hade det endast kommit in två svar av 18 möjliga. Efter en vecka så kvarstod samma problem med endast två inkomna svar, vilket innebar att en påminnelse skickades ut. Efter ytterligare en vecka så hade inga nya svar kommit in, två veckor två svar. Detta innebar att kontakt togs med min handledare och jag frågade hur studien skulle fortgå. Vi beslutade att möjligheten till att använda oss av personliga kontakter eller ta kontakt med skolorna direkt för ett fysiskt möte var lämpliga metoder. Detta har varit en förutsättning för att studien skulle kunna fortgå. Vidare beslutades att minst sex skolor av 15 borde vara med i studien. Dessa metoder för att få in mer underlag till intervjuerna har sedan använts. Det har inneburit två spontana fysiska besök, samt att en personlig kontakt har använts för att komma i kontakt med idrottslärarna på de två övriga skolorna. Från en början var det meningen att alla 15 skolor skulle ingå i studien, men beroende av det svaga intresset så har endast sex lärare vid olika skolor blivit intervjuade angående friluftundervisningens omfattning i Nacka kommun.

Efter varje avslutad intervju med idrottsläraren så har vi tillsammans hitta ett tillfälle att lämna ut elevenkäten. Ett slumpmässigt val har gjorts genom att fyra nummer valts ut från en klasslista. Dessa elever har sedan tillfrågats om de velat vara med i undersökningen. Självfallet har vi påpekat att studien är frivillig och anonym, ingen av de tillfrågade innan det slumpmässiga valet gjordes har avstått från deltagande. Vid eventuella frågor från eleverna så har jag funnits till hand för vidare förklaring. Alla 12 elever har som nämnts tidigare svarat på dessa frågor. Däremot har inte målsmans tillstånd tillfrågats.

## 2.4 Tillförlitlighet, och reliabilitet validitet

Trovärdigheten går att diskuteras. Men det har varit en låg grad av standardisering med öppna svarsalternativen på många frågor (19 av 23). När intressanta svar dykt upp har följdfrågor ställts eller så har den intervjuade ombetts att upprepa eller förtydliga. Detta stärker tillförlitligheten. Enkätens utformning har inneburit att jag i många fall ställt liknande frågor senare under intervjun, i dessa fall har den intervjuade upprepat sitt svar, fyllt på sitt svar eller kommit med andra argument. Eventuella luckor och upprepningar stärker uppfattningen om hur friluftslivet i skolan bedrivs. Utifrån dessa svar kan man sedan värdera trovärdigheten. Samtidigt kan man i efterhand jämföra idrottslärares svar med elevenkäten och se samband, vilket styrker trovärdigheten. Eftersom jag till stora delar haft mer eller mindre personlig kontakt med de intervjuade så har det varit ganska avslappnade intervjuer, vilket kan innebära prestigelösa svar från de inblandade. Det anser jag som en styrka i studien.

Svagheter i studien är det stora bortfallen, endast sex av 15 skolor har deltagit, d.v.s. 40 %. I övrigt kan det vara så att de två skolor som svarade på förfrågan kan ha haft ett större intresse av friluftsliv än de som inte svarat (ett av de inkomna mailsvaren var från skolan med friluftprofil). Detta kan ge en mindre möjlighet till generaliserbara resultat eftersom det endast handlar om sex skolor. En annan svaghet är att inga återkommande intervjuer med de inblandade har skett ifall det funnits svar som man velat vidareutveckla. Självfallet går det inte att få en 100 % sanningsenlig bild av friluftsmomenten i skolorna men genom att lyssna på bandinspelningarna så har tydligheten och uppfattningen om friluftslivets omfattning klargjorts, vilket i denna studie inneburit att inga nya frågor behövts ställas för att reda ut oklarheter.

### **Vikten av reliabilitet i kvalitativa studier**

Författaren Jan Trost förklarar sin syn på reliabilitet och validitet i boken kvalitativa intervjuer.<sup>37</sup> Han menar att kvalitativa studier inte är lika beroende av hög reliabilitet än vad som krävs i kvantitativa. Han förklarar reliabiliteten på följande sätt.

”Traditionellt menar man med reliabilitet eller tillförlitligheten att en mätning är så att säga stabil och inte utsatt för t.ex. slumpinflytelser, alla intervjuare skall fråga på samma sätt,

---

<sup>37</sup> Jan Trost, *Kvalitativa intervjuer* (Lund: Studentlitteratur, 2005), s. 111-113.

situationen skall vara likadan för alla etc. Inte sällan menar man med reliabilitet att en mätning vid en viss tidpunkt skall ge samma resultat vid en förnyad mätning. Ett problem i detta sammanhang är att man då förutsätter ett statistiskt förhållande. Med ett symboliskt interaktionistiskt synsätt utgår från att vi hela tiden deltar i processer. Och då kan vi snarare förvänta oss skilda resultat vid skilda tidpunkter.”<sup>38</sup>

Under intervjuerna har frågorna anpassat efter situationen och efter hur intervjun utvecklats. I ett flertal intervjuer har det dykt upp nya intressanta frågeställningar som man velat vidareutveckla och av den anledningen frångått intervjuformuläret. Därför anser jag att reliabiliteten kan ifrågasättas eftersom det dykt upp spontana frågor under själva intervjun. Men i övrigt så är reliabiliteten god. Validiteten som däremot handlar om att man verkligen undersökt det man ska undersöka är hög, här har många luckor täpps till angående friluftsvksamheten i skolorna.

### **3 Resultat**

Efter att intervjuat sex idrottslärare i Nackas skolor för årskurs 6-9 så har en tydligare bild av friluftsvksamheten i dessa skolor växt fram. Resultaten kommer att presenteras i tre delar. Först resultat från huvudfrågeställningarna och sedan eventuella viktiga resultat från enskilda frågor i intervjuformuläret eller elevenkäten. Sist tas övriga intressanta iakttagelser upp.

#### **3.1 Resultat från huvudfrågeställningarna**

Den första frågeställningen handlade om i vilka sammanhang det förekom inslag av friluftsliv i skolorna. Här kan vi se att friluftsliv förekommer vid olika tillfällen, nämligen:

- Under lektionstid
- Vid friluftsdagar/idrottsdagar
- Vid skolintroduktioner
- Integrering med andra ämnen
- Mentorsgruppens/arbetsgruppens egna initiativ

---

<sup>38</sup> Ibid., s. 111.

Under lektionstid så är moment som orientering och skridsko mycket vanliga. Samtliga elever hade fått pröva på dessa moment i olika mängder. I tre av de sex skolorna så förekom det även friluftsteknik i form av att slå upp tält och tillaga mat över eld eller i stormkök i skolans närområden.

Så här säger några idrottslärare om sin undervisning av friluftsmoment under lektionstid.

”Jag har köpt in säkert 6, 7, 8, stormkök och då pratar jag lite om att laga mat i naturen och sen så sitter vi utanför gymnahallen, så får de koka nyponsoppa”<sup>39</sup> (gymnahallen ligger granne med ett skogsområde, man är ute i skogen)

”Vi hade tema eldstad, vi grillade pinnbröd (...) och då använde vi närområdet”<sup>40</sup>

”Skridsko åker vi ganska mycket, vi har även köpt in en klassuppsättning längdskidor, så vi åker även längdskidor på idrottslektionerna”<sup>41</sup> (skridsko utomhus och längdskidor i skolmiljö, ej i skogsområde)

”Man får laga sin mat över öppen eld, vilket dom har lärt sig i tidigare åldrar, det är en progression”<sup>42</sup>

Olika friluftsmoment förekommer på samtliga skolor. Gemensamt är att alla skolor bedriver friluftsmoment som skridsko och orientering under lektionstid i utomhusmiljö. Tre av skolorna undervisade i friluftsteknik (laga mat i naturen, slå upp tält). Fyra av sex idrottslärare påpekade också att man använder den närliggande skogen till samarbetsövningar, lekar och bollspel där eleverna får naturupplevelser.

Den andra frågeställningen handlade om var och vilken typ av friluftsliv som bedrivs under skolans friluftsdagar/idrottsdagar. Här ser vi att det område som besökts mest av Nackas nio friluftsområden är Hellasgården. Samtliga skolor har varit där det senaste året och två skolor

---

<sup>39</sup> Inf. 2.

<sup>40</sup> Inf. 3.

<sup>41</sup> Inf. 1.

<sup>42</sup> Inf. 6.

flera gånger. Många påpekar och tycker att Hellasgården är ett bra område att besöka både vinter som sommar. Andra naturområden som besöks är Velamsund, Nyckelviken och Tollare. Efter en sammanställning över vilka områden som besöktes och analyserat friluftsidrottsdagarnas innehåll/omfattning så upptäcktes ett intressant och slående resultat. Strukturen på friluftsidrottsdagarna var till stor del densamma på fem av sex skolor och skolorna hade mellan 3-4 dagar avsatta för denna typ av verksamhet. Dagarna kan kategoriseras enligt följande:

- 1 st. Orienteringsdag
- 1 st. Friidrottsdag
- 1 st. Vinterfriluftsdag

Eftersom fem av sex skolors friluftsidrottsdagar var så lika så presenteras resultatet efter de olika kategoriseringarna:

Under **orienteringsdagen** var hälften av skolorna på Hellasgården medan övriga skolorna använde något av de andra naturområdena. Så här säger idrottslärarna angående orienteringsdagen:

”Man tar sig från skolan till Hellasgården, (...) orientering och ibland för att fylla ut dagen har man olika aktiviteter”<sup>43</sup> (man vandrade till Hellasgården som ett delmoment)

”Vi har en orienteringsdag på Velamsund, då har vi orientering och lite samarbetsövningar”<sup>44</sup>

”Vi har en annan dag, där sexorna är mentorer för förskoleklasserna, då vi håller på med orientering (...) dom får coacha”<sup>45</sup>

Under orienteringsdagarna så förekommer det inslag av samarbetsövningar, tillitsövningar och friluftsteknik på fyra av sex skolor utöver själva orienteringsdelen. Men i stort sett så är det orientering med tävlingsinslag som dominerar dagen. Endast en skola hade orientering utan tävlingsmoment. Istället lades tyngd på att få de äldre eleverna att växa inför momentet

---

<sup>43</sup> Inf. 5.

<sup>44</sup> Inf. 1.

<sup>45</sup> Inf. 6.

”hitta rätt” genom att de fick undervisa de yngre. En form av integrering. Friluftsliv enligt den benämning som används i denna studie innebär måttligt friluftsliv på orienteringsdagarna.

Under **friidrotts/idrottsdagarna** använder sig skolorna oftast av den lokala idrottsplatsen. Fem av sex skolor anordnade friidrottstävlingar för alla årskursen (6-9), medan en skola hade en långvarig tradition av löpartävling. Så här säger några idrottslärare angående dessa dagar.

”Idrottsdagen är ... -loppet och det har alltid funnits här”<sup>46</sup>

”Fri idrottsdagen sker på ... Ip”<sup>47</sup>

”Fri idrottsdagen gick bra och den kommer jag att fortsätta med”<sup>48</sup>

Under dessa dagar så står tävlingsmomentet i fokus och inslag av friluftsliv är begränsat.

Det är under **vinterfriluftsdagen** som det erbjuds mest med friluftsliv med naturupplevelser utan tävlingsinslag. Så här säger några idrottslärare angående vinterfriluftsdagen.

”Då valde jag Hellasgården för dem plogar upp banor och liknande och så ville jag få med sjö också (...) Så dem inte bara kör på hockeyrink”<sup>49</sup>

”Hellasgården ska vi till på vinterfriluftsdagen”<sup>50</sup>

”Dem flesta åker faktiskt skidor”<sup>51</sup> (angående vilken aktivitet som var mest populär under vinterfriluftsdagen, Romme Alpin)

”Vintern nu så får man åka till Romme”<sup>52</sup>

---

<sup>46</sup> Inf. 3.

<sup>47</sup> Inf. 2.

<sup>48</sup> Inf. 2.

<sup>49</sup> Inf. 2.

<sup>50</sup> Inf. 1.

<sup>51</sup> Inf. 1.

”Den här vinterfriluftsdagen, då får man välja mellan fem olika aktiviteter”<sup>53</sup>

”Då kunde man välja mellan skridskoåkning, vandring, längdskidåkning och pulka, sen kan man ju diskutera om pulka är friluftsliv, men det var fantastiskt lyckat och jättekul i Hellasgården”<sup>54</sup>

Under denna dag så ser man att det förekommer mycket friluftsliv i undervisningen. Eleverna har många alternativ att välja mellan och förslagen till aktiviteter under denna dag kan komma från både elever och lärare. Ett mycket populärt alternativ som fanns på samtliga skolor under vinterfriluftsdagen var Romme Alpin i Borlänge. Här uppskattade två lärare att mellan 40-50 % av eleverna i årskurs 6-9 väljer att följa med på denna aktivitet. I två av skolorna så betalade man avgiften till eleverna antingen från skolan eller via en skolkassa som eleverna samlat på sig genom att stå i skolans servering och i skolbespisningen. I det övriga fallen var det eleverna själva som fick stå för kostnaderna. Detta kanske innebär att det egentligen är ännu fler som vill följa med på dessa resor men inte anser sig ha råd. Enligt skollagen ska skolan vara avgiftsfri, endast en obetydlig kostnad för enstaka inslag är möjligt.<sup>55</sup> Utöver utförsåkning så var det aktiviteter som skridsko och pulka vanligt förekommande. Många olika naturområden i Nacka blev besökta under vinterfriluftsdagen.

### **Integrering**

I den sista huvudfrågeställningen ställs frågor om man integrerar friluftsliv i ämnet idrott och hälsa med andra ämnen, (hemkunskapen, No-ämnet, Historia m.m.) Integreringen är mycket begränsad och sträcker sig till enstaka tillfällen, det finns ingen planerad struktur från idrottslärarna att samarbeta med andra lärare för att integrera friluftsliv. Däremot förekommer det att friluftsliv bedrivs i sammanhang som tema dagar, introduktionsdagar eller mentorsdagar. Under dessa dagar så är det fler inblandade i planering och organisationsprocessen. Under dessa tillfällen så får eleverna pröva på kajakpaddling, övernattningar, laga mat i naturen, bada i skärgården m.m. Så här säger några idrottslärare angående integrering.

---

<sup>52</sup> Inf. 6.

<sup>53</sup> Inf. 2.

<sup>54</sup> Inf. 3.

<sup>55</sup> [http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=410&dok\\_id=GX02Ub294](http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=410&dok_id=GX02Ub294)



”Vi har även aktiviteter när vi åker och badar utomhus, (...) man har mentorsdagar och då är det mycket bad, framåt sommaren”<sup>56</sup>

”Däremot har vi paddlat ute på Björnö, vi har lagbygge med 8:orna och 9:orna”<sup>57</sup>

”Alla 6:or, nu säger jag fel, jo 6:orna dem har ju en (...) många 6:or kommer från andra skolor och börjar på vår skola (...) då åker man på en hajkvecka, nej hajkvekeend (...) där får de tälta, lagas mat över grillar (...) då har de möjlighet till att paddla”<sup>58</sup>

Under dessa tillfällen så uppfylls definitionen på vad friluftsliv är mycket väl samt att det under dessa tillfällen är större delaktighet i både beslut och genomförande från övriga kollegiet.

### **Sammanfattning**

Friluftsliv/idrottsdagarna är mycket traditionsbundna i form av orientering, fri idrott och vinterfriluftslivsaktiviteter. Skridskoåkning i Nacka är omfattande och detta moment förekommer på samtliga skolor (fem av sex skolor har tillgång till ishall/utomhusrink eller naturis inom 1 km avstånd). Det är under vinterfriluftsdagen som den mesta av friluftslivsverksamheten sker och de flesta naturområden i Nacka besöks. Utöver friluftsliv i Nackas områden så är det mycket vanligt att friluftslivsmoment som utförsåkning och kajakpaddling sker utanför kommunens gränser (Borlänge, Ingarö). Friluftsliv är även vanligt under tema, introduktionsdagar eller under dagar där mentorerna/arbetslaget får möjlighet till att styra verksamheten. De vanligaste friluftslivsmomenten i denna undersökning med naturupplevelser utan tävlingsmoment är utförsåkning, skridsko, kajakpaddling och matlagning i naturen.

---

<sup>56</sup> Inf. 5.

<sup>57</sup> Inf. 3.

<sup>58</sup> Inf. 2.

## 3.2 Resultat från enskilda frågor

Här kommer enskilda resultat som kan vara intressanta för diskussionen.

### **Hur skulle du på ett enkelt sätt beskriva vad friluftsliv är?**

”Vara ute i naturen, kunna klara sig (...) övernatta”<sup>59</sup>

”När man använder sig av naturens resurser, övernatta, klara vardagliga situationer”<sup>60</sup>

”Det är så svårt, men friluftsliv för mig är (...), det ska vara här och nu”<sup>61</sup>

”Att vara ute i naturen och bara vara”<sup>62</sup>

”Enkelt skulle jag säga uppleva naturen”<sup>63</sup>

”Njutning, rekreation, uteliv, ofta utom tävlan”<sup>64</sup>

Det framstår som att man har en ganska gemensam bild över vad friluftsliv är. Ord som naturen, njuta, bara vara, här och nu är viktiga inslag. Att man ska klara sig i naturen är ett moment som också återkommer. Intervjugruppens definition instämmer mycket väl med den beskrivning som används i studien.

### **Hur är tillgången till friluftsmaterial i er skola? (skridsko, triangelkök m.m.)**

Så här säger några av idrottslärarna angående tillgången till friluftsmaterial

”Skridsko, stormkök, (...), presenning, klätterutrustning, ispik, dobbar, Långfärdsskridskor (...) min kollega har flörtat med rektorn”<sup>65</sup>

---

<sup>59</sup> Inf. 1.

<sup>60</sup> Inf. 2.

<sup>61</sup> Inf. 3.

<sup>62</sup> Inf. 4.

<sup>63</sup> Inf. 5.

<sup>64</sup> Inf. 6.

<sup>65</sup> Inf. 3.

”Jaa, skridskor finns det, vanliga skridskor, (...) 60, 70 kanske, många, lätt 50, (...), hjälmar (...) ett stormkök, (...), generellt sett lite”<sup>66</sup>

Samtliga skolor har tillgång till låneskridskor och presenningar men i övrigt kan det skilja sig i friluftsmaterial. Tillgången till olika friluftsmaterial som t.ex. tält, stormkök, grytor, långfärdsskridsko, klätterutrustning är varierande på de olika skolorna. Två av sex skolor har tält, alla skolor har stormkök men skillnaden på antal var stor. Två skolor nämnde att det hade grytor medan endast en skola har tillgång till långfärdsskridsko och klätterutrustning.

### **Förekommer det att man samarbetar med de lokala friluftorganisationerna?**

Något samarbete med de lokala friluftorganisationerna förekom inte. Däremot har kontakt tagits med de lokala friluftorganisationerna vid beställning av kartor till orienteringsdagarna (3 av 6) eller när man genom Idrottslyftet paddlat kajak i Velamsund (3 av 6). Kontakt har tagits med följande föreningar/friluftorganisationer:

- Järla orientering/skidor (beställning av kartor)
- Boo IF (som har en skidor och kajak sektion, kajakpaddling via Idrottslyftet).

Däremot hade en lärare kommit i kontakt med projektet ”Hitta ut.nu” som är ett friskvårdsprojekt som kommunen anordnar i samarbete med Järla orienteringsklubb. Syftet är att kommunens invånare skall upptäcka nya platser i naturen samtidigt som man får lite motion på köpet. Kontroller sätts upp i hela kommunens område och varierar i svårhetsgrad. Sen är det bara att bege sig ut i skogen och leta. Man registrera vilka platser man varit på genom att på dator ”hemma” (registrera dig på hitta ut.nu) ange en bokstav som finns uppsatt på varje kontrollplats. Platserna byts ut varje månad och under denna period (2010-02-08) finns det 72 s.k. checkpoints.

Någon form av representant hade i alla fall kommit ut till skolan och berättat om verksamheten, om det var från Järla orientering eller kommunen framgår inte av intervjumaterialet. Sedan anordnades en liten rolig tävling om vem som blev skolans ”hitta

---

<sup>66</sup> Inf. 4.

ut.nuare” varje månad. Man kan väl säga att detta är en form av samarbete med den lokala friluftorganisationen.

### **Har du sökt information om friluftsliv på Nacka kommuns hemsida?**

Ingen av de sex lärarna hade besökt Nacka kommuns hemsida för att söka information om friluftsliv i Nacka, däremot berättade en lärare att information om friluftsliv i kommunen söktes bland de foldrar som finns på kommunens bibliotek.

### **Vilka möjligheter/hinder finns det för att bedriva friluftsliv i Nacka?**

Samtliga lärare anser att möjligheterna är stora till obegränsade. Däremot anser fyra av sex att tidsaspekten är ett hinder. Möjligheten till ekonomiskt stöd var också en faktor som nämndes som ett hinder av två lärare.

### **Vem/vilka ansvarar över planering, organisation och innehåll under friluftsdagarna?**

I alla skolor är det idrottslärarna som planerar och organiserar. Innehållet bestäms till stora delar av idrottslärarna men i viss grad även av eleverna genom önskemål.

## **3.4 Resultat från enskilda enkätfrågorna**

Under intervjuerna så har ny fakta tillkommit, det är framförallt tre faktorer som påverkat i vilken omfattning friluftsliv bedrivs i skolan, nämligen:

- Idrottslärarens privata intresse för friluftsliv
- Utnyttjandet av Idrottslyftet
- Initiativ från skolledningen

I en av de inledande frågorna fick intervjugruppen besvara en fråga angående sitt privata intresse för friluftsliv. De flesta var positivt inställda till friluftsliv men det var skillnader i vilken omfattning man utövade friluftsliv på fritiden. I efterhand så kan man se ett visst samband mellan högt intresse/egna upplevda erfarenheter och omfattningen av friluftsverksamhet i skolan. De två lärare som visade på ett högt intresse och berättade om sina upplevelser bedrev också mer friluftsinriktad undervisning. Man skapade goda förutsättningar för friluftsliv genom att t.ex. inhandla olika materiella friluftsutrustningar,

ordnade schematiska förändringar eller tillskaffade sig ekonomiska medel från rektor/skolledning eller andra instanser. De idrottslärare som hade ett stort intresse för friluftsliv privat pratade mer om möjligheterna än om en önskan att bedriva mer friluftsliv, vilket oftast kom upp vid idrottslärare med svagare intresse.

I undersökningen hade skolor genom idrottslyftet bedrivit friluftsverksamhet i Velamsund, där eleverna fått prövat på kajakpaddling.

Idrottslyftet (tidigare handslaget) är ett samarbete mellan Riksidrottsförbundet och Svenska Spel (Staten). Idrottslyftet var något som använts flera gånger av dessa skolor, framförallt av två skolor. Så här säger man.

”Jag vet inte hur många gånger jag använt mig av idrottslyftet, säkert 10-15 gånger”<sup>67</sup>

”Idrottslyftet skapar möjligheter”<sup>68</sup>

I tre av skolorna så hade man en två-dagars lägerverksamhet ute på Björnö, Ingarö. Syftet med denna lägerverksamhet handlade inte om att bedriva friluftsliv utan istället handlade det mer om att man från skolans håll ville bygga relationer, skapa lagbyggen, lära känna varandra m.m. Mentorerna för de olika klasserna som besökte Björnö var det som planerade, organiserade och bestämde innehållet under denna vistelse. Initiativ till denna friluftsverksamhet kom från skolledningen på samtliga skolor.

### **3.5 Resultat från elevenkäten**

I elevenkäten så beskriver eleverna naturupplevelser under tillfällena då man prövat på kajak, utförsåkning, vandring, isvak, skridsko och grilla korv i skogen. Många elever nämnde också att de naturorienterade ämnena bidrog till naturupplevelser.

---

<sup>67</sup> Inf. 3.

<sup>68</sup> Inf. 2.

## 4 Sammanfattande diskussion

Syftet med denna studie var att undersöka omfattningen av friluftsliv i Nackas skolor där naturupplevelsen står i fokus och tävlingsmomenten är svaga samt om möjligt också hitta eventuella faktorer som påverkar friluftslivets omfattning. Undersökningen riktar sig till grundskolans år 6-9.

### 4.1 Friluftslivets omfattning/lärares intresse

I denna studie så kartläggs samtliga moment som innehåller friluftsverksamhet. Vad som görs under lektionstid, frilufts/idrottsdagar samt övrig tid. De friluftsmomenten med naturupplevelser utan tävlingsinslag som förekommer i denna studie är kajakpaddling, utförsåkning, vandring, badning, matlagning i naturen, längdskidor, långfärdsskridsko och skridsko. Det borde väl vara självklart att det bedrivs mer friluftsverksamhet om man har goda förutsättningar av naturområden. Denna hypotes stärks även av en delrapport från Svennings rapport<sup>69</sup> som visar att skolor med ”lämplig” terräng/natur allmänt har fler friluftspass per läsår (tre heldagar var snittet i denna studie, men skolor med ”lämplig” natur låg över snittet). Om vi nu jämför dessa två studier mot varandra så går detta resonemang inte ihop. Alla skolor i denna studie ligger i ”lämplig” natur men det är inte fler inplanerade frilufts/idrottsdagar för det. I denna studie så har man 3-4 heldagar som avsätts för frilufts/idrottsaktiviteter, och det är inte alltid friluftsliv som bedrivs under dessa dagar. Däremot så har tre skolor inslag av friluftsverksamhet under mentors/introduktionsdagar. Huvudsyftet under dessa dagar är att få ihop grupper, lära känna varandra m.m. Att man bedriver friluftsliv i sig är inte målet, det faller sig bara naturligt. Om vi räknar in dessa dagar som inplanerade frilufts/idrottsdagar så blir utgångsresultatet ett helt annat. Därför ser man i denna studie att det är idrottsläraren/skolledningens intresse som har större betydelse än närheten till naturområdena. Kort sagt så bedrivs det mer friluftsliv om man nu räknar in dessa tre skolors omfattning, men om det är skolledningens avsikt att bedriva mer friluftsliv för att de finns goda möjligheter eller om det är för att skapa grupptillhörighet bland lärare och elever eller kanske både och framgår inte i studien eftersom inga rektorer, personal i skolledningen intervjuats. Hela situationer blir ganska komplex, det bedrivs inte mer friluftsliv i antalet inplanerade friluftsdagar, men om man räknar in temadagar, introduktionsdagar så blir bilden om friluftsliv helt annan.

---

<sup>69</sup> Svenning, s. 10-15.

Som tidigare nämnts så ser man ett samband mellan idrottslärarens privata friluftsintrasse och omfattningen av friluftsverksamhet i skolan. De lärare som hade störst intrasse/erfarenhet av friluftsliv bedrev i större utsträckning friluftsliv i skolsammanhang. Man skapade goda förutsättningar för friluftsliv genom att t.ex. inhandla olika materiella friluftsutrustningar, ordnade schematiska förändringar, använde sig av idrottslyftet m.m. Man pratade mer om möjligheter än om en önskan att kunna bedriva mer friluftsliv. Samtliga idrottslärare var positivt inställda till friluftsliv men 5/6 ansåg att tidsbrist var ett hinder. Just tidsbrist som ett hinder till att bedriva friluftsliv påpekas även i Christine Johanssons studie från 1999.<sup>70</sup> Där fick 100 idrottslärare svara på en postenkät angående friluftsverksamheten och hela 73 % svarade att tidsbrist var ett hinder för att kunna bedriva friluftsverksamhet i skolan. Det verkar som att det har varit lite olyckligt att man har tagit bort de obligatoriska friluftsdagarna i Lpo-94. Idag är det kursplanen för idrott och hälsa som är styrande dokument för friluftsupervisningen och det är upp till varje enskild idrottslärare att belysa dess värde. Detta kanske innebär att idrottslärare med friluftsintrasse prioriterar dessa benämningar i kursplanen mer än lärare utan friluftsintrasse.

## **4.2 Orienteringens utbredning och integreringens betydelse**

Att orientering har fått en så självklar roll och åsidosatt friluftsinslaget under dessa dagar har nog flera orsaker. Men en av anledningarna till denna utveckling kan handla om att det i Lgr-80 skedde en förändring i huvudmomenten i idrotten. Orientering och friluftsliv blev ett och samma huvudmoment. Tidigare så var orientering ett eget huvudmoment och friluftsliv stod inskrivet i läroplanen (4-8 dagar skall avsättas för friluftsverksamhet). Kanske är det så banalt att orientering har fått större plats eftersom det står först och att inslag av friluftsliv blir sekundärt. Kanske skulle huvudmomentet i Lgr 80 istället döpts till (friluftsliv och orientering) för att inte friluftsinslagen i skolan skulle minska, eftersom att det i kommande läroplan Lpo-94 blev så att friluftsdagarna togs bort. Idag finns som sagt inga friluftsdagar inskrivna utan tyngd har lagts på att beskriva friluftslivets betydelse i kursplanen för idrott och hälsa. Idrottslärarens tolkning av kursplanen blir mycket väsentlig för varje skolas friluftsverksamhet. I denna studie så ser vi att samtliga skolor inriktar sig på orientering under en av dessa tre friluftsidrottsdagar. Att istället erbjuda naturupplevelser utan tävlingsinslag med orientering är kanske inte ens i åtanke. Eller så handlar det mer om att friluftsliv är något

---

<sup>70</sup> Johansson, Christine, s. 39-44.

som kräver samarbete när det gäller planering, organisation och genomförande. Som vi ser så är det idrottslärarna som ansvarar över dessa moment, i alla fall planering och organisation. Det kanske blir en för stor belastning ifall man är ensam idrottslärare på en skola att kunna genomföra dessa moment och att man gör det "lite enkelt" för sig och har en renodlad orienteringsdag. Som vi ser i denna studie är det när hjälp via Idrottslyftet eller vid introduktionsdagar när fler är inblandade som man erbjuder friluftsvksamhet. Lite krasst kan man säga att den förut inskrivna friluftsvksamheten som berörde hela kollegiet/skolan idag ska skötas av idrottsläraren/idrottslärarna. Det har till stora delar blivit upp till idrottslärarna att ansvara för friluftslivets omfattning och innehåll ifall skolledningen inte har intresset.

I studien så förekom det mycket sällan att man som idrottslärare samarbetade över ämnets gränser för att tillgodose friluftsvinslag. Däremot så förekom det friluftsliv i den omfattning när skolledningen bedrev introduktionsdagar, mentorsdagar m.m. I nuvarande kursplan så är det därför viktigt att som idrottslärare påvisa hur tydligt och viktigt friluftsliv beskrivs i kursplanen för idrott och hälsa för att sedan kunna styrka dess betydelse för skolledningen. Vi ser i denna studie att det är under tillfällena som fler är inblandade i organisation, planering och genomförande som friluftsliv i olika former bedrivs.

Ett annat sätt att kunna bedriva mer friluftsliv är att se över om ämnets uppnåendemål kan integreras med andra ämnens uppnåendemål och på så sätt tillsammans med andra lärare börja samarbeta. Friluftslivets framtid ligger mycket i hur lärarna tolkar kursplanen och hur man kan samarbeta med andra lärare, samt den enskilda skolans syn på friluftsliv. Problematiken handlar i stort sett om att man bör se friluftsvundervisningen som ett moment utanför sitt ämne och integrera det med andra ämne för att kunna skapa goda förutsättningar för genomföranden. Den nya kursplanen har skapat både möjligheter men även hinder, framförallt tidsaspekten i och med att friluftsvdagarna tagits bort.

Friluftsvmoment som skridsko är mycket vanligt förekommande. I samtliga skolor så hade eleverna under det senaste året provat på skridsko i varierad mängd. Skridsko var ett moment som bedrevs både under lektionstid och under friluftsv/idrottsdagarna. I tidigare studier så kan man utläsa liknande resultat. Anledningen till att skridsko är ett sådant vanligt moment kan bero på flera faktorer. Tillgängligheten till närområden i form av utomhusrink, ishall, utebanor med spolad is (bandyplan) och naturis på sjöarna ligger inom kort räckhåll, vilket är



en stark bidragande faktor. I fem av sex skolor så var avståndet till en is inte längre än 1 km. Andra faktorer som har betydelse är materialtillgång och hur intresset för en viss typ av aktivitet mottages. Skridsko är i allmänhet mycket accepterat, vilket innebär ett brett intresse och god färdighet. Avslutningsvis kan man säga att kombinationen av tillgängligheten, genomförbarheten och det allmänna intresset för skridsko har bidragit till dess popularitet. Förutsättningarna är helt enkelt ganska optimala.

Matlagning var ett frilufsmoment som förekom på två av skolorna under lektionstid och på fyra av sex om man räknar in frilufts/idrottsdagar, samt temadagar/introduktionsdagar. Resultatet visar att matlagning är mer vanligt förekommande hos skolor där läraren har ett stort privat intresse för friluftsliv eller om skolans ledning anordnar friluftverksamheter. I Backmans rapport<sup>71</sup> så visade det sig att friluftsteknik av dessa moment var något som sällan förekom, men i denna studie ser vi att över hälften av skolorna undervisar i dessa moment.

Frilufts/idrottsdagarnas struktur på de sex skolorna var/är snarlik. De sammanlagda tillfällena för att bedriva olika frilufts eller idrottsaktiviteter är mellan 3-4 heldagar. I och med avregleringen av friluftsdagar i Lpo-94 så har dagarna minskat<sup>72</sup> i omfattning och det ser vi även i denna studie.

Vidare kan man se att frilufts/idrottsdagarna innehåller måttliga mängder av friluftsliv, vilket man kan dra paralleller med vad Backman<sup>73</sup> också kom fram till. Det är framförallt under vinterfriluftsdagen som eleverna kommer i kontakt med friluftsliv där naturupplevelsen är stor och tävlingsmomenten är svaga. Under denna dag så har man även i många skolor haft elevinflytande där eleverna är med och bestämmer, samt att det erbjuds ett ”smörgåsbord” av olika aktiviteter. Under denna dag så nyttjar man Hellasgårdens rika natur till friluftsmoment men även andra områden besöks inom Nacka kommuns gränser. I samtliga fall så hade man utomhus aktiviteter på denna dag, det var bara en inomhusaktivitet, (Sydpoolen Södertälje badanläggning) som dök upp som förslag under intervjuerna. Att man ska bedriva utomhusaktiviteter under dessa dagar var något som framgick tydligt från samtliga idrottslärare.

---

<sup>71</sup> Backman., s. 47-53

<sup>72</sup> Svenning, s. 1-26.

<sup>73</sup> Ibid.,

Denna studie går emot den studien som Riksidrottsförbundet gjorde.<sup>74</sup> Där man säger att friluftsliv är den vanligaste aktiviteten under frilufts/idrottsdagarna. I denna studie är det orientering som är den vanligaste aktiviteten. I Riksidrottsförbundets studie så följde sedan de vanligaste aktiviteterna efter friluftsliv enligt följande, friidrott, skridsko, skidåkning och orientering. I dessa moment så överensstämmer studierna med varandra.

Tyvärr ser man att integreringen av friluftsliv med andra ämnen är näst intill obetydlig i dessa sex skolor. Om vi jämför detta resultat med Christine Johanssons studie<sup>75</sup> gjord på 100 idrottslärares postenkätters svar så kan vi utläsa att de förekom att man i hälften av fallen samarbetade med andra lärare vad gäller planering och genomförande av friluftsinslag. Problemet är bara det att Johanssons studie inte redovisar ifall denna integrering/samarbete mellan lärarna bidrog till ämnesintegrering eller om man endast samarbetade/planerade i samband med det s.k. frilufts/idrottsdagarna.

## **Slutsats**

Lärarna anser att möjligheterna till att bedriva friluftsliv i Nacka kommun är stora, däremot är tidsbrist en problematik bland de flesta. Det verkar som det egna intresset för friluftsliv har större betydelse än faktorer som närhet till skogsområden, naturområden i studien. Goda ekonomiska förutsättningar stärker friluftsinslag i undervisningen. Friluftsmoment förekommer även under andra tillfällen som t.ex. mentorsdagar, introduktionsdagar där flera delar på ansvaret, vilket har visat sig öka förutsättningarna för friluftsliv med naturupplevelser utan tävlingsmoment. Naturområden som Hellasgården och Velamsund är de områden i Nacka där friluftsinslaget är stort. Utanför kommunen så är Romme Alpin i Borlänge och Björnö på Ingarö populära resmål för friluftsliv.

## **Fortsatt forskning**

Eftersom det i denna studie har visat sig att Idrottslyftet har bidragit till utökad friluftsverksamhet i skolan så vore det intressant att undersöka hur stor del av idrottslyftets insatser som har fördelats på friluftsverksamhet i Nacka kommun, samt att undersöka hur många av skolorna som nyttjar detta alternativ.

---

<sup>74</sup> Owe Stråhlman, Sten Eriksson, s. 28-31.

<sup>75</sup> Johansson, Christine, s. 39-44.

## Käll- och litteraturförteckning

### Otryckta källor

1, I författarens ägo: intervjuinspelning  
Intervju med idrottslärare 1, 2010-01-21  
Intervju med idrottslärare 2, 2010-01-26  
Intervju med idrottslärare 3, 2010-01-29  
Intervju med idrottslärare 4, 2010-02-04  
Intervju med idrottslärare 5, 2010-02-23  
Intervju med idrottslärare 6, 2010-02-23

2, I författarens ägo: enkätsvar från elever  
Enkätsvar från skola 2, 2010-01-26  
Enkätsvar från skola 3, 2010-01-29  
Enkätsvar från skola 4, 2010-02-04

### Tryckta källor:

Annerstedt, Claes, Paitersen, Birger, Ronholt, Helle, *Idrottsundervisningen: Ämnet idrott och hälsas didaktik* (Göteborg: Multicare, 2001)

Backman, Erik, ”Friluftsliv i grundskolan”, *Svensk idrottsforskning*, 4 (2004:4)

Backman, Erik, ”Friluftsliv i grundskolan”, i *Mellan nytta och nöje*, red. Håkan Larsson & Karin Redelius (Idrottshögskolan i Stockholm, 2004)

Ekberg, Jan-Eric & Erberth Bodil, *Fysisk bildning: – om ämnet idrott och hälsa* (Lund: Studentlitteratur, 2000)

Engström, Lars-Magnus, Redelius, Karin, *Pedagogiska perspektiv på idrott* (Stockholm: HLS förlag 2002)

Johansson, Christine, "Friluftsliv spelar ingen central roll", *Tidskrift i gymnastik och idrott*, 9 (1999:9)

Naturvårdsverket – *Kommunerna och friluftslivet 2005*, rapport 5574

Sandahl, Björn, *Ett ämne för alla?* (Stockholm: Studentlitteratur, Idrottshögskolan, 2005)

Sandell, Klas & Sörlin, Sverker, *Från "hårdande friluftsliv" till ekoturism och miljöpedagogik*: (Stockholm: Carlsson, 2000)

Skolverket, *Grundskolan kursplaner och betygskriterier 2000* (upplaga 1, Stockholm, 2000)

Skolöverstyrelsen, *Läroplan för grundskolan*, Allmän del, (Stockholm: Liber utbildningsförlaget, 1980)

Strålhman, Owe & Eriksson, Sten, *Idrott och rörelse i skolan: - en studie av idrotten i skolan 2007* (Stockholm: Riksidrottsförbundet, 2007), S. 28-31.

Svenning, Stephan, *Rapport om friluftsvksamheten i skolan* (Inst. Idrott och Hälsa, Örebro Universitet, 2001)

Trost, Jan, *Kvalitativa intervjuer* (Lund: Studentlitteratur, 2005)

von Malortie Samuel & Nilsson Arvid, *Företeelsen friluftsliv i en skolkontext*, Examensarbete 15 p (Örebro, Örebro Universitet, 2008)

Yttergren, Leif, "*Friluftsliv i förändring: Individ, samhälle och marknad i samspel och konflikt*", Idrotteket nummer 2, (Stockholm: Idrottshögskolan, 1995)

#### **Elektroniska källor:**

[http://www.nacka.se/web/fritid\\_natur/naturochparker/naturreservat/Sidor/default.aspx](http://www.nacka.se/web/fritid_natur/naturochparker/naturreservat/Sidor/default.aspx) (Acc. 2010-01-26)

<http://www.skolverket.se/styr/laroplaner/index.sthml> Läroplan för det obligatoriska skolväsendet: Lpo 94 (Acc.2010-01-26).

[http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=410&dok\\_id=GX02Ub294](http://www.riksdagen.se/webbnav/index.aspx?nid=410&dok_id=GX02Ub294) (Acc.2010-02-18)

## Bilaga 1

### Litteratursökning

**Syfte och frågeställningar:** Syftet är att undersöka omfattningen av friluftsliv i skolsammanhang, samt undersöka vilka aktiviteter som förekommer på friluftsdagarna.

#### Vilka sökord har du använt?

*Backman, Svenning, Kursplan idrott och hälsa, Skolverket, Friluftsliv i skolan, Sörling, Sandell, Friluftsgruppen, Yttergren*

#### Var har du sökt?

*Jag har sökt tidigare forskning på GIH:s bibliotekskatalog och via sökmotorn google.*

#### Sökningar som gav relevant resultat

*GIH: bibliotek: Sörling\*Friluftsliv*

*GIH: bibliotek: Backman\*Friluftsliv*

*GIH: bibliotek: Friluftsliv\*Skolan*

#### Kommentarer

*Jag har i början sökt på intressanta namn som min handledare rekommenderat. Därifrån har det sedan blivit enkelt att hitta intressant material från dessa artiklars källförteckningar*

## Bilaga 2

### E-post meddelande till idrottslärarna i Nacka kommuns skolor år 6-9.

Hej!

>

> Mitt namn är Jan Larsson och för tillfället så skriver jag en C-uppsats om friluftslivet i Nackas skolor. Min undran är om ni vill vara med och delta i denna studie. Ett antal frågor (16 st.) kommer att ställas till er idrottslärare angående friluftsliv. Intervjun tar cirka 30 minuter och sker via bandinspelning.

>

> Mellan v. 4-6 så kan jag praktiskt taget komma och besöka er när ni vill.

>

> Om ni är intresserade så maila till mig angående dag och tidpunkt.

>

> Jag skickar sedan tillbaka och bekräftar mötet.

>

> Om ni vill nå mig personligen så går det bra!

>

> Mobil: 073xxxxxxx

>

> Mvh/janne

## Bilaga 3

### Frågeformulär till idrottslärarna

#### Allmänna frågor

1. Hur länge har du arbetat som idrottslärare?
2. Vilken utbildning har du inom ditt yrke?
3. Hur är ditt intresse för friluftsliv privat, berätta lite kortfattat
4. Hur skulle du på ett enkelt sätt beskriva vad friluftsliv är?
5. Har ni friluftprofil på er skola?

#### Frågor med anknytning till friluftsdagar

1. Hur många friluftsdagar har er skola per läsår?
2. När på året inträffar dem?
3. Är det hel eller halvdagar?
4. Kan du berätta vad ni brukar göra på dessa dagar och vart ni brukar ni vara, berätta gärna detaljerat om varje friluftsdag?
5. Vem/vilka ansvarar över planering, organisation och innehåll under friluftsdagarna?
6. Brukar friluftsdagarna innehåll variera från år till år?

#### Frågor angående friluftsverksamheten i skolan

1. Om ni har friluftprofil i skolan, vad innebär det?
2. Vilka av följande moment har dina elever fått pröva på under det senaste året? (Om svaret är ja, vidareutveckla ditt svar om när och var momentet utövats)
  - Orientering
  - Paddla kanot, kajak
  - Skridsko utomhus eller inomhus
  - Laga mat över öppen eld, stormkök eller grilla korv
  - Längdskidor

- Is kunskap, ex livräddning ur vak teori
  - Slalom
  - Slå upp vindskydd, tält
  - Vandra i naturen
  - Cykla utomhus
  - Långfärdsåkridsko
  - Övernattning i stuga, tält, bivack
3. Integrerar man friluftsliv med andra ämnen? (temadagar, samarbete med andra lärare)
  4. Vet du om andra lärare på skolan bedriver någon form av friluftsliv för eleverna?
  5. Hur är tillgången till friluftsmaterial på er skola? (åkridsko, stormkök m.m)
  6. Har skolan någon uttalad budget gällande friluftsliv?
  7. Förekommer det något samarbete med de lokala friluftorganisationerna?
  8. Har du sökt information om friluftsliv på Nacka kommuns hemsida?
  9. Vilka är möjligheterna till att bedriva friluftsliv i Nacka?
  10. Vilka är hindren för att bedriva friluftsliv i Nacka?
  11. Vilka naturområden i Nacka har du besökt det senaste året med dina elever?
  12. Vad tror du anledningarna är till att friluftslivet på er skola ser ut som det gör?



## **Bilaga 4**

### **Frågeformulär till eleverna**

**Besvara följande frågor så utförligt som möjligt om hur du uppfattar upplevelsen av friluftsliv i din skola.**

**Friluftsliv** = Att vistas i skog och mark, på sjön, i fjällen eller andra ställen där man känner en naturupplevelse utan att behöver tävla.

- 1. Förekommer det att idrottsläraren har inslag av friluftsliv i sitt ämne? (lektionstid och/eller under friluftsdagarna), berätta vad ni brukar vara och vad ni gör?**

- 2. Förekommer det att andra lärare har inslag av friluftsliv i sin undervisning, (t.ex. att ni är ute med naturkunskapsläraren i skogen eller andra naturupplevelser), berätta vad ni brukar vara och vad ni gör?**







## Bilaga 1

### Litteratursökning

I bilagan Litteratursökning ska du återge de sökningar du har gjort för att hitta tidigare forskning inom ditt ämnesområde. Litteratursökningen ska finnas med som en bilaga i din uppsats.

Syftet med att redovisa litteratursökningen är att läsaren av ditt arbete ska kunna återskapa dina sökningar och på så sätt kunna hitta intressanta dokument. Redovisningen hjälper också läsaren att kunna bedöma om du sökt på relevanta ämnesord utifrån dina frågeställningar och om du genomfört sökningarna på ett bra sätt.

Använd denna mall när du gör din bilaga. Det gör ingenting om bilagan blir längre än en sida.

**Syfte och frågeställningar:** *Här skriver du uppsatsens syfte och frågeställningar.*

#### **Vilka sökord har du använt?**

*Här skriver du vilka sökord/ämnesord du har använt, både de svenska och engelska.*

#### **Var har du sökt?**

*Skriv i vilka bibliotekskataloger (t ex GIH:s bibliotekskatalog), artikeldatabaser (t ex PubMed, CSA) och sökmotorer på webben (t ex Google Scholar) som du har sökt för att hitta tidigare forskning.*

#### **Sökningar som gav relevant resultat**

*Här ska du skriva ner de sökningar som gav material som du har använt för att beskriva forskningsläget. Skriv för varje sökning vilken bibliotekskatalog, artikeldatabas eller sökmotor på webben det gäller och sedan själva sökningen, dvs hur du har kombinerat dina sökord. Ange trunkering (\*), booleska operatörer (and, or, not) etc om du har använt dessa i sökningen.*

Exempel:

CSA: Physical education and child\* and motivation

Google Scholar: "Physical education" children school

#### **Kommentarer**

*Här kan du t ex skriva om det var svårt att hitta bra material om någon del av ditt ämne, vilka databaser som passade bäst eller om du har hittat mycket material via litteraturlistor, din handledare eller via "related articles" i databaserna.*