



Motivation för motion

- en studie av gymnasieelevers närvaro, betyg och inställning till idrottsundervisningen ur ett motivationsperspektiv

Sofia Gustafsson
Fredrik Karlsson

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN
Examensarbete 92:2006
Läroarbetsutbildningen: 2004-2007
Seminariehandledare: Suzanne Lundvall
Handledare: Suzanne Lundvall och Maria Ekblom

Sammanfattning

Syfte

Syftet med uppsatsen har varit att undersöka gymnasieelevers närvaro, betyg och inställning till idrottsundervisningen ur ett motivationsperspektiv.

Våra frågeställningar:

- Hur ser sambandet ut mellan motivation å ena sidan och närvaro, betyg och inställning i Idrott och hälsa å andra sidan?
- Finns det någon skillnad i motivationsgrad mellan de olika rankningsgrupperna inom närvaro, betyg och inställning?

Metod

Vi har använt en kvantitativ metod och med hjälp av enkät gjort en undersökning på 126 elever i årskurs tre på gymnasiet på två olika skolor i Stockholmsområdet. Databearbetningen av enkätsvaren har skett i statistikprogrammet SPSS och signifikansnivån på studien är satt till 0,05.

Resultat

Det finns ett signifikant positivt samband mellan både en hög inre och yttre motivation i relation till närvaro, betyg och inställning i ämnet Idrott och hälsa. Detta innebär att om eleven har en hög inre och yttre motivation har detta en positiv effekt för de tre undersökta områdena. Amotivation har ett signifikant negativt samband till närvaro, betyg och inställning. Detta innebär att om eleven har en hög amotivation har detta en negativ effekt för de tre undersökta områdena. Störst negativt samband har amotivation i förhållande till närvaro. Skillnaden i motivationsgrad mellan de olika rankningsgrupperna är störst mellan högsta och lägsta grupp inom närvaro, betyg och inställning.

Slutsats

En positiv motivation ger större närvaro, högre betyg och en bättre inställning medan en negativ motivation ger en motsatt effekt. Störst betydelse har inre och yttre motivation i förhållande till elevens inställning till Idrott och hälsa. Lärare måste uppmärksamma motivationens betydelse i ämnet Idrott och hälsa.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1 Inledning.....	3
1.1 Introduktion.....	3
1.1.1 Begreppsdefinition	4
1.1.2 Tankar om motivation	5
1.1.3. Kort sammanfattning av kursplanen i Idrott och hälsa A.....	6
1.2 Forskningsläge	6
1.2.1 Närvaro i Idrott och hälsa.....	6
1.2.2 Betyg i Idrott och hälsa	8
1.2.3 Inställning till Idrott och hälsa	9
1.2.4 Sammanfattning av forskningsläget.....	12
1.3 Syfte och frågeställningar.....	13
1.4 Teoretisk utgångspunkt	13
1.4.1 Vallerands motivationsmodell.....	13
1.4.1.1 De centrala begreppen.....	14
1.4.1.2 Tre nivåer av motivation	15
1.4.1.3 Anpassning av Vallerands modell.....	16
2 Metod	18
2.1 Datainsamlingsmetod	18
2.1.1 Utformning av enkäten.....	18
2.2 Urval.....	19
2.3 Procedur	20
2.4 Databearbetning	20
2.5 Bortfallsanalys.....	22
2.6 Validitet och reliabilitet.....	22
3 Resultat.....	24
3.1 Motivation och närvaro	25
3.1.1 Samband mellan motivation och närvaro.....	25
3.1.2 Skillnader mellan närvarogrupperna	26
3.2 Motivation och betyg	27
3.2.1 Samband mellan motivation och betyg	27
3.2.2 Skillnader mellan betygsgrupperna.....	28
3.3 Motivation och inställning	29
3.3.1 Samband mellan motivation och inställning	29
3.3.2 Skillnader mellan inställningsgrupperna.....	30
3.4 Sammanfattning av resultaten	31
4 Diskussion	32
4.1 Motivation och närvaro	33
4.2 Motivation och betyg	34
4.3 Motivation och inställning	36
4.4 Skillnader mellan rankningsgrupper	37
4.5 Implikationer för läraren och slutsats.....	37
4.6 Problematisering av studien	38
4.7 Förslag till fortsatt forskning.....	39
Käll- och litteraturförteckning.....	40
Tryckta källor	40
Elektroniska källor	41

- Bilaga 1 Enkät
- Bilaga 2 Vallerands motivationsmodell
- Bilaga 3 Käll- och litteratursökning

FIGURFÖRTECKNING

Figur 1. Samband mellan betyget i Idrott och hälsa och idrottsaktiviteter på fritiden.....	9
Figur 2. Anpassning och förenkling av Vallerands motivationsteori till vår studie.	17
Figur 3. Medianvärdet för de olika motivationstyperna.....	24
Figur 4. Elevers närvaro på idrottslektionerna i årskurs tre på gymnasiet.....	25
Figur 5. Närvaro i relation till motivationstyp med hjälp av skattningsvärdets median samt spridning.....	26
Figur 6. Elevers betyg i Idrott och hälsa i årskurs tre på gymnasiet.	27
Figur 7. Betyg i relation till motivationstyp med hjälp av skattningsvärdets median samt spridning.....	28
Figur 8. Elevers inställning till Idrott och hälsa i årskurs tre på gymnasiet.	29
Figur 9. Inställning i relation till motivationstyp med hjälp av skattningsvärdets median och spridning.....	30

TABELLFÖRTECKNING

Tabell 1. Sambandet mellan motivation och närvaro i ämnet Idrott och hälsa.....	25
Tabell 2. Sambandet mellan motivation och betyg i ämnet Idrott och hälsa.	27
Tabell 3. Sambandet mellan motivation och inställning till ämnet Idrott och hälsa.....	29

1 Inledning

1.1 Introduktion

Vad är det som gör att vissa elever ser idrottslektionen som höjdpunkten i schemat medan andra högst motvilligt släpar sig till gymnastiksalen, om de ens behagar att dyka upp. Vad är det som gör att vissa personer tycker om att läsa medan andra föredrar att spela dataspel på sin fritid? Vad är det som styr människan att intressera sig för olika saker?

Motivation är ett begrepp som många har åsikter om. Varför man drivs till att göra något är väldigt individuellt och ibland kanske svårt att förklara. Som blivande lärare och pedagoger ligger det i vårt intresse att söka kunskap om vad som driver elever till att vilja närvara på våra lektioner. Vad kan vi göra för att få eleverna motiverade och intresserade av vår undervisning och den kunskap som finns inom ämnet?

Det är viktigt att vi lärare lyckas med vårt uppdrag, det vill säga att få eleverna att bli intresserade av att motionera samt att motivera dem till ett livslångt intresse för fysisk aktivitet och hälsa. Detta ingår i vår arbetsuppgift eftersom det står i *Läroplanen för de frivilliga skolformerna, Lpf 94*¹. Det vore ett tjänstefel att inte följa det dokumentet och sträva efter att uppnå målen i så stor utsträckning som möjligt. Målsättning borde vara att få alla elever att tycka att det är skönt att röra på sig och att de känner att de duger. Om vi lyckas med detta borde elevernas framtida utsikter ur hälsosynpunkt vara goda och de kommer att leva ett rikare och hälsosammare liv som vuxna.

Grunden till en god framtida hälsa läggs i barn- och ungdomsåren. Goda uppväxtvillkor, bra matvanor och ökad fysisk aktivitet är alla faktorer som leder till god hälsa. Undersökningar visar att hälsan under uppväxttiden är av stor betydelse för levnadsvillkoren senare i livet. De vanor som gäller exempelvis alkohol, tobak, kost och motion grundläggs under denna period och det är först i vuxenlivet som barnets uppväxtvillkor visar sig fullt ut.² Motions- och idrottsaktiviteter bidrar även till social kompetens och fyller ett socialt behov och ökad

¹ Skolverket <styrdokument@skolverket.se> Kursinformationssystemet för skolan
<[http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0607&infotyp=8&skolform=21&id=IDH&extrald=Idrott och hälsa](http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0607&infotyp=8&skolform=21&id=IDH&extrald=Idrott%20och%20halsa) (Acc. 2006-11-01).

² Lars-Magnus Engström, Björn Ekblom, Folkhälsoinstitutet, *Vårt behov av rörelse: en idéskrift om fysisk aktivitet och folkhälsa* (Karlshamn: Förlagshuset Gothia AB, 1996), s. 13f.

livskvalitet. Detta är något som vi bör ta fasta på i det framtida jobbet med att motivera ungdomarna till att gå på lektionerna och vara aktiva på sin fritid.

Det moderna samhället strävar mot att vår vardag ska vara så lätt som möjligt, vilket har resulterat i att vi behöver anstränga oss fysiskt mindre och mindre. För bara 50 år sedan var cykeln ett forskaffningsmedel som användes till vardags och man gick ofta till affären eller till bekanta istället för att ta bilen. Idag kan det nästan ses som lite underligt av omgivningen om man tar en lång promenad istället för tunnelbanan när man ska någonstans. Människans kropp har dock inte utvecklats på samma sätt som tekniken. Vi behöver fysisk ansträngning för att kapaciteten i muskler, leder och skelett inte ska försämrats. Då den fysiska ansträngningen inte är ett lika naturligt inslag i människors vardag idag behöver den tillgodoses genom iscensatta motionsformer.³ Hur motiveras människor till att utföra någon form av fysisk aktivitet?

Utifrån dessa tankar och rapporter i kombination med erfarenheter vi fått från vår verksamhetsförlagda utbildning vill vi undersöka vad det är som motiverar elever till att gå på idrottslektionerna eller att inte gå på desamma och vad de har för inställning till ämnet. Vi tycker att det är intressant eftersom vi snart ska ut i ”verkligheten” och möta elever dagligen. Vare sig eleverna drivs av inre, yttre motivation eller amotivation kan det hjälpa oss att uppmärksamma och hjälpa de elever som kan tänkas behöva det.

1.1.1 Begreppsdefinition

I studien använder vi oss av fyra centrala begrepp som bör förtydligas. Med *motivation* menas ”[...] behov som ligger bakom visst (potentiellt) beteende”⁴. Definitionen av *inställning* är det samma som vilken attityd och förhållningssätt eleverna har till ämnet. Vid de tillfällen ordet *betyg* omnämns i resultatdelen och diskussionsdelen menas endast elevens betyg i kursen Idrott och hälsa A. Begreppet *rankningsgrupper* avser den rankning i fyra nivåer som vi har gjort av elevernas självskattade motivation inom områdena närvaro, betyg och inställning.

³ Lars-Magnus Engström, *Idrott som social markör* (Göteborg: HLS Förlag, 1999), s. 9ff.

⁴ Nationalencyklopedin <kundcenter@ne.se> Nationalencyklopedins internetjänst, NE.se, 2006 <http://ne.se/jsp/search?i_art_id=259479&i_word=motivation> (Acc. 2006-10-09).

1.1.2 Tankar om motivation

Redan i antikens Grekland funderades det om och kring motivation. Filosofen Epikuros och hedonisterna hävdade att människan är en varelse som försöker att uppleva lust (behag och välbefinnande) och samtidigt undvika olust (obehag och smärta). Dessa två mål, att uppnå något samt att undvika något, är den bas som många mer moderna tankar om motivation grundar sig på.⁵

Det finns olika slags motivation som bör skiljas åt vid funderingar kring vad som styr en människa. När en människa styrs av de behov som finns inom denna, av dess känslor och resurser som kan utvecklas, menas att denna har en inre motivation. Målen finns alltså inom människan. Tankar om människans inre motivation lanserades på 1900-talets första hälft och är något som ständigt kommer upp till diskussion.⁶ När en människa påverkas och styrs av materiella eller sociala incitament är det exempel på yttre motivation. Målen finns då i omgivningen och de kan visa sig i former av belöningar eller bestraffningar. Det blir då dess yttre omständigheter som motiverar en individ till att utföra något.⁷

Lennart Sjöberg, professor i psykologi, menar att människan mår och presterar bäst när den gör något som den är intresserad av. Intresset, även kallat emotion, skapar en stark koncentration och lustkänsla som kan göra att omgivningen försvinner ur medvetandet för en stund.⁸ Till skillnad från de flesta emotioner, som oftast är kortvariga, anser Sjöberg att intresset är mer att betrakta som en passion, ett tillstånd som är bestående över en längre tid. Att få en elev till att få upp intresse för skolarbetet är därför att föredra. Ett starkt intresse har stor betydelse för hur studierna sköts. Sjöberg har sett att undervisningsmetoder som kräver elevens aktivitet leder till det största intresset för skolan.⁹

Christer Stensmo, docent i pedagogik samt leg. psykolog, är inne på samma spår som Sjöberg. Han anser att i klassrummet är det läraren som är motivatör, det vill säga den som ska motivera eleverna till att utföra något och försöka få dem att utveckla ett intresse för ämnet. Lärarens jobb är att stimulera engagemang och ansträngning, stärka

⁵ Christer Stensmo, *Ledarskap i klassrummet* (Lund: Studentlitteratur, 1997), s. 97.

⁶ *Ibid.*, s. 97f.

⁷ *Ibid.*, s. 98.

⁸ Lennart Sjöberg, *Studieintresse och studiemotivation. En analys av de grundläggande faktorerna* (Stockholm: Norstedts Tryckeri AB, 1997) s. 8.

⁹ *Ibid.*, s. 24.

undervisningsbetingelser samtidigt som han eller hon ska stödja individer och grupper samt fostra till ett sunt klassrumsklimat och moral.¹⁰

1.1.3. Kort sammanfattning av kursplanen i Idrott och hälsa A

Vad är det då eleverna ska intresseras för eller bli motiverade till att inhämta kunskap om? Målen i kursplanen är att elevens fysiska, psykiska och sociala förmåga ska utvecklas samt att varje elev ska få en positiv självbild. Eleven ska få möjlighet att utveckla sin rörelseförmåga och få djupare kunskaper om hur den egna kroppen fungerar. Vidare ska eleven utveckla ett bestående intresse för och förstå värdet av regelbunden fysisk aktivitet och hur det hänger samman med hälsa och livsstil. Skolan ska i sin undervisning sträva efter att eleven ska få kunskaper som gör det möjligt att urskilja, välja och värdera olika former av fysisk aktivitet för att kunna välja det som passar elevens behov, samt att eleven ska kunna planera, utföra och utvärdera den fysiska aktiviteten för sig själv och andra. Eleven ska fördjupa sina tidigare kunskaper inom friluftsliv samt lära sig att ta ansvar för och nyttja naturen ur rekreations- och friluftssynpunkt. Vidare ska eleven även få kunskap om ergonomi och samspelet mellan människa, teknik och miljö.¹¹

1.2 Forskningsläge

I den tidigare forskningen som gjorts i Sverige kan man främst finna studier som handlar om vad elever tycker om ämnet Idrott och hälsa. Ofta är det utvärderingar eller undersökningar, som är gjorda på Skolverkets begäran, med syfte att få en bild av hur stor andel av eleverna som deltar eller inte deltar i idrottsundervisningen. I flera fall kommer även elevernas anledningar till att inte närvara på lektionerna upp.

1.2.1 Närvaro i Idrott och hälsa

I sin D-uppsats *Idrott och hälsa är ingenting för mig* från 2003 skriver Lena Larsson om elever som inte deltar i Idrott och hälsa A vid två gymnasieskolor. Hennes huvudsyfte är att se om elevens sociala position har någon betydelse för dess inställning till ämnet Idrott och

¹⁰ Stensmo, s. 103f.

¹¹ Skolverket, (Acc. 2006-11-01), se fotnot 1.

hälsa.¹² Undersökningen visar att en fjärdedel av eleverna deltog i mindre än 70 procent av lektionerna.¹³ Anledningarna till frånvaro var många och skilde sig lite mellan pojkar och flickor. Få hade medicinska skäl till att inte delta och de flesta hade olika sociala eller psykiska anledningar, som att det är tråkigt, dåligt självförtroende, gruppträck, lathet etc. För att vara med på idrotten tyckte eleverna även att det var en rad hinder som de måste ta sig över så som packning av kläder samt ombyte och duschning med andra, vilka kunde upplevas som ett problem.¹⁴

Skolverket gjorde 2003 den största nationella utvärderingen av den svenska grundskolan någonsin, *Nationella utvärderingen av grundskolan 2003 (NU-03)*. Rapporten i Idrott och Hälsa är genomförd och framtagen av Örebro universitet med Charli Eriksson, professor i folkhälsovetenskap (och hans team bestående av tre doktorander, en lektor och en universitetsadjunkt) i spetsen.

Utvärderingens huvudsyfte var att ge en helhetsbild av måluppfyllelsen i grundskolan, visa på förändringar sedan den tidigare utvärderingen 1992 samt visa på behov av insatser. Grundskolan representerades av 10 000 elever och 1 900 lärare i år 5, 6 och 9 vid 197 skolor, samt föräldrarna till eleverna i år 9. Rapporten tar upp allt från idrottlärares inställning till sitt ämne till vad eleverna tycker om ämnet samt utvecklingsbehov för ämnet.

I rapporten framkommer det att sju procent av eleverna i år 6 ofta är borta från idrottslektionerna. Siffran är i stort sett fördubblad i år 9 samt i årskurs 2 på gymnasiet.¹⁵ Lärarna på grundskolan ansåg inte att frånvaro var något stort problem. På en femgradig skala ansåg endast sju procent att det var ett problem i hög eller mycket hög utsträckning. Gymnasielärarna har dock en annan situation. 36 procent av dem ansåg att frånvaron var ett problem i mycket hög utsträckning.¹⁶

Vidare visar rapporten att 20 procent av eleverna i år 9 deltar endast för att få betyg. Samtidigt anser två tredjedelar av samma årskurs att ämnet är mycket viktigt för att man ska kunna

¹² Lena Larsson, *Idrott och hälsa är ingenting för mig – en studie av elever som ej deltar i Idrott och hälsa A i två gymnasieskolor*, D-uppsats i Idrott 10 p vid Magisterutbildningen i idrott 2002-2003 på Idrottshögskolan i Stockholm, D 2002/03:1 (Stockholm: Idrottshögskolan, 2003), s.19.

¹³ *Ibid.*, s.30.

¹⁴ *Ibid.*, s.41.

¹⁵ Skolverket, *Idrott och hälsa, ämnesrapport till rapport 253 (NU-03)* (Stockholm: Skolverket, 2005), s.29.

¹⁶ *Ibid.*, s. 27.

skapa sig en meningsfull fritid.¹⁷ En anledning till frånvaro är att 12 procent av grundskoleeleverna inte vill byta om tillsammans med andra. Ytterligare en anledning till att man inte är med på idrottslektionen är att man inte får för sina föräldrar. Detta skäl är dock ytterst marginellt då det gäller mindre än en procent av grundskolan samt två procent av gymnasieeleverna.¹⁸

2001 gjordes en undersökning av Folkhälsoinstitutet på begäran av regeringen angående elevers hälsa och motionsvanor. Undersökningen var en del i projektet "Sätt Sverige i rörelse". Studien bestod av att elever, lärare och skolledare på 46 skolor (23 grundskolor och 23 gymnasieskolor) runt om i landet fick svara på en enkät. Den del som är intressant för vår studie är den som beskriver hur de 474 deltagande gymnasieeleverna svarade på enkäten. 93 procent av eleverna angav att de oftast är med på idrottslektionerna och sju procent att de sällan eller aldrig är med på lektionerna.¹⁹ Av de elever som svarat att de sällan eller aldrig är med på idrottslektionerna uppgav 24 procent någon form av medicinsk anledning att sällan eller aldrig vara med och 76 procent psykosociala anledningar.²⁰

1.2.2 Betyg i Idrott och hälsa

Skolverkets rapport, *NU-03*, vilken tidigare har nämnts, beskriver hur betygsfördelningen ser ut i grundskolan. Flickor i skolår nio har generellt sett högre betyg än pojkar med undantag för ämnet Idrott och hälsa.²¹ Totalt sett är det enligt *NU-03* drygt 94 procent av eleverna på grundskolan som når målen i Idrott och hälsa. Betyget Mycket väl godkänd är det 20,5 procent av eleverna som når upp till.²² Andelen pojkar som får betygen Väl godkänd samt Mycket väl godkänd är högre än flickor samtidigt som det är en högre andel flickor än pojkar som inte får betyg i ämnet.²³

¹⁷ Skolverket, 2005, s. 30.

¹⁸ *Ibid.*, s. 33.

¹⁹ Annika Strandell & Lars Bergendahl, *Sätt Sverige i rörelse 2001: Förskola/skola* (Stockholm: Statens Folkhälsoinstitut, 2002), s. 49.

²⁰ *Ibid.*, s. 50.

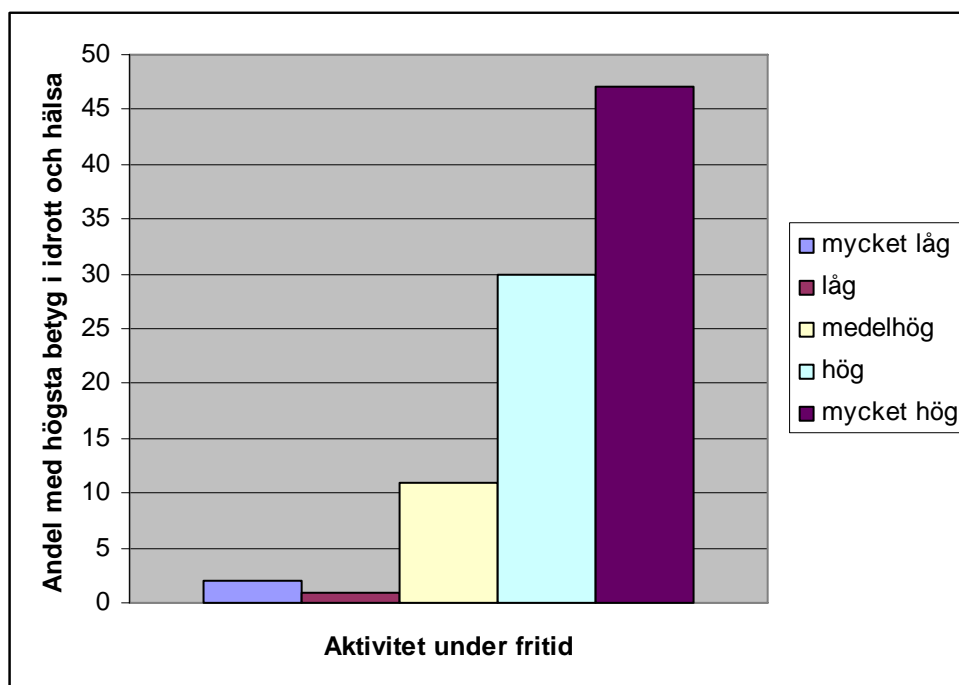
²¹ Skolverket, 2005, s. 127.

²² *Ibid.*, s. 156.

²³ *Ibid.*, s. 127.

Enligt statistik från Skolverket klarade 95,8 procent av samtliga elever i gymnasieskolan målsättningen för betyget Godkänd eller högre i kärnämnet Idrott och hälsa A under året 2005.²⁴

Lars-Magnus Engström, professor i beteendevetenskaplig idrottsforskning, visar i *Svensk idrottsforskning* att de som är fysiskt inaktiva på fritiden bland annat kännetecknas av att de har lägre betyg i ämnet Idrott och hälsa²⁵. Det finns ett starkt samband mellan omfattning av idrottsaktiviteter under fritid och betyget i ämnet idrott och hälsa.²⁶ *Figur 1* visar att om man har betyget Mycket väl godkänd i ämnet Idrott och hälsa är man sannolikt mycket aktiv på sin fritid.



Figur 1. Samband mellan betyget i Idrott och hälsa och idrottsaktiviteter på fritiden.²⁷

1.2.3 Inställning till Idrott och hälsa

Skolverket har även genomfört en attitydundersökning i grundskolan och gymnasieskolan. Detta gör man som en komplettering till den nationella uppföljningen och utvärderingen. På

²⁴ Skolverket <sis@skolverket.se> Gymnasieskola
<http://alcazar.skolverket.se/portal/page?_pageid=33,42695&_dad=portal30&_schema=PORTAL30>
Slutbetyg (Acc. 2006-11-09).

²⁵ Lars-Magnus Engström, "Barns och ungdomars idrottsvanor i förändring", *Svensk idrottsforskning* 2004 (2004:4), s. 14.

²⁶ Idem.

²⁷ Idem.

frågan angående hur roligt ämnet Idrott och hälsa är blev resultatet att 83 procent av eleverna tyckte att ämnet var roligt. Detta resultat blev högst av alla ämnen med engelska på en andraplats med 66 procent. På frågan hur viktigt ämnet är ansåg 55 procent av eleverna att Idrott och hälsa var viktigt. Här fick engelskan 81 procent och Idrott och hälsa kom på en femte plats.²⁸ Rapporten visar också att pojkar tycker att ämnet Idrott och hälsa är roligare än flickor.²⁹

En något äldre studie gjordes 1975 av Sven Setterlind vid Lärarhögskolan i Mölndal. Även om studien är något till åren kommen, anser vi att den är av relevans för vår undersökning då den visar på elevers attityd till idrottsämnet. Undersökningen genomfördes 1970-1971 i Karlstads kommun och var en del i Skolöverstyrelsens GAIS-projekt vid lärarhögskolan i Göteborg. Undersökningsgruppen bestod av elever i år sju och åtta. Setterlinds syfte var att undersöka attityder och betyg i kombination med fysiologisk status hos svagmotiverade elever i gymnastik och jämföra dem med en kontrollgrupp bestående av ej svagmotiverade elever.³⁰

De resultat han fick fram var bland annat att de svagmotiverade eleverna:

- Var negativa till tävlingar och betygstester av alla slag.
- Var mycket negativa till övningar som krävde mycket av dem samt där eventuella misslyckanden kunde iakttas av klasskamraterna.
- Sällan var nöjda med vad de presterade på lektionerna tack vare de misslyckanden de ofta fick uppleva.³¹

samt

- Hade ett genomsnittligt gymnastikbetyg på 2,4 medan kontrollgruppens var 3,5.³²

Vissa elever i undersökningsgruppen fick även möjlighet att delta i speciell gymnastik som bedrevs efter skoltid eller på håltimmar, om de så önskade. Endast fem av de 79 eleverna i gruppen valde att avstå den speciella gymnastiken. I den speciella gymnastiken planerade lärarna undervisningen tillsammans med eleverna, eleverna fick vara ansvariga för olika

²⁸ Skolverket, *Attityder till skolan 2003 – Elevernas, lärarnas, skolbarnsföräldrarnas och allmänhetens attityder till skolan under ett decennium (rapport 243)* (Stockholm: Liber distribution, 2004), s. 90.

²⁹ *Ibid.*, s. 89.

³⁰ Sven Setterlind, *Svagmotiverade elever i gymnastik – en jämförande studie över attityder och betyg samt fysiologisk status hos elever i åk 7 och 8* (Mölndal: Lärarhögskolan, 1975), s. 1.

³¹ *Ibid.*, s. 83.

³² *Ibid.*, s. 33ff.

arrangemang samt att undervisningen individualiserades så mycket som möjligt utifrån den enskilde elevens förutsättningar. Den speciella gymnastiken pågick under en termin och vid avslutandet fick eleverna fylla i en enkät.³³

Resultatet av elevernas enkät visar att över 90 procent tyckte att den speciella gymnastiken var roligare än den vanliga undervisningen och 85 procent ansåg den vara mer omväxlande. Drygt 40 procent ansåg att deras intresse för gymnastik och motion ökade efter att de börjat med den speciella gymnastiken och drygt 80 procent tyckte att de på den speciella gymnastiken fick göra favoritdelarna av skolgymnastiken.³⁴

Folkhälsoinstitutets tidigare nämnda rapport, *Sätt Sverige i rörelse*, visar att 49 procent av gymnasieeleverna instämde i påståendet att idrottslektionerna är roliga. 40 procent tyckte att det stämmer ibland och 11 procent att det inte stämde.³⁵ Påståendet att ämnet Idrott och hälsa är viktigt instämde 66 procent i, 24 procent instämde ibland och 10 procent instämde inte.³⁶ 62 procent av eleverna svarade ja på frågan om idrottslektionernas innehåll var bra medan 38 procent svarar nej.³⁷

Karin Redelius vid GIH skriver i *Svensk Idrottsforskning* om ungdomars inställning till ämnet Idrott och hälsa. Författaren utgår från SIH-projektet (Skola-Idrott-Hälsa), vilken är en studie som utfördes 2001-2004 i tre etapper och omfattade ca 2000 barn och ungdomar i skolår 3, 6 och 9 från hela Sverige. Studien handlar om Idrott och hälsa under skolan, fysisk aktivitet i skola och på fritiden samt barn och ungdomars fysiska aktivitet.³⁸ 677 elever, 347 flickor och 330 pojkar, från hela landet har svarat på en enkät. Eleverna gick i år nio och undersökningen gjordes 2001.³⁹ Innehållet i studien tar upp hur eleverna uppfattar ämnet och vad som karakteriserar den elevgrupp som inte uppskattar ämnet. Det som intresserar oss mest är förståelsen av vad i ämnet som påverkar ungdomars inställning till ämnet Idrott och hälsa samt konsekvenserna av detta.

³³ Setterlind, s. 60.

³⁴ Ibid., s. 63ff.

³⁵ Strandell, s. 50.

³⁶ Ibid., s. 51.

³⁷ Ibid., s. 53.

³⁸ Se vidare *Mellan nytta och nöje*, red. Håkan Larsson & Karin Redelius (Stockholm: Idrottshögskolan, 2004).

³⁹ Karin Redelius, "Vilka är vinnare och förlorare i ämnet idrott och hälsa?", *Svensk idrottsforskning 2004* (2004:4), s. 43.

Genom att ställa sex stycken frågor kategoriserades grupperna. Elever som är positivt inställda anser i hög grad att Idrott och hälsa borde utökas tidsmässigt, ämnet är lika viktigt eller viktigare än andra ämnen och att det är roligt. Dessa elever anser inte att ämnet borde vara frivilligt, de vill inte slippa delta och de tycker inte illa om att byta om eller duscha. De som är negativt inställda till ämnet har svarat på motsatt vis. Av de 677 eleverna var 39 procent positiva, 45 procent mer neutrala och 16 procent negativa till ämnet.⁴⁰

Studien visar på att elever med negativ inställning till ämnet Idrott och hälsa i högre grad än andra elever:

- Anser att flickor och pojkar inte alltid skall ha idrott tillsammans
- Tror att både deras mamma och pappa tycker att ämnet är mindre viktigt än andra ämnen
- Har lägre betyg i ämnet
- Har en låg tilltro till sin egen förmåga och vad de tror sig klara av
- Inte är medlemmar i en idrottsförening
- Inte rör sig särskilt mycket på idrottslektionerna
- Inte uppfattar sig som en person som blir svettig och andfådd flera gånger i veckan⁴¹

1.2.4 Sammanfattning av forskningsläget

Vi har tittat på elevers närvaro, betyg, attityd, och inställning till idrott och hälsa då vi har undersökt forskningsläget. Vi har med hjälp av Redelius forskning och Vallerands modell (vilken kommer att beskrivas under teoretisk utgångspunkt) utformat en enkät. Närvaron visar hur det ser ut i gymnastiksalarna i vårt land. Denna forskning ger oss värden att jämföra vår egen studie med. Betygsforskningen ger oss ett underlag att diskutera motivationstypens betydelse för betyget. Elevers attityder och inställningar till ämnet idrott och hälsa hjälper oss att få en förståelse för hur deras motivation till att delta i undervisningen ser ut. Setterlinds forskning ger ett exempel på vad man kan göra för att stimulera svagmotiverade elever.

⁴⁰ Redelius, s. 43.

⁴¹ Ibid., s. 45.

1.3 Syfte och frågeställningar

Syftet med uppsatsen har varit att undersöka gymnasieelevers närvaro, betyg och inställning till idrottsundervisningen ur ett motivationsperspektiv.

Våra frågeställningar:

- Hur ser sambandet ut mellan motivation å ena sidan och närvaro, betyg och inställning i Idrott och hälsa å andra sidan?
- Finns det någon skillnad i motivationsgrad mellan de olika rankningsgrupperna inom närvaro, betyg och inställning?

1.4 Teoretisk utgångspunkt

Vi har i vår uppsats valt att utgå från Vallerands motivationsmodell. Robert J. Vallerand är professor i psykologi vid Université du Québec à Montréal med motivation som sitt specialområde. Han har skrivit ett hundratal vetenskapliga artiklar tillsammans med ett antal andra publikationer.⁴²

1.4.1 Vallerands motivationsmodell

Vallerands modell är hierarkisk och visar på motivationens flerdimensionella struktur. Den är uppbyggd av fem hörnstenar: de centrala begreppen, de olika nivåer som begreppen verkar på, hur motivation bestäms, på vilket sätt motivation på olika nivåer samverkar med varandra samt vilka konsekvenser de olika typerna av motivation leder till.⁴³ Vi kommer inte att använda oss av hela modellen utan koncentrerar oss på två av de fem hörnstenarna. Främst kommer de centrala begreppen att behandlas, men vi kommer även att ta upp på vilka nivåer som begreppen verkar. Vi kommer även att snudda vid de övriga delarna av modellen men då de inte utgör grunden för vår studie kommer vi inte att gå in på dem utan bara förklara dem yttligare. Vi kommer vidare att presentera de delar av modellen som vi ämnar använda oss av.

⁴² Scott Plous <<http://www.socialpsychology.org/contact.htm>> SPN Professional Profile: Robert J. Vallerand, 2006-07-13 <<http://vallerand.socialpsychology.org/>> (Acc. 2006-10-11); Frédéric Philippe <philippe.frederick@uqam.ca> LRCS/RLSB, <http://www.er.uqam.ca/nobel/r26710/LRCS/rjvaller_en.htm> Robert J. Vallerand (Acc. 2006-10-11).

⁴³ Robert J. Vallerand, "Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation", i *Advances in experimental social psychology*, vol. 29, red. Mark P. Zanna, (USA: Academic press, 1997), s.278-329.

1.4.1.1 De centrala begreppen

Vallerands modell är uppbyggd kring tre centrala begrepp; inre motivation, yttre motivation samt amotivation.⁴⁴

Med inre motivation menas att en individ utför något för att det är ett nöje i sig att göra det och personen känner sig tillfredställd av själva utförandet. Individen har möjlighet att fokusera på uppgiften och känner glädje och njutning inför utförandet. Vallerand har vidare delat upp den inre motivationen i tre delar; *knowledge*, *accomplishment* och *stimulation*.⁴⁵ Med *knowledge* menas att den inre motivationen består av att en person vill lära sig något, nå kunskap. *Accomplishment* antyder att på den inre motivationen en individ har för att uppnå något. Det betyder inte att personen vill uppnå något som en utomstående anser, utan endast mål som individen sätter upp för sig själv. Ofta handlar det om att överträffa sig själv. Med *stimulation* menar Vallerand att individen vill uppnå positiva sinnesupplevelser av sin aktivitet.⁴⁶

Yttre motivation driver en individ att utföra något för belöningen den får snarare än glädjen den har av själva aktiviteten. Personen deltar i aktiviteten för ära och berömmelse samt för att de fördelar aktiviteten kan komma att ge.⁴⁷ Även detta centrala begrepp är indelat i tre ytterligare delar; *identified regulation*, *introjected regulation* samt *external regulation*. *Identified regulation* uppstår när individen väljer att anamma ett beteende som värderas högt av individen, trots att denne inte tycker att aktiviteten i sig är vidare trevlig. Individen gör något för en framtida investering, som exempelvis styrketräning för att bli bättre på tennis. Med *introjected regulation* avses en handling som inte är helt självvald av individen utan denne känner en viss självpålagd press (till exempel skuld känslor) att göra något. Den sistnämnda delen, *external regulation*, handlar om de beteenden som regleras av yttre regleringar. Det kan handla om såväl belöningar som restriktioner. Ett exempel på denna sorts motivation kan vara att en individ läser vid universitetet, trots avsaknad av intresse för utbildningen, för att kunna få ett mer välbetalt jobb.⁴⁸

⁴⁴ Vallerand, s.278.

⁴⁵ Ibid., s. 278ff.

⁴⁶ Ibid., s. 285.

⁴⁷ Ibid., s. 278f.

⁴⁸ Ibid., s. 285.

Amotivation är det samma som att individen inte har något som helst mål med uppgiften och därför anser den vara meningslös. En individ med amotivation kan känna brist på sin egen förmåga och kapacitet inför en uppgift, men även att uppgiften känns alltför krävande och att personen känner att den inte har tillräcklig kontroll och därför anser sig hjälplös.⁴⁹ Detta kan ta sig uttryck genom att individen inte vet varför den utför något och därför ställer sig likgiltig till uppgiften.⁵⁰

1.4.1.2 Tre nivåer av motivation

Som vi tidigare nämnt är Vallerands motivationsmodell hierarkisk. Detta framkommer inte minst vid nivågrupperingen av motivationen. De tre olika motivationsdelarna (inre, yttre och amotivation) kan även placeras in på tre olika nivåer. Dessa tre nivåer är situationsnivån, den kontextuella nivån samt den globala nivån.⁵¹

Med situationsnivå avser Vallerand den motivation individen känner i en specifik situation när den är mitt uppe i en aktivitet. I denna situation eller snarare tillstånd, som Vallerand ser det, kan motivationen ändra såväl typ som styrka mycket fort.⁵²

Den kontextuella nivåns motivation handlar om vad individen känner inför ett visst område i vilket en viss typ av aktivitet innefattas. Inom denna nivå, liksom de i de två övriga, kan det sociala (som tränare och coacher) vara en viktig faktor som påverkar individen.⁵³ I vår studie kommer den kontextuella nivån i första hand att handla om idrottslektionen och idrottsläraren och i andra hand skolan i stort.

Med den globala nivån menas den motivation som individen har när den interagerar med sin omgivning och den generella motivation som denne har i stort i sin miljö.⁵⁴

Som vi tidigare tagit upp kan motivation på de olika nivåerna samverka och påverka varandra. Samtidigt kan de vara helt oberoende av varandra genom att en individ kan ha en inre motivation i en specifik situationsnivå, som exempelvis att personen känner en inre glädje i

⁴⁹ Vallerand, s. 279.

⁵⁰ Ibid., s. 285.

⁵¹ Ibid., s. 288-295.

⁵² Ibid., s. 288.

⁵³ Ibid., s. 290.

⁵⁴ Ibid., s. 291.

att göra en kullerbytta, för att sedan ha en yttre motivation i den kontextuella nivån då personen får höga poäng för sina gymnastiska färdigheter som helhet.

Enligt Vallerand leder de olika typerna av motivation, i kombination med nivåerna, till skillnader i upplevelsen för individen. Konsekvenserna av vilken motivationstyp individen har kan ha betydelse för den känsla han/hon får av att utföra en aktivitet. En individ som drivs av inre motivation känner ofta glädje och njutning inför den kommande uppgiften. Individen känner ingen press på sig, har en förmåga att känna sig avslappnad och en möjlighet att koncentrera sig på vad som komma skall. Drivs personen snarare av en yttre motivation kan han/hon känna en press utifrån att prestera, vilket gör att personen blir mer nervös och känner då att den inte har kontroll över situationen. Konsekvenserna för en person med amotivation inför något blir att denne känner sig hjälplös och inkompetent.⁵⁵ I en av Vallerands undersökningar visas det att amotivation har störst inverkan när en person väljer att sluta med en sport, medan inre motivation har minst inverkan på beslutet. Värt att notera är även att all yttre motivation inte ska ses som negativ, utan den yttre motivation som är självvald är inte lika ogynnsam som den som kommer från andra.⁵⁶

1.4.1.3 Anpassning av Vallerands modell

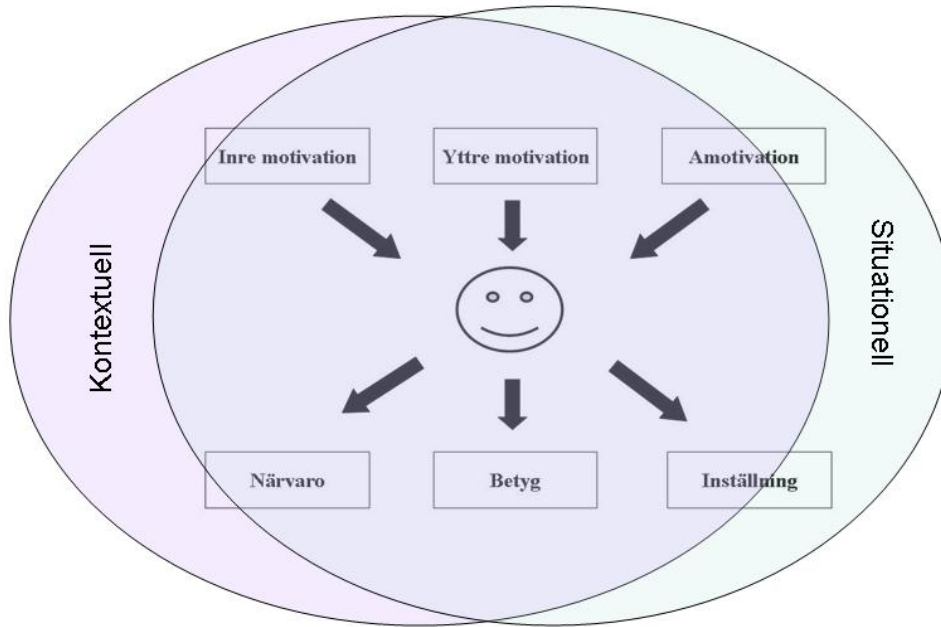
Vi kommer att anpassa Vallerands modell något för att få en enklare och tydligare struktur. De centrala begreppen inre motivation, yttre motivation samt amotivation är de som vi i första hand kommer att använda oss av. Vi har slagit samman de tre undergrupper som inre (*knowledge, accomplishment* och *stimulation*) respektive yttre motivation (*identified regulation, introjected regulation* och *external regulation*) består av, vilket betyder att vi kommer att använda oss av Vallerands centrala begrepp. Eftersom amotivation inte har några undergrupper används denna i sin originalform. Detta anser vi vara nödvändigt för att vår undersökning ska kunna bibehålla sin ordning och inte bli alltför komplex att förhålla sig till.

Angående nivåerna i modellen är den situationella samt den kontextuella nivån som vi kommer att relatera till i vår studie. Vi har valt att koncentrera oss på dessa då det är skolan och ämnet Idrott och hälsa som studien bygger på.

⁵⁵ Vallerand, s. 279.

⁵⁶ Ibid., s. 287.

Den modell som vi kommer att använda oss av baserar sig således på Vallerands motivationsmodell, men med vissa justeringar. (Se figur 2).



Figur 2. Anpassning och förenkling av Vallerands motivationsteori till vår studie.

I figuren visas att en individ styrs av inre motivation, yttre motivation eller amotivation. Beroende på vilken typ av motivation som är mest betydande för individen i en viss situation eller miljö, kommer det att avspeglas i närvaro, betyg och inställning. De situationella och kontextuella nivåerna påverkar alla övriga komponenter i modellen. I det här fallet gäller det då i relation till ämnet Idrott och hälsa.

2 Metod

2.1 Datainsamlingsmetod

Vi har valt att använda enkät som undersökningsmetod eftersom vår studie är av kvantitativ natur snarare än kvalitativ, då vårt syfte är att undersöka gymnasieelevers deltagande, betyg och inställning till idrottsundervisningen ur ett motivationsperspektiv. Enkät är det alternativ man bör föredra när kvantitativa undersökningar som denna ska utföras. Respondenten kan då i lugn och ro svara på frågorna och resultaten blir relativt lättolkade eftersom samtliga respondenter har fått exakt samma frågor och någon ”intervjueffekt”⁵⁷ inte kan uppstå.⁵⁸

2.1.1 Utformning av enkäten

Enkäten består av två delar. Den första delen består av 13 frågor med slutna svarsalternativ, vilka är framtagna utifrån SIH-projektet. Vissa frågor har ändrats något för att bättre passa vår studie och några frågor har lagts till. Frågorna och svarsalternativen går att länka samman med SIH-projektet. Denna del av enkäten har testats på en person i samma åldersgrupp som den population vår studie avsåg att undersöka. Därefter har den ändrats något för att passa målgruppen bättre. På grund av tidsbrist hade inte personen möjlighet att testa del två av enkäten.

Enkätens andra del består av 28 påståenden vilka ska bemötas med ett ställningstagande utifrån en sjugradig skala där ett avser ”Instämmer inte alls” och sju ”Instämmer helt”. Dessa påståenden är tagna från två av Vallerands egna enkäter, vilka har använts på High School-elever och aktiva i organiserad idrott.⁵⁹ Vallerands enkäter bestod i sitt ursprungsutförande av 28 påståenden vardera med en sjugradig svarsskala, vilken är direkt kopplad till hans motivationsmodell. Vi har sammanlagt valt ut och översatt de 28 påståenden som vi anser mest lämpade för vår studie. Slutligen har åtta studenter vid GIH fått kommentera enkätens utformning.

⁵⁷ Med intervjueffekt menas att respondenten påverkas i större eller mindre utsträckning av intervjuarens sätt att ställa frågor och följdfrågor.

⁵⁸ Göran Ejlertsson, *Enkäten i praktiken – en handbok i enkätmetodik*, 2. uppl. (Lund: Studentlitteratur, 2005), s. 11-12.

⁵⁹ EMS28_en-pdf <http://www.er.uqam.ca/nobel/r26710/LRCS/echelles/EMS28_en.pdf> The sport motivation scale (Acc. 2006-10-10) även publicerad i *Journal of Sport and Exercise Psychology* (1995:17) s. 35-53; EMES_en.pdf <http://www.er.uqam.ca/nobel/r26710/LRCS/echelles/EMES_en.pdf> Academic motivation scale (Acc. 2006-10-10) även publicerad i *Educational and Psychological Measurement*, vol.52 och 53 (1992-1993).

Vi har medvetet valt att lägga en gräns vid 75 procent närvaro för att det skall vara enkelt för respondenterna att tänka efter om de varit närvarande på exempelvis mer än tre av fyra idrottslektioner. Vi tror att det kan vara svårt för eleverna om det finns för många undergrupper att välja på. Om eleverna varit skadade eller av annan medicinsk anledning inte deltagit i idrottsundervisningen har detta inte räknats som frånvaro. Detta motiverar vi med att vi är ute efter att se på aktivt vald frånvaro.

2.2 Urval

Vi har valt att utföra studien på årskurs tre på gymnasiet. Anledningen till detta är främst att det sedan tidigare finns flera studier av liknande typ på yngre elever. Vi anser att det finns ett visst kunskapsglapp som vi menar är intressant att fylla. Sistaårseleverna har gått i en frivillig skolform i flera år och bör därför ha tankar om varför de väljer att gå eller inte gå på idrottsundervisningen. Dessa elever bör även vara medvetna om att de har möjlighet att välja bort sitt betyg i Idrott och hälsa om det sänker jämförelsetalet vid ansökan till högskola eller universitet⁶⁰. Det sistnämnda kan ha betydelse för motivationen till att gå på lektionerna.

Gymnasieeleverna går på två olika skolor i Stockholmsområdet. Anledningen till att valet föll på just dessa skolor var att vi har haft kontakt med dem sedan tidigare samt att de hade möjlighet att ställa upp med flera klasser. Eleverna går på olika gymnasieprogram, vilket vi anser är bra för att få en mer representativ bild av utfallet. Det bör tilläggas att samtliga program är studieförberedande. Detta torde dock inte vara av någon större betydelse för studien då Skolverkets statistik visar att andelen elever som får betyget Godkänd eller högre, inte skiljer sig nämnvärt mellan studieförberedande och yrkesförberedande program.⁶¹ Sammanlagt delades enkäten ut till 126 elever i årskurs tre på gymnasiet. Totalt bearbetades 125 av enkäterna.

⁶⁰ Verket för högskoleservice <info@vhs.se> Antagning, 2005-09-02
<<http://www.vhs.se/templates/Page.aspx?id=969>> Slutbetyg från gymnasieskolans program
(Acc. 2006-10-09).

⁶¹ Skolverket, (Acc. 2006-11-09), se fotnot 24.

2.3 Procedur

Samtliga ansvariga lärare, mentorer, för varje klass på respektive skola kontaktades för att undersöka om de var positiva till att medverka i studien. Efter det att en kontakt upprättats avtalades tid och plats för genomförandet av enkäten. Valet av tidpunkt föll på mentorstimmarna då vi ville ha möjlighet att nå samtliga elever för att kunna få ett så stort deltagande som möjligt. Vi hade en föreställning om att det fanns en risk att de elever som eventuellt har en hög amotivation inte skulle dyka upp på idrottslektionen, vilket bidrog till att vi inte ville utföra enkäten på en sådan lektion.

Samtliga enkäter delades ut av författarna, som även var på plats vid ifyllandet. Detta för att eleverna skulle ha möjlighet att ställa frågor för att undvika missförstånd, vilket i sin tur kan leda till att studien får en högre reliabilitet. Innan enkäten delades ut informerades eleverna om studiens karaktär och syfte. Det framhölls även att de skulle fylla i enkäten var och en för sig och utgå från sig själva och vad de tycker och känner. Vidare informerade författarna om att eleverna kunde välja att avbryta enkäten om de så önskade, ställa frågor om de undrade över något samt att alla elever i undersökningen skulle komma att behandlas anonymt. Då respondenterna fyllt i enkäten samlades den in för vidare databearbetning.

2.4 Databearbetning

För samtliga statistiska uträkningar har vi använt oss av statistikprogrammet SPSS. När vi analyserat enkätsvaren har vi använt oss av korrelationen Spearman's rho för att statistiskt säkerställa samband. Spearman's rho har vi använt eftersom vi har analyserat ordinaldata. Därmed har vi kunnat fastställa positiva och negativa samband mellan motivationstyperna och närvaro, betyg samt inställning i Idrott och hälsa. Ju närmare värdet +1 och -1 Spearman's rho (r-värdet) är, desto starkare samband finns det. Vid +1 och -1 är sambandet perfekt. Om det är över noll finns det ett positivt samband och under noll ett negativt.

För att jämföra de olika grupperna inom närvaro, betyg och inställning och se om det finns någon skillnad i motivationsgrad gjordes envägs-ANOVA med påföljande Post Hoc-test.⁶² I Post Hoc-testet användes Scheffés metod, vilken är bra då antalet observationer i grupperna är

⁶² Peter Hassmén, Nathalie Koivula, *Variationsanalys* (Lund: Studentlitteratur, 1996), s. 11 och 158.

olika.⁶³ I ANOVA framkommer det om det finns skillnader som är statistiskt säkerställda. Dessa eventuella skillnader visas sedan i Post Hoc-testet. Vi har en signifikansnivå satt till $p < 0,05$ för både Spearman's rho och ANOVA⁶⁴. Om signifikansnivån är mellan 0,05 och 0,10 ($0,05 < p < 0,10$) finns det en tendens.

Utifrån Redelius studie har vi kategoriserat elevernas svar i enkäten och fått en inställningspoäng till Idrott och hälsa efter att vi har rankat de utvalda frågorna var för sig. Vi har frågat om tankar kring samundervisning, föräldrarnas och elevens inställning till ämnet och hur viktigt de anser ämnet vara, elevens betyg, elevens tilltro till sin egen förmåga och hur de uppfattar sin fysiska identitet (se fråga 3, 7, 9, 10, 11, 12 och 13 i bilaga 2). Ju högre poäng eleven har desto mer positiv inställning till idrott och hälsa har eleven och ju lägre poäng, desto mer negativ inställning. Eleverna har kunnat få mellan 11 och 42 poäng i inställning. För att sedan kunna jämföra olika grupper inom området inställning och se på skillnader har vi skapat fyra grupper: 11-18 bildar gruppen *mycket låg* inställning, 19-26 bildar gruppen *låg inställning*, 27-34 bildar gruppen *hög inställning* och 35-42 bildar gruppen *mycket hög* inställning.

Vi har utgått från två av Vallerands enkätformulär där han undersöker High School-elevers motivation till skolan i allmänhet och deras motivation till organiserad idrott. Sedan har vi översatt frågorna och skrivit om dem så att de passar våra frågeställningar. Eleverna har fått skatta ett värde för varje fråga. Fyra frågor hör ihop med respektive motivationstyp. Det minsta skattningsvärdet per fråga är ett och det största sju. Eleven kan få som minst fyra poäng och som mest 28 poäng per motivationstyp. Eftersom Vallerand har tre subgrupper inom inre och yttre motivation så har vi slagit ihop dessa till en för respektive inre och yttre motivation för att få ett jämförbart resultat med amotivation. Skattningsvärdena varierar således från fyra till 28 poäng för inre och yttre motivation samt amotivation.

Vi har valt att inte använda fråga ett och fyra i vår studie, då de inte tillför ett något resultat i förhållande till vårt syfte och våra frågeställningar.

⁶³ Hassmén, s. 166.

⁶⁴ Ejlertsson, s. 138.

2.5 Bortfallsanalys

Då författarna har varit på plats vid datainsamlingen är såväl det externa som interna bortfallet litet. Det bör tilläggas att vi inte har tagit hänsyn till närvaron på lektionstillfällena utan endast undersökt de elever som varit på plats. Det externa bortfallet uppgår till 2,3 procent då två elever valde att inte medverka efter att de hade informerats om undersökningen. Vidare avbröt en elev sin medverkan. Då detta bortfall är av ringa karaktär anser vi att det inte har någon betydelse för studiens utfall. Det interna bortfallet uppgår till mindre än 0,2 procent, vilket vi även det anser vara obetydligt för studiens utfall. Det interna bortfallet är utspritt på olika frågor där respondenterna har kryssat i fler svarsalternativ än vad som var angivet. Det bör dock uppmärksammas att det interna bortfallet av den sammanlagda inställningspoängen uppgår till 3,2 procent. Anledningen till att denna procentsats blir så pass hög, trots att det sammanlagda interna bortfallet är mindre än 0,2 procent, beror på att denna poäng tillkommer genom att räkna samman poängen från sju enkätfrågor⁶⁵ och om det finns ett bortfall på någon av dessa frågor bortfaller även den totala inställningspoängen.

Eftersom såväl det externa som interna bortfallet visar sig vara så pass lågt anser vi att det inte har haft någon inverkan på undersökningens resultat. Som vi tidigare nämnt, tror vi att det låga bortfallet beror på att vi var närvarande vid samtlig datainsamling. Ytterligare en orsak kan vara att frågorna var utformade och kvalitetstestade sedan tidigare, vilket kan ha medfört att de var lätta att förstå för respondenterna.

2.6 Validitet och reliabilitet

Vi anser att studiens validitet är hög då det som vi avsåg att undersöka besvarades genom enkäten. Då majoriteten av frågorna och påståendena i enkäten har använts i tidigare forskning⁶⁶ anser vi att validiteten är hög. Dessutom har vi delat ut enkäten till en testperson med liknande förutsättningar som populationen vi avsåg att undersöka, samt till studenter på GIH för att minimera risken för missförstånd. Det bör även tilläggas att vårt val av metod återspeglar den tidigare forskningen där enkäter i första hand har använts, vilket vi menar styrker validiteten i vår studie.

⁶⁵ Fråga 3, 7, 9, 10, 11, 12 och 13 i enkäten, se bilaga 1.

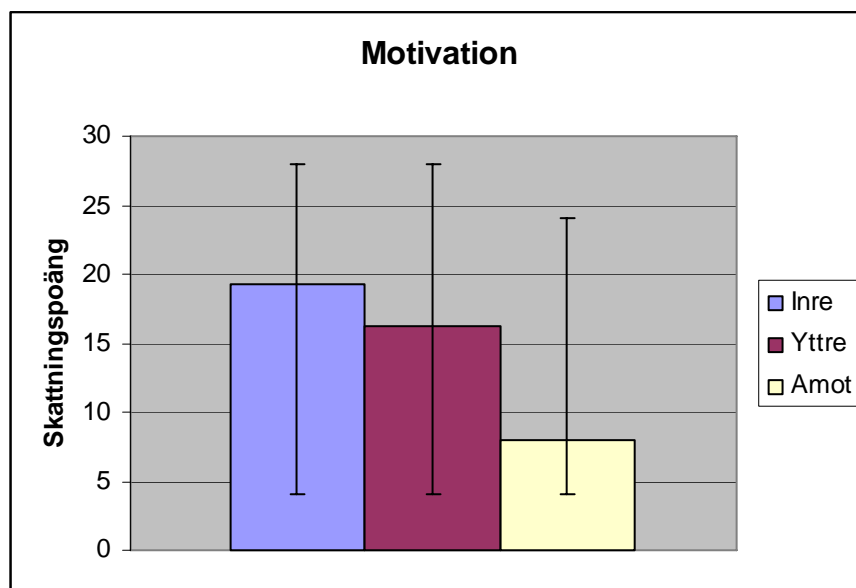
⁶⁶ SIH-projektet samt Vallerands forskning om motivation.

Studiens reliabilitet bedömer vi vara hög då vi anser att upprepade mätningar borde ge samma resultat. Det slumpmässiga felet bör vara litet då vi var närvarande när samtliga enkäter blev ifyllda vilket bidrog till att respondenterna kunde ställa frågor vid behov. Proceduren vid alla tillfällen var lika och respondenterna fick ta den tid de behövde för att fylla i enkäten. Detta medverkar till att svaren inte är slumpmässiga utan eleverna kunde tänka igenom sin situation utan att känna någon tidspress.

3 Resultat

I denna del går vi igenom det resultat vi har fått in genom enkäterna. Dessa redovisas i tre olika delar, vilka kan länkas samman med våra frågeställningar. Den första delen beskriver relationen motivation och närvaro, den andra motivation och betyg och den tredje motivation och inställning. Slutligen finns en kort sammanfattning av studiens centrala resultat.

Medianvärdet för de olika motivationstyperna samt minsta och största skattningsvärde visas i *figur 3*. Det minsta värdet en elev kan ha är fyra och maximalt 28.



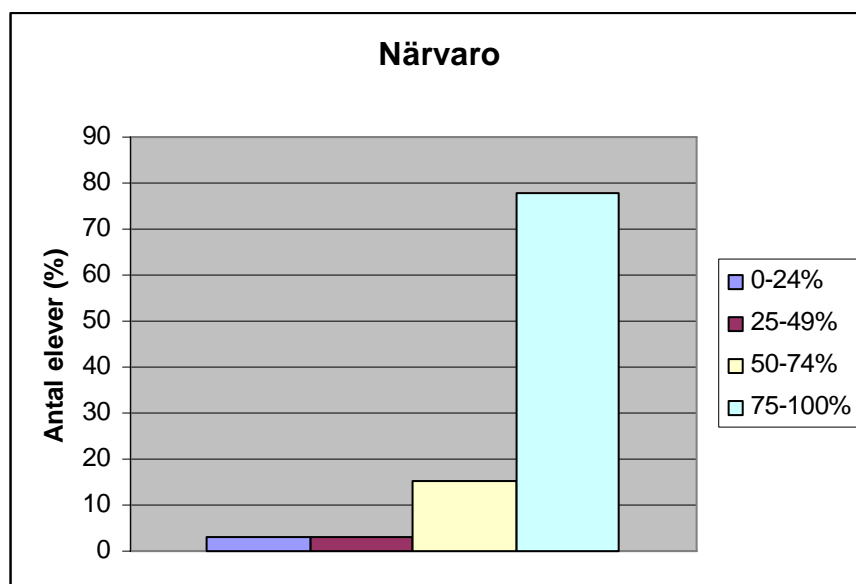
Figur 3. Medianvärdet för de olika motivationstyperna.

Resultatet visar att medianvärdet för den inre motivationen är högst med ett värde på 19,5. Den yttre motivationen har medianvärdet 16. Amotivation skiljer sig från de övriga två, då dess medianvärde är åtta. Spridningen inom grupperna är vida. Samtliga tre grupper har fyra som lägsta värde. Inre och yttre motivation har 28 som högsta uppnådda värde, medan amotivation har värdet 24,5 som högst.

3.1 Motivation och närvaro

Vi har sammanställt närvaron bland de 125 elever som deltog i vår enkät (se figur 4).

Majoriteten av alla elever hade en närvaro på 75-100 %.



Figur 4. Elevers närvaro på idrottslektionerna i årskurs tre på gymnasiet. (n=125)

3.1.1 Samband mellan motivation och närvaro

Sambandet mellan närvaron i ämnet Idrott och hälsa och de olika typerna av motivation är signifikant. Spearman's rho är ett sambandsmått, r-värde, och redovisas i tabell 1.

Tabell 1. Sambandet mellan motivation och närvaro i ämnet Idrott och hälsa.

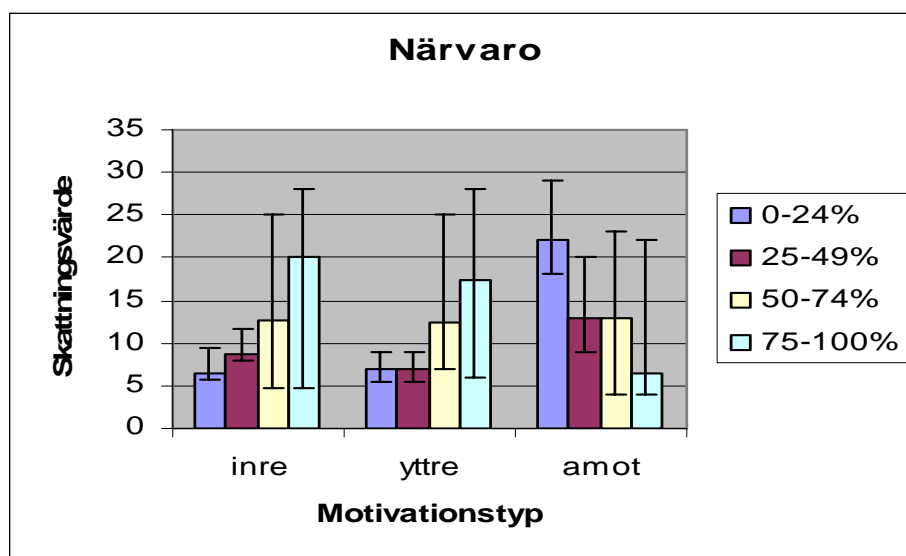
Motivationstyp	r-värde
Inre motivation	0,472
Yttre motivation	0,464
Amotivation	-0,380

Det finns ett positivt samband mellan närvaro och inre samt yttre motivation, vilket innebär att elever med hög inre och yttre motivation även har hög närvaro. Den inre motivationen har störst samband, $r=0,472$, med närvaro. Sambandet mellan amotivation och närvaro är negativt. Det betyder att om man har en hög amotivation så har man sannolikt en låg närvaro.

3.1.2 Skillnader mellan närvarogrupperna

Vi har jämfört de olika närvarogrupperna och letat efter statistiskt säkerställda skillnader mellan dem i de tre motivationstyperna.

Figur 5 visar de tre motivationstypernas medianvärde för de olika närvarogrupperna samt minsta och största skattningsvärde för varje närvarogrupp och motivation. Skattningsvärdena kan vara fyra som minst och 28 som störst.



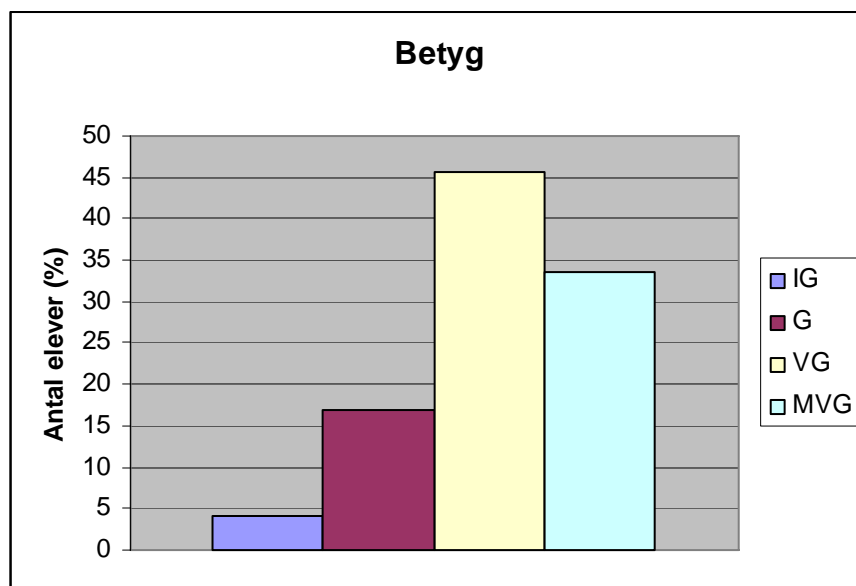
Figur 5. Närvaro i relation till motivationstyp med hjälp av skattningsvärdets median samt spridning.

Skillnaden mellan de elever i närvarogruppen med över 75-procentig närvaro och övriga närvarogrupper beträffande deras skattade värde för inre motivation är statistiskt säkerställd. Detta innebär att de som går på mer än 75 procent av lektionerna har en signifikant skillnad i inre motivation jämfört med de tre grupperna med större frånvaro. Skillnaden är att de med högst närvaro har en större inre motivation. Samma signifikanta skillnad mellan närvarogrupperna gäller för yttre motivation. De med högst närvaro skiljer sig mot samtliga andra närvarogrupper och har en större yttre motivation (se figur 5).

Det finns en skillnad mellan närvarogruppernas amotivation. Det är en statistiskt säkerställd skillnad mellan grupp 75-100 % och 0-24 %, 75-100 % och 50-74 % och även mellan 50-74 % och 0-24 % när det gäller deras skattade amotivation. Den signifikanta skillnaden är att ju högre amotivation eleven har desto större frånvaro har densamme (se figur 5).

3.2 Motivation och betyg

En sammanställning av betyg i ämnet Idrott och hälsa bland de tillfrågade eleverna visas i figur 6. Majoriteten av deltagarna i enkäten har ett högre betyg än G.



Figur 6. Elevers betyg i Idrott och hälsa i årskurs tre på gymnasiet. (n=125)

3.2.1 Samband mellan motivation och betyg

Sambandet mellan betyget i ämnet Idrott och hälsa och de olika typerna av motivation är signifikant. Spearman's rho redovisas i tabell 2.

Tabell 2. Sambandet mellan motivation och betyg i ämnet Idrott och hälsa.

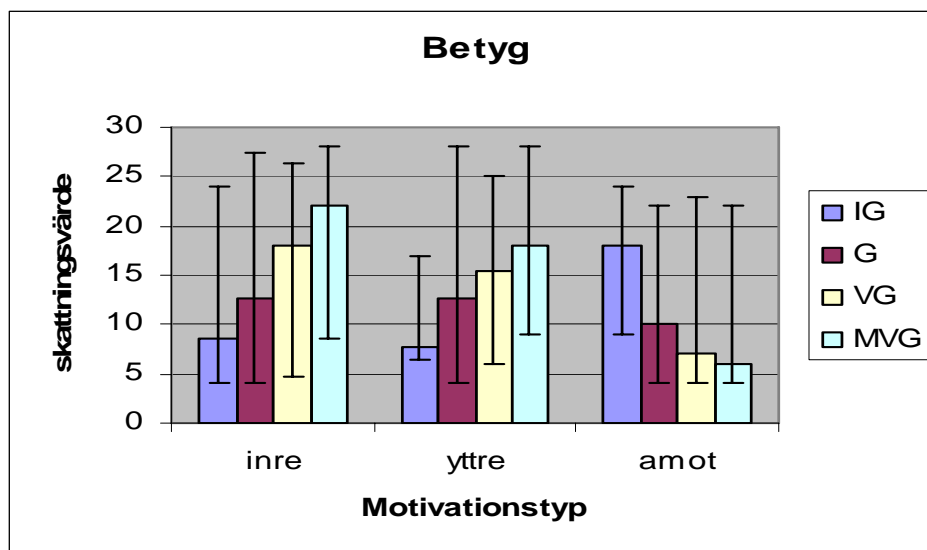
Motivationstyp	r-värde
Inre motivation	0,410
Yttre motivation	0,390
Amotivation	-0,238

Det finns ett positivt samband mellan betyg och inre samt yttre motivation, vilket innebär att elever med hög inre och yttre motivation har högt betyg. Den inre motivationen har störst samband, $r=0,410$, med betyg. Sambandet mellan amotivation och betyg är negativ. Det betyder att elever med hög amotivation har lågt betyg.

3.2.2 Skillnader mellan betygsgrupperna

Vi har jämfört de olika betygsgrupperna och letat efter statistiskt säkerställda skillnader mellan dem i de tre motivationstyperna.

Figur 7 visar de tre motivationstypernas medianvärde för de olika betygsgrupperna samt minsta och största skattningsvärde för varje närvarogrupp och motivation. Skattningsvärdena kan vara fyra som minst och 28 som störst.



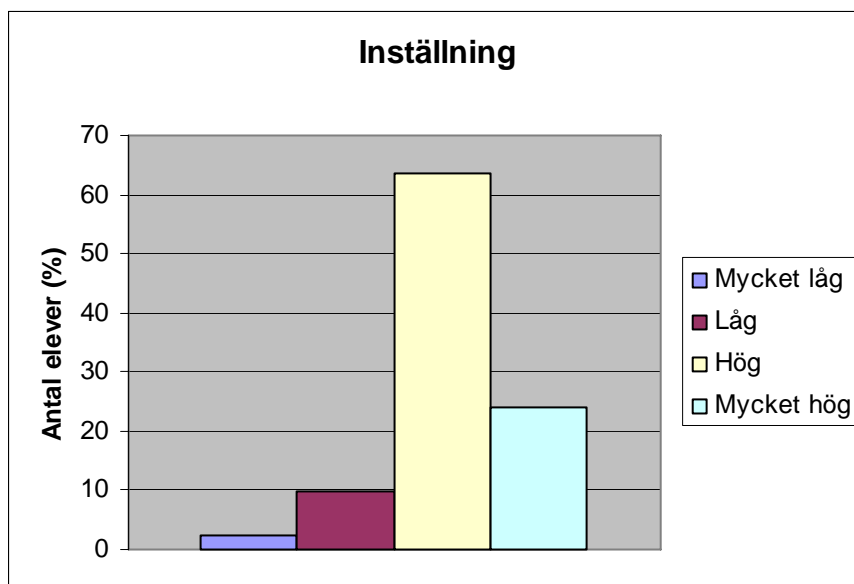
Figur 7. Betyg i relation till motivationstyp med hjälp av skattningsvärdets median samt spridning.

Skillnaden mellan de elever med MVG och övriga elever beträffande deras skattade värde i inre och yttre motivation är statistiskt säkerställd. Detta visar på att det finns signifikanta skillnader i MVG-elevers inre och yttre motivation i förhållande till VG-elevers, G-elevers och IG-elevers. MVG-elever har högre inre och yttre motivation än elever med lägre betyg (se figur 7).

Det finns ingen signifikant skillnad mellan betygsgruppernas amotivation. Dock finns en tendens till skillnad mellan elever med MVG och IG samt mellan VG och IG (se figur 7).

3.3 Motivation och inställning

En sammanställning av inställning i ämnet Idrott och hälsa bland de tillfrågade eleverna visas i figur 8. Resultatet visar att de flesta av eleverna tillhör gruppen *hög inställning*.



Figur 8. Elevers inställning till Idrott och hälsa i årskurs tre på gymnasiet. (n=121)

3.3.1 Samband mellan motivation och inställning

Sambandet mellan elevernas inställning till ämnet Idrott och hälsa och de olika motivationstyperna är signifikant. Spearman's rho redovisas i tabell 3.

Tabell 3. Sambandet mellan motivation och inställning till ämnet Idrott och hälsa.

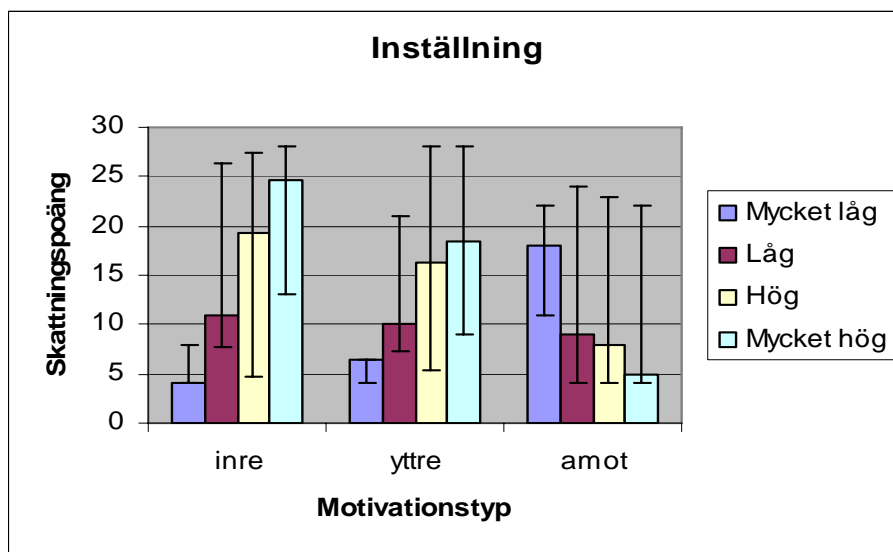
Motivationstyp	r-värde
Inre motivation	0,608
Yttre motivation	0,539
Amotivation	-0,230

Det finns ett positivt samband mellan elevens inställning och inre samt yttre motivation. Detta innebär att elever med hög inre och yttre motivation även har positiv inställning. Den inre motivationen har störst samband, $r=0,608$, med inställning. Sambandet mellan amotivation och inställning är negativt. Det betyder att om man har en hög amotivation så har man sannolikt en negativ inställning.

3.3.2 Skillnader mellan inställningsgrupperna

Vi har jämfört de olika inställningsgrupperna och letat efter statistiskt säkerställda skillnader mellan dem i de tre motivationstyperna.

Figur 9 visar de tre motivationstypernas medianvärde för de fyra olika grupperingarna inom området inställning samt minsta och största skattningsvärde. Skattningsvärdena kan vara fyra som minst och 28 som störst.



Figur 9. Inställning i relation till motivationstyp med hjälp av skattningsvärdets median och spridning.

Den inre motivationen har en statistiskt säkerställd skillnad mellan alla fyra inställningsgrupperna utom mellan grupperna *mycket låg* och *låg*. Detta visar på att det är en signifikant skillnad i inre motivation mellan alla grupper utom mellan *mycket låg* och *låg*. Den yttre motivationen har en statistiskt säkerställd skillnad mellan alla grupper förutom grupp *låg* i relation till *mycket låg* och *låg* i relation till *hög* (se figur 9).

Det finns ingen signifikant skillnad mellan inställningsgruppernas amotivation. Dock finns en tendens till skillnad mellan elever med *mycket låg* och *mycket hög*.

3.4 Sammanfattning av resultaten

Det finns ett signifikant positivt samband mellan både en hög inre och yttre motivation i relation till närvaro, betyg och inställning i ämnet Idrott och hälsa. Detta innebär att om eleven har en hög inre och yttre motivation har detta en positiv effekt för de tre undersökta områdena. Inre motivation har större positivt samband än yttre motivation i relation till samtliga undersökta områden. Störst betydelse har inre och yttre motivation i förhållande till elevens inställning till Idrott och hälsa.

Amotivation har ett signifikant negativt samband med närvaro, betyg och inställning. Detta innebär att om eleven har en hög amotivation har detta en negativ effekt för de tre undersökta områdena. Störst negativt samband har amotivation i förhållande till närvaro.

Skillnaden i motivationsgrad mellan de olika rankningsgrupperna är störst mellan högsta och lägsta grupp inom närvaro, betyg och inställning.

4 Diskussion

Syftet med studien var att undersöka gymnasieelevers närvaro, betyg och inställning till idrottsundervisningen ur ett motivationsperspektiv. Vi kommer att diskutera våra resultat i förhållande till tidigare forskning och ta upp de tankar som vi fått under resultatgenomgången. Eftersom det inte finns någon som gjort en likadan studie som den vi genomfört måste vi jämföra med den tidigare forskningen som tangerar vår undersökning. För att förenkla diskussionen diskuterar vi motivationstyperna innan vi jämför dem med närvaro, betyg och inställning till Idrott och hälsa.

Vallerands forskning visar att inre motivation tyder på att man vill lära sig något och nå kunskap. Man vill även uppnå de mål som man sätter upp för sig själv och man vill åstadkomma positiva sinnesupplevelser av sin aktivitet. Individen utför något för att det är ett nöje i sig att göra det och personen känner sig tillfreds av själva utförandet. I vår studie visas detta till exempel genom att individen går på idrottslektionerna för att han/hon vill lära sig mer om ämnet för sin egen skull.

Den yttre motivationen driver en person för belöningen snarare än glädjen av själva aktiviteten. Man gör något för att man tror sig ha nytta av det senare i livet. Skuld känslor kan driva personen som en självpålagd press. En individ med denna typ av motivation kan i vår studie bland annat kännetecknas av att den går på idrottslektionerna för att få ett högt betyg eftersom det kan vara användbart i framtiden snarare än att det är roligt.

Amotivation är det samma som att individen inte har något som helst mål med uppgiften och därför anser den vara meningslös. En individ med amotivation kan känna brist på sin egen förmåga och kapacitet inför en uppgift, men även att uppgiften känns alltför krävande. Personen känner vidare att den inte har tillräcklig kontroll och därför anser sig hjälplös. Detta kan ta sig uttryck genom att individen inte vet varför den utför något och därför ställer sig likgiltig till uppgiften. I denna undersökning kan en amotiverad elev vara den som inte dyker upp på idrottslektionerna och har en hög frånvaro. Vet man inte varför man ska göra något och känner sig likgiltig kan det nog var lätt att strunta i uppgiften och välja att inte närvara istället. Kanske har man en högre inre eller yttre motivation till något annat som man då tycker är viktigare att göra och därför lägger sin energi och kraft på istället.

Hela studien går ut på motivation i relation till den kontextuella samt den situationella nivån. Frågorna i enkäten handlade enbart om elevens tankar om, känslor till och upplevelser i ämnet Idrott och hälsa och dess undervisning, vilket gör att vi inte kan utläsa något om elevens motivation på den globala nivån, då detta inte var något som togs upp.

4.1 Motivation och närvaro

Lena Larssons studie visade att 25 procent av eleverna deltog i mindre än 70 procent av lektionerna. Av totalt 125 elever i vår studie närvarar 22 procent på mindre än 75 procent av lektionerna. Från Folkhälsoinstitutets undersökning svarade sju procent att de sällan eller aldrig var med och 93 procent att de oftast var med på idrotten. Om vi delar upp vår närvaroundersökning i två nivåer, så att den blir jämförbar med Folkhälsoinstitutets, en som går på mindre än 50 procent av lektionstillfällena och en som går på mer än 50 procent, ser vi att 6,4 procent tillhör den lägre närvaronivån och 93,6 procent den högre. Våra värden stämmer väldigt väl med den tidigare forskningen vilket tyder på att vår undersökningsgrupp liknar Larssons och Folkhälsoinstitutets undersökningsgrupper i fråga om närvaro.

Vi anser att det är positivt att närvaron på idrottslektionerna ändå är så pass hög, särskilt med tanke på möjligheten att räkna bort betyget vid ansökan till vidare studier. Det får dock inte glömmas bort att för att få ett fullständigt slutbetyg måste eleven ha ett betyg (IG, G, VG eller MVG) i alla kärnämnen, vilket kan leda till att eleven går på idrottslektionen men inte presterar något. Möjligheten är då stor att idrottsläraren sätter IG på eleven som då sedan kan räkna bort det betyget vid ett senare tillfälle. Vi vet dock inte i vilken utsträckning elever är närvarande på lektionerna utan att prestera och inte heller hur vanligt förekommande det är att elever räknar bort sitt betyg i Idrott och hälsa då det inte var studiens syfte att undersöka detta.

Det är av intresse att här ta upp Skolverkets rapport, *NU-03*, som visade att 36 procent av gymnasielärarna ansåg att frånvaron på idrottslektionerna var ett problem i mycket hög utsträckning. Hur kan det komma sig att lärarna upplever det som ett så pass stort problem när närvaron i vår studie i likhet med andra studier, visar att eleverna ändå ofta är på lektionerna? En förklaring till detta kan vara att vi har använt oss av självrapporterad data.

Det finns ett statistiskt säkerställt samband mellan de tre motivationstyperna och närvaro. Sambandet mellan inre motivation och närvaro är störst och positivt. Vi anser att detta

stämmer väl överens med Vallerands forskning om inre motivation som visar att dessa personer utför något för att det är ett nöje i sig. Detta resultat är då föga förvånande och det kan kännas tämligen självklart att ju högre inre motivation eleven har desto högre närvaro kommer den också att ha. Har man intresse för en viss uppgift eller företeelse och känner någon form av inre glädje och tillfredsställelse, är utsikterna för att man deltar mycket goda. Även den yttre motivationen driver eleven till att närvara på idrottslektionerna. Det kan vara lätt för oss idrottsintresserade att glömma bort att det inte är glädjen av att ha Idrott och hälsa som driver vissa elever till att gå på lektionerna utan något annat. Detta annat kan (enligt Vallerand) bland annat vara betyg, skuld känslor för att inte prestera tillräckligt bra eller föräldrars förväntningar. Vi anser att detta är värt att uppmärksamma som lärare, då det kan påverka lektionsupplägg etc. Det är liten skillnad i samband mellan inre motivation och närvaro i relation till yttre motivation och närvaro. Detta visar på att det har mycket liten betydelse för närvaron om man är driven av en inre eller yttre motivation. För att få eleverna att tycka om ämnet och känna glädje är första steget att få dem att närvara. Amotivationen har ett negativt samband med närvaro vilket visar att om man inte känner mening i det man gör så gör man det inte heller. En nöt som kan vara svår att knäcka som lärare är hur man ska lyckas få med de elever som har en hög amotivation till ämnet. Eftersom vi inte har studerat anledningarna till varför elever känner amotivation inför ämnet, är det svårt att förstå varför de inte går på lektionerna. Är det idrottsämnet i sig som de inte är intresserade av, är lektionsupplägget dåligt eller läraren opedagogisk? Detta är ett outforskat fält som borde undersökas.

4.2 Motivation och betyg

I vår undersökning har 96 procent av eleverna minst betyget Godkänd i Idrott och hälsa. Detta stämmer väl överens med den statistik som Skolverket presenterade där 95,8 procent av samtliga elever som läst kärnämnet Idrott och hälsa A har betyget Godkänd eller högre. Siffran hos elever som går ut grundskolan är likartad (94 procent som har betyget Godkänd eller högre). Vi blev positivt överraskade av såväl den tidigare forskningen som resultatet av vår studie, då vi trodde att siffrorna kunde ha varit lägre på gymnasiet eftersom de har möjlighet att räkna bort betyget i Idrott och hälsa vid ansökan till högre studier. Att vårt resultat stämmer så pass bra överens med statistiken tolkar vi som att populationen i studien är representativ för sin grupp.

Det finns ett tydligt positivt samband mellan inre och yttre motivation i förhållande till betyg. Vallerand anser att individer med inre motivation känner glädje i ämnet och finner en stor mening med det de gör. Detta avspeglar sig i betyget då vår studie visar att individer med hög inre motivation sannolikt har högt betyg. Detta tror vi beror på det naturliga intresset som den inre motivationen ger. De elever som drivs av en yttre motivation strävar efter betyget i Idrott och hälsa. Vi tycker att det känns naturligt att vår tydligt studie visar att ju högre betyg eleven får desto högre yttre motivation har eleven, eftersom just betyget är en faktor som finns inom ramen av yttre motivation. De som inte känner att ämnet är meningsfullt och känner sig likgiltiga inför uppgifterna har enligt våra resultat ett lågt betyg, vilket vi inte heller anser förvånande. Ser man ingen mening med ämnet, kan det vara svårt att finna intresse i att försöka att få bra betyg.

Lars-Magnus Engströms forskning visar att de som är fysiskt inaktiva på fritiden har lägre betyg i ämnet Idrott och hälsa. Vi känner att detta har relevans för vårt resultat då vi tror att de som är amotiverade till Idrott och hälsa även tycker att det är tråkigt att röra sig på fritiden. Likaså anser vi att paralleller kan dras till Engströms forskning vad gäller sambandet mellan en aktiv fritid och betyget Mycket väl godkänd. Då vi tror att de elever som har en stark inre motivation till Idrott och hälsa även är aktiva på fritiden, anser vi att vi kan jämföra den tidigare forskningen med våra resultat som visar på att de elever som har en hög inre motivation sannolikt har ett högt betyg i ämnet. Vi jämför detta med vårt resultat att de med hög inre motivation sannolikt har ett högt betyg. Vi tror att de som har en stark inre motivation till Idrott och hälsa är aktiva på fritiden.

Vår studie åskådliggör att elever med amotivation har lägre betyg. Av resultatet drar vi en direkt parallell till Setterlinds studie som visade att svagmotiverade elever hade lägre betyg. Även om hans undersökning är något till åren visar det att den är minst lika aktuell idag. Människans attityd verkar inte direkt ha ändrat sig vad det gäller sambandet mellan att känna likgiltighet och underprestera.

4.3 Motivation och inställning

Vi undersökte elevers inställning genom att titta på flera olika faktorer för att få en inställningspoäng hos eleverna. Vi delade inte upp eleverna i positiv och negativ inställning utan gjorde en skala från *mycket låg* inställning till *mycket hög* inställning eftersom vi inte kan säga att de som ligger på den undre halvan har en negativ inställning. Vi kan däremot säga att de har en lägre inställning. När vi delade vår inställningspoäng på mitten såg vi att 87,6 procent hade *hög* eller *mycket hög* inställning till ämnet Idrott och hälsa. Skolverkets undersökning på grundskolan och gymnasiet påvisar att 83 procent av eleverna tycker ämnet är roligt och 53 procent tycker att det är viktigt. Folkhälsoinstitutets studie på gymnasiet påvisar att 49 procent av eleverna tycker att ämnet är roligt, 66 procent tycker att det är viktigt och 62 procent tycker att innehållet är bra. Från Redelius studie i grundskolan ser vi att 39 procent var positiva och 16 procent var negativa. Resterande elever var neutrala. Dessa studier är jämförbara med vår studie då de tittat på frågor som behandlar elevers inställning till Idrott och hälsa. Vi tycker att det är intressant att de båda undersökningarna från Skolverket och Folkhälsoinstitutet motsäger varandra. Vår studie går mer i Skolverkets spår än Folkhälsoinstitutets och Redelius. Den ligger dock en aning högre, i positiv bemärkelse, än Skolverkets. Skillnader kan bero på att studierna har gjorts på olika åldrar. Vidare är det endast Redelius som har haft ett neutralt alternativ, vilket kan ha medfört att resultaten skiljer sig. Vi kan inte dra för stora slutsatser av detta då vi jämför hur roligt ämnet är med inställningen till ämnet, men det är dock en fingervisning.

Sambandet mellan inställning och inre motivation är mycket starkt. Det är inte ett lika starkt samband mellan yttre motivation och inställning. Om vi jämför skillnaden i samband mellan inre och yttre motivation i förhållande till närvaro, betyg och inställning är det inom området inställning den är som störst. Detta tror vi beror på att om elevens största drivkraft är en yttre motivation så betyder inte det att eleven behöver ha så hög inställning till ämnet. En elev som går på lektionerna bara för att få ett bra betyg eller för pressen hemifrån, behöver inte tycka om ämnet i sig utan utför en uppgift för att få något annat i gengäld.

Vår studie visar att de elever som har stor amotivation till Idrott och hälsa sannolikt har en negativ inställning till ämnet. Setterlind visar på att svagmotiverade elever var negativa till tävlingar och betygstester av alla slag. De var också mycket negativa till övningar som krävde mycket av dem samt där eventuella misslyckanden kunde iakttas av klasskamraterna. De

svagmotiverade eleverna var sällan nöjda med vad de presterade på lektionerna tack vare de misslyckanden de ofta fick uppleva. Denna forskning visar på att svagmotiverade elever har en låg inställning. Vidare visade Engström på att barn som var fysiskt inaktiva hade en mindre positiv inställning. Vi har tidigare diskuterat att vi anser att det är troligt att de med stor amotivation inte rör sig så mycket på fritiden.

4.4 Skillnader mellan rankningsgrupper

Det är skillnader mellan de olika rankningsgrupperna. Våra resultat visar att det är vid ytterligheterna som den största skillnaden finns. Inom inre och yttre motivation är skillnaderna i skattningsvärde mellan de olika grupperna mycket tydliga. Om en elev tillhör en särskild rankningsgrupp går det att dra slutsatser kring denna elevs skattade motivationsvärde. Detta tror vi kan vara bra att ha med sig när man har en diskussion med en elev som tillhör en särskild rankningsgrupp. Vi kan då försöka att motivera honom/henne på ett individuellt sett för att öka elevens känsla för ämnet. Skillnaderna mellan rankningsgrupperna och deras skattade amotivationsvärde var inte lika tydlig. Det syns dock tydligt i *figur 5,7 och 9* att de med lägst frånvaro, sämst betyg och lägst inställning i Idrott och Hälsa har väsentligt större amotivation än övriga elever. Det är dessa elever som måste stöttas och ges mycket tid och engagemang.

4.5 Implikationer för läraren och slutsats

Att sambandet mellan de som har bra betyg och den yttre motivationen är så pass högt är intressant. Man skulle kunna tolka det som att många av dem som går på lektionerna och är duktiga, gör det endast för att få ett högt betyg. Detta anser vi vara sorgligt då det står i kursplanen för Idrott och hälsa att eleverna ska inspireras till att ta eget ansvar för sin hälsa samt förstå vikten av regelbunden motion, vilket borde vara lite svårt om man bara går på lektionerna för betygets skull till exempel. Det är upp till oss lärare att i samråd med eleven hitta ett sätt att stimulera till en inre motivation.

Vi har sett att inställningen har ett samband med motivationen. Om vi som lärare kan öka elevernas inställning kommer också motivationen bli bättre. Detta kommer då att ge en högre närvaro vilket i sin tur för med sig att fler elever når betyget Godkänd i Idrott och hälsa. Hur skall vi då öka elevens inställning? Sven Setterlinds studie som tar upp en metod för att ändra

svagmotiverade elevers inställning till Idrott och hälsa är ett förslag. Den gick ut på att de svagmotiverade fick specialgymnastik utöver den vanliga idrotten där de planerade lektionernas innehåll tillsammans med läraren. Undervisningen individanpassades så mycket som möjligt för att tillgodose den enskilde elevens förutsättningar. 90 procent tyckte att specialundervisningen var roligare än den vanliga undervisningen. Nästan hälften hade fått ökat intresse för gymnastik och motion.

Vi blev förvånade över vårt resultat som visar att den yttre motivationen spelar i stort sett lika mycket roll som den inre, för elevernas närvaro, betyget och inställningen till ämnet. Detta är något som vi skulle vilja att fler forskare undersökte då det kan vara av betydelse för oss som blivande lärare att veta varför eleverna går på lektionerna. Är det så att man som lärare skulle kunna lägga upp undervisningen annorlunda om man är medveten om att eleverna är där lika mycket för betyg, belöning och andra yttre omständigheter som att de är där för att de har ett genuint intresse och verkligen vill lära sig något för att utvecklas? För att eleverna ska få en högre inre samt yttre motivation på såväl kontextuell som situationell nivå krävs att eleverna känner en trygghet både inför ämnet och den specifika uppgiften.

Lärare måste uppmärksamma motivationens betydelse i ämnet Idrott och hälsa. En positiv motivation ger större närvaro, högre betyg och en bättre inställning medan en negativ motivation ger en motsatt effekt.

4.6 Problematisering av studien

Det största problem vi kan se med vår studie är den brist på forskning som finns om betyg och motivation i relation till varandra. Detta har gjort att vi vid vissa tillfällen har varit på utforskad mark och ibland till och med känt oss lite vilsna. Vi anser dock att detta inte påverkar studien nämnvärt negativt, utan snarare visar på det kunskapsglapp och medföljande behov av vidare forskning som existerar inom detta område.

Vidare kan vi tycka att enkätens storlek kan ha ställt till det något för oss. Med facit i hand inser vi att den kan ha blivit allt för omfattande jämfört med vår studies syfte. Det är svårt att avgränsa sig när den innehåller så pass mycket information. Det bör dock tilläggas att all den information som insamlats (och inte använts) till denna studie kan tillämpas i vidare studier, vilket gör att vårt material inte är införskaffat förgäves.

4.7 Förslag till fortsatt forskning

Som vi tidigare nämnt är forskningen inom detta område bristfällig. Vi har bara skrapat på ytan till betydelsen av vilken motivation som driver elever till närvaro, betyg och inställning till ämnet Idrott och hälsa. Under resans gång har en mängd tankar uppkommit kring området och hur man kan jobba med motivation. Något som vi skulle tycka var intressant att ta del av vore forskning på vad man kan göra i skolan för att få elever med olika motivationstyper att gå på lektionerna. På vilket sätt kan skolan jobba för att sänka graden av amotivation hos eleverna och höja inre eller yttre motivation? Vilka faktorer styr elever till att ha inre eller yttre motivation respektive amotivation? Det skulle vara trevligt med en djupare studie som då till exempel kunde bestå av intervjuer med extremfallen MVG- respektive IG-elever.

Att studera motivation ur ett genusperspektiv skulle även det vara av intresse. Skiljer det sig mellan könen, och om det gör det, på vilket eller vilka sätt skiljer det sig och varför? Är pojkar eller flickor överrepresenterade i någon specifik motivationsgrupp?

Ytterligare ett område som kan undersökas är huruvida det är idrottsämnet i sig som de amotiverade eleverna inte är intresserade av eller om lektionsupplägget är dåligt och läraren opedagogisk. Majoriteten av eleverna har dock hög närvaro och en positiv inställning till ämnet. Frågan är då hur man ska göra för att få med dem som har låg närvaro och negativ inställning och som kanske är den grupp som är i störst behov av idrottsundervisningen? Bör man ändra på undervisningsformen? Vi anser att det skulle vara av stort intresse för såväl blivande idrottslärare som redan yrkesverksamma att få kunskap om vad dessa elever tycker och tänker angående ämnets utformning. Har man ingen kunskap om detta är det svårt att införa förändringar som skulle kunna innebära högre närvaro och bättre inställning till ämnet.

Käll- och litteraturförteckning

Tryckta källor

Ejlertsson, Göran, *Enkäten i praktiken – en handbok i enkätmetodik*, 2. uppl. (Lund: Studentlitteratur, 2005).

Engström, Lars-Magnus ”Barns och ungdomars idrottsvanor i förändring”, *Svensk idrottsforskning 2004* (2004:4), s. 10-15.

Engström, Lars-Magnus, *Idrott som social markör* (Göteborg: HLS Förlag, 1999).

Engström, Lars-Magnus, Ekblom, Björn och Folkhälsoinstitutet, *Vårt behov av rörelse: en idéskrift om fysisk aktivitet och folkhälsa* (Karlshamn: Förlagshuset Gothia AB, 1996).

Larsson, Lena, *Idrott och hälsa är ingenting för mig – en studie av elever som ej deltar i Idrott och hälsa A i två gymnasieskolor*, D-uppsats i Idrott 10 p vid Magisterutbildningen i idrott 2002-2003 på Idrottshögskolan i Stockholm, D 2002/03:1 (Stockholm: Idrottshögskolan, 2003).

Mellan nytta och nöje, red. Håkan Larsson & Karin Redelius (Stockholm: Idrottshögskolan, 2004).

Redelius, Karin, “Vilka är vinnare och förlorare i ämnet idrott och hälsa?”, *Svensk idrottsforskning* (2004:4), s. 42-46.

Setterlind, Sven, *Svagmotiverade elever i gymnastik – en jämförande studie över attityder och betyg samt fysiologisk status hos elever i åk 7 och 8*, (Mölndal: Lärarhögskolan, 1975).

Sjöberg, Lennart, *Studieintresse och studiemotivation. En analys av de grundläggande faktorerna* (Stockholm: Norstedts Tryckeri AB, 1997).

Skolverket, *Attityder till skolan 2003 – Elevernas, lärarnas, skolbarnsföräldrarnas och allmänhetens attityder till skolan under ett decennium (rapport 243)* (Stockholm: Liber distribution, 2004).

Skolverket, *Idrott och hälsa, ämnesrapport till rapport 253 (NU-03)* (Stockholm: Skolverket, 2005).

Stensmo, Christer, *Ledarskap i klassrummet* (Lund: Studentlitteratur, 1997).

Strandell, Annika & Bergendahl, Lars, *Sätt Sverige i rörelse 2001: Förskola/skola* (Stockholm: Statens Folkhälsoinstitut, 2002).

Vallerand, Robert J., "Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation", i *Advances in experimental social psychology*, vol. 29, red. Mark P. Zanna, (USA: Academic press, 1997).

Elektroniska källor

EMES_en.pdf <http://www.er.uqam.ca/nobel/r26710/LRCS/echelles/EMES_en.pdf>
Academic motivation scale (Acc. 2006-10-10) även publicerad i *Educational and Psychological Measurement*, vol.52 och 53 (1992-1993).

EMS28_en-pdf <http://www.er.uqam.ca/nobel/r26710/LRCS/echelles/EMS28_en.pdf> The sport motivation scale (Acc. 2006-10-10) även publicerad i *Journal of Sport and Exercise Psychology* (1995:17) s. 35-53.

Nationalencyklopedin <kundcenter@ne.se> Nationalencyklopedins internetjänst, NE.se, 2006 <http://ne.se/jsp/search?i_art_id=259479&i_word=motivation> (Acc. 061009).

Philippe, Frédérick <philippe.frederick@uqam.ca> LRCS/RLSB, <http://www.er.uqam.ca/nobel/r26710/LRCS/rjvaller_en.htm> Robert J. Vallerand (Acc. 2006-10-11).

Plous, Scott <<http://www.socialpsychology.org/contact.htm>> SPN Professional Profile:
Robert J. Vallerand, 2006-07-13 <<http://vallerand.socialpsychology.org/>> (Acc. 2006-10-11).

Skolverket <siris@skolverket.se> Gymnasieskola
<http://alcazar.skolverket.se/portal/page?_pageid=33,42695&_dad=portal30&_schema=PORTAL30> Slutbetyg (Acc. 2006-11-09).

Skolverket <styrdokument@skolverket.se> Kursinformationssystemet för skolan
<<http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0607&infotyp=8&skolform=21&id=IDH&extraId>> Idrott och hälsa (Acc. 2006-11-01).

Verket för högskoleservice <info@vhs.se> Antagning, 2005-09-02
<<http://www.vhs.se/templates/Page.aspx?id=969>> Slutbetyg från gymnasieskolans program
(Acc. 2006-10-09).

Bilaga 1

ENKÄT

Jag är: Flicka Pojke

1. Får du vara med och bestämma vad ni ska göra på idrotten i skolan? Sätt bara ett kryss.

- Ja, ofta
- Ja, ganska ofta
- Nej, inte särskilt ofta
- Nej, inte alls

2. Uppskatta hur många idrottslektioner du går på om du inte är skadad eller sjuk.

- 0-24 %
- 25-49 %
- 50-74 %
- 75-100 %

3. Hur mycket rör du dig på idrottslektionerna? Sätt bara ett kryss.

- Jag rör mig lite.
- Jag rör mig ganska mycket.
- Jag blir svettig och/eller andfådd nästan varje gång.

4. Vad tycker du om att ha följande saker på idrotten i skolan? Sätt bara ett kryss.

- Tävlingar
- Teori
- Skriftliga prov
- Praktiska prov (för att visa vad man kan)
- Att själv få leda en övning eller en lektion

5. Vill du ha mer eller mindre idrott i skolan? Sätt bara ett kryss.

- Mer
- Mindre
- Lika mycket som nu

6. Hur tycker du att idrottslektionerna i skolan borde vara upplagda? Du kan sätta flera kryss.

- Pojkar och flickor tillsammans på alla idrottslektioner
- Pojkar och flickor tillsammans ibland
- Pojkar och flickor alltid var för sig
- Annat sätt att dela in grupper, t.ex. efter intresse eller vilken aktivitet man ska ha

7. Hur viktigt tycker du att idrottsämnet är jämfört med de andra ämnena i skolan? Sätt bara ett kryss.

- Viktigare än övriga ämnen
- Lika viktigt som övriga ämnen
- Mindre viktigt än övriga ämnen

8. Vilket ord förknippar du mest med idrottslektionen? Sätt bara ett kryss.

- Glädje
- Stress
- Oro
- Trygghet
- Utråkad

9. Vilket var ditt senaste betyg i ämnet *idrott och hälsa*? Sätt bara ett kryss.

- Streck
- Icke godkänd
- Godkänd
- Väl godkänd
- Mycket väl godkänd

10. Hur viktigt tror du att din mamma tycker att idrottsämnet är, jämfört med de andra ämnena i skolan? Sätt bara ett kryss.

- Viktigare än de andra ämnena
- Lika viktigt som de andra ämnena
- Mindre viktigt än de andra ämnena
- Vet inte

11. Hur viktigt tror du att din pappa tycker att idrottsämnet är, jämfört med de andra ämnena i skolan? Sätt bara ett kryss.

- Viktigare än de andra ämnena
- Lika viktigt som de andra ämnena
- Mindre viktigt än de andra ämnena
- Vet inte

12. Hur tror du att du klarar av dessa aktiviteter? Sätt ett kryss på varje rad.

	Kan inte alls	Kan lite grann	Kan ganska bra	Kan bra
Bollsport	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gymnastik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Friluftsliv (orientering)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Simning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dans	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Vilken av de här personerna liknar du mest? Sätt bara ett kryss.

- Person A: Rör sig ganska lite.
- Person B: Rör sig en hel del men aldrig så att han/hon blir andfådd och svettig.
- Person C: Rör sig en hel del och blir svettig och andfådd någon gång ibland.
- Person D: Rör sig så att han/hon blir svettig och andfådd flera gånger i veckan.
- Person E: Rör sig så att han/hon blir svettig och andfådd varje dag eller nästan varje dag.

Varför deltagar du på idrottslektionerna?

Instämmer inte alls	instämmer lite	instämmer något	instämmer mycket	instämmer helt		
1	2	3	4	5	6	7

14. För att jag känner glädje när jag breddar min kunskap om saker som jag tycker är roligt

1 2 3 4 5 6 7

15. För att jag blir nöjd när jag klarar svåra saker

1 2 3 4 5 6 7

16. För att jag känner en glädje av att göra spännande saker

1 2 3 4 5 6 7

17. För att det är, enligt min åsikt, ett bra sätt att lära känna varandra i klassen bättre

1 2 3 4 5 6 7

18. För att det är helt nödvändigt om man ska kunna vara i bra form

1 2 3 4 5 6 7

19. För att visa andra hur bra jag är på idrott

1 2 3 4 5 6 7

20. Jag verkar inte kunna uppnå de mål som jag sätter upp för mig själv

1 2 3 4 5 6 7

21. För glädjen jag känner när jag överträffar mina tidigare prestationer

1 2 3 4 5 6 7

22. För att hitta en idrott som jag kan hålla på med när jag blir äldre

1 2 3 4 5 6 7

Instämmer inte alls	instämmer	instämmer	instämmer	instämmer	instämmer	
1	2	lite	något	5	mycket	helt
1	2	3	4	5	6	7

23. För att få betyg så jag kan söka vidare till högre utbildning

1 2 3 4 5 6 7

24. Jag vet inte längre; jag har känslan av att inte kunna lyckas i ämnet

1 2 3 4 5 6 7

25. För att jag skulle må dåligt om jag inte gjorde det

1 2 3 4 5 6 7

26. För att idrott är roligt

1 2 3 4 5 6 7

27. För att jag får lära mig mer saker om idrott

1 2 3 4 5 6 7

28. Förut hade jag bra anledningar att delta men nu börjar jag tvivla

1 2 3 4 5 6 7

29. För att det är en prestige i att vara duktig i idrott

1 2 3 4 5 6 7

30. För att det är ett bra sätt att lära mig många nya saker som kan vara användbara senare i livet

1 2 3 4 5 6 7

31. För glädjen jag känner när jag utövar vissa svåra moment

1 2 3 4 5 6 7

32. För att jag tycker om känslan av att bli totalt uppslukad av en aktivitet

1 2 3 4 5 6 7

Instämmer instämmer instämmer instämmer instämmer
inte alls lite något mycket helt
1 2 3 4 5 6 7

33. För att jag vill bevisa för mig själv att jag kan lyckas i ämnet

1 2 3 4 5 6 7

34. För att jag tycker om att upptäcka nya idrottsaktiviteter

1 2 3 4 5 6 7

35. Ärligt så vet jag inte, det känns som jag slösar min tid

1 2 3 4 5 6 7

36. För att jag ges möjlighet att utveckla andra sidor av mig själv

1 2 3 4 5 6 7

37. För glädjen jag känner när jag lyckas att förbättra något som jag är dålig på

1 2 3 4 5 6 7

38. För glädjen jag känner när jag lär mig saker som jag inte har provat tidigare

1 2 3 4 5 6 7

39. För att människor runt mig tycker att det är viktigt att vara i bra form

1 2 3 4 5 6 7

40. För de starka känslor jag får när jag utövar en idrott jag tycker om

1 2 3 4 5 6 7

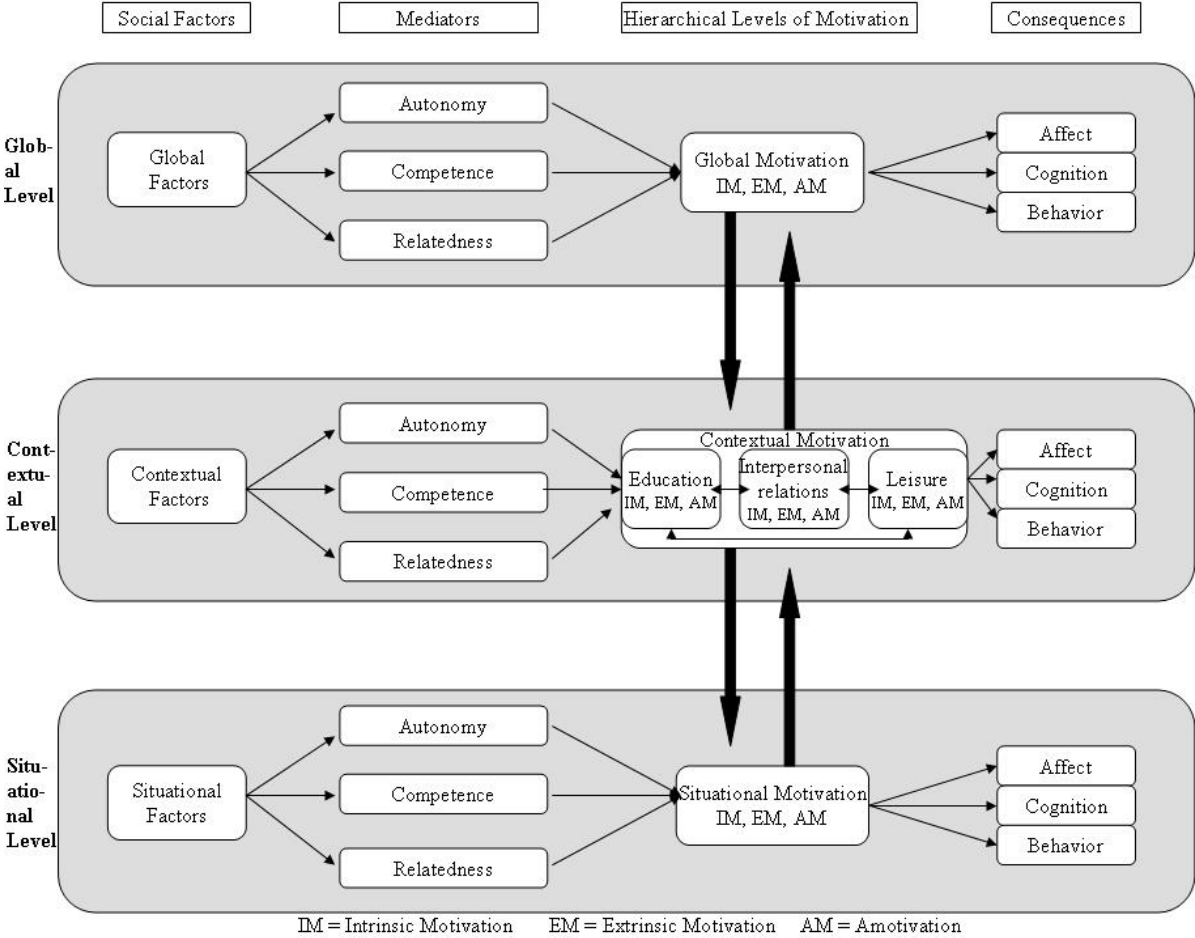
41. För att när jag lyckas i idrotten känner jag mig betydelsefull

1 2 3 4 5 6 7

Tack för att du tog dig tid att medverka i vår studie!

Bilaga 2

VALLERANDS MOTIVATIONSMODELL¹



¹ Vallerand, s. 274.

Bilaga 3

KÄLL- OCH LITTERATURSÖKNING

Våra frågeställningar:

- Hur ser sambandet ut mellan motivation å ena sidan och närvaro, betyg och inställning i idrott och hälsa å andra sidan?
- Finns det någon skillnad i motivationsgrad mellan de olika rankingsgrupperna inom närvaro, betyg och inställning?

VAD?

Ämnesord	Synonymer
<i>Motivation, idrottsundervisning, närvaro, frånvaro, betyg</i>	<i>Attityd</i>

VARFÖR?

Vi har valt att använda dessa ämnesord eftersom vi anser att de är de mest beskrivande och träffande orden som kan få fram relevant material för vår studie.

HUR?

Databas	Söksträng	Antal träffar	Antal relevanta träffar
<i>LIBRIS</i>	<i>Närvaro idrott*</i>	<i>1</i>	<i>0</i>
<i>GIH's databas</i>	<i>motivation undervisning</i>	<i>4</i>	<i>1</i>
<i>GIH's databas</i>	<i>motivation idrott* skol*</i>	<i>11</i>	<i>1</i>
<i>GIH's databas</i>	<i>idrottsundervisning attityd</i>	<i>26</i>	<i>5</i>
<i>Google</i>	<i>motivation idrottsundervisning</i>	<i>455</i>	<i>8</i>
<i>LIBRIS</i>	<i>idrott betyg</i>	<i>45</i>	<i>0</i>

KOMMENTARER:

Flera av de träffar vi fick såväl i GIH's databas som på Google var Examensarbeten inom vårt område. Detta gjorde att vi kunde använda oss av deras litteraturlistor för att hitta bra och relevant forskning inom området. Genom vår sökning fann vi dock inte så mycket bra material.