



SKOLA – IDROTT – HÄLSA

En presentation av SIH-projektet

Barns och ungdomars fysiska aktivitet, fysiska prestationsförmåga och hälsotillstånd är i fokus för detta omfattande och fleråriga forskningsprojekt. Det finns flera väsentliga skäl för ett kunskapsökande inom detta område. Fysisk aktivitet och motorisk träning utgör en viktig del i barns totala utveckling med betydelse inte bara för den motoriska och fysiska utvecklingen utan också för den sociala och personliga. Fysisk aktivitet är dessutom av stor betydelse för barnens aktuella och framtida hälsotillstånd. Idrott tillhör också de mest populära fritidssysselsättningarna och utgör ett viktigt livsinnehåll för många barn och ungdomar. Trots dessa konstateranden kan man påstå att området är förhållandevis utforskat. Detta gäller särskilt forskning där information från skilda vetenskapsdiscipliner samverkar för att skapa en helhetsbild av barns utveckling. Ett sådant angreppssätt har präglat i SIH-projektet.



LARS-MAGNUS
ENGSTRÖM

Detta temanummer av Svensk Idrottsforskning utgör en slags slutrapport av projektet. Begreppet slutrapport gäller dock endast i begränsad mening och avser att utrymme ges för de forskare som medverkat i projektet att vid samma tillfälle kortfattat redovisa sina resultat från de datainsamlingar som ägde rum under 2001 och 2002. I en annan mening kommer projektet förhoppningsvis aldrig att avslutas då själva grundtanken är att insamlad information ska utgöra en plattform och utgångspunkt för jämförelser och fortsatta studier av olika slag. Inte minst gäller det de möjligheter som ges att analysera förändringar över tid för samma åldersgrupper liksom longitudinella studier av de barn och ungdomar som deltog vid första datainsamlings-tillfället.

Vilka projekt ingår?

Projektbenämningen Skola – Idrott – Hälsa (SIH-projektet) innefattar flera kompletterande forskningsprojekt, som har sin utgångspunkt i studien

- (1) *Idrott och hälsa under skolåren*, som i dagligt tal kom att benämnas Skolprojektet 2001. Datainsamlingen genomfördes 2001 och

- utgör en basstudie till vilken hittills ytterligare tre projekt knutits:
- (2) *Fysisk aktivitet i skola och på fritid. Lärandeprocesser i skilda miljöer*,
- (3) *Barns och ungdomars fysiska aktivitet* samt
- (4) *SIH-projektet 2004*.

Det övergripande syftet med studierna är att så fullödigt som möjligt kartlägga villkoren för barns och ungdomars fysiska aktivitet i skola och på fritid, belysa omfattningen av denna aktivitet samt undersöka vilka medicinska, fysiologiska och sociala konsekvenser som olikheter i fysisk aktivitet medför. Av särskild vikt är att studera förändringar över tid och med stigande ålder samt att belysa betydelsen av skilda uppväxtvillkor för omfattning och inriktning av fysisk aktivitet i olika former.

Vilka har medverkat?

Idrottshögskolan i Stockholm finansierade under åren 2000 till 2002 forskningsprojektet *Idrott och hälsa under skolåren*. Lars-Magnus Engström, Lärarhögskolan i Stockholm (LHS) och Idrottshögskolan (IH), var vetenskapligt huvudansvarig tillsammans med Björn Ekblom (IH), Jan Lindroth,



Vid Idrottshögskolan i Stockholm har den omfattande studien skola-idrott-hälsa genomförts, den så kallade SIH-studien som omfattar 2.000 skolelever från hela landet. Foto IH-bildarkiv

Stockholms universitet (SU) och Per Renström, Karolinska institutet (KI). Projektledare var Suzanne Lundvall (IH) och i planeringen och genomförandet av datainsamlingen medverkade Stina Almkvist (KI), Örjan Ekblom (IH), Anna Jansson (KI), Åsa Liljekvist (LHS och IH), Jane Meckbach (IH), Marie Nyberg (IH), Kristjan Oddsson (IH), Björn Sandahl (IH), Gunilla Sundblad (KI), Anna Tidén (IH), och Karen Westerfeld (KI).

År 2002 erhöles forskningsmedel från Vetenskapsrådet för en fortsatt bearbetning av insamlad information samt för en förnyad datainsamling. Detta projekt, *Fysisk aktivitet i skola och på fritid. Lärandeprocesser i skilda miljöer* har till viss del annan projektledning. Lars-Magnus Engström har varit vetenskaplig ledare och ansvarig för den pedagogiska och samhällsvetenskapliga delen medan Per Renström varit ansvarig för det medicinska innehållet. Projektet är ett samverkansprojekt mellan Lärarhögskolan i Stockholm, Idrottshögskolan i Stockholm och Karolinska Institutet. Övriga, som har varit verksamma inom projektet, är Erik Backman (LHS), Anna Jansson (KI), Jane Meckbach (IH), Marie Nyberg (IH), Kristjan Odds-

son (IH), Karin Redelius (IH), Britta Thedin Jakobsson (IH) och Anna Tidén (IH), samtliga delvis finansierade med medel från Vetenskapsrådet samt Örjan Ekblom (KI och IH), Gunilla Sundblad (KI) och Håkan Larsson (LHS) med delfinansiering från andra anslagsgivare.

Vid sidan av dessa projekt erhöles 2001 medel från Centrum för idrottsforskning för en uppföljning av vissa klasser som ingick i Skolprojektet 2001. Projektet *Barns och ungdomars fysiska aktivitet* har letts av Lars-Magnus Engström och projektmedarbetare har varit Håkan Larsson.

Med medel från Centrum för idrottsforskning genomfördes 2004 en fjärde datainsamling, tre år efter den första, som vände sig till samtliga barn och ungdomar som deltog 2001. Tönu Saartok (KI) och Karin Redelius (IH) är vetenskapliga ledare och Gunilla Sundblad (KI) och Örjan Ekblom (IH) är projektledare.

Projektet har tidigare redovisats i rapporter samt i artikel- och föredragsform, vilket senare kommer att framgå av de artiklar som ingår i detta temanummer. Information om projektet ges också fortlöpande på Idrottshögskolans hemsida (www.ihs.se).

Varför genomförs undersökningen?

Samhällsutvecklingen i västvärlden, och inte minst i Sverige, har inneburit att den dagliga fysiska aktiviteten har minskat såväl under arbetet som i hemmet. En sådan utveckling är inte utan problem. Vi behöver i allt mindre utsträckning använda oss av våra kroppskrafter i vårt dagliga liv, men samtidigt måste vi röra oss regelbundet för att må bra. Det fysiologiska och medicinska behovet av kroppsrörelse har inte minskat, men möjligheterna att få detta behov tillgodosett har blivit allt mindre. Detta konstaterande gäller också barn och ungdomar. Barns möjligheter till utelek har begränsats, bl a beroende på den ökade biltrafiken, och förbättrade kommunikationer har inneburit att inte heller barn och ungdomar förflyttar sig med hjälp av "egen maskin" i samma utsträckning som tidigare. Så kallade skärmbundna aktiviteter, som är knutna till TV, video, datorer och dataspel, kan fascinerar många, men ställer inga krav på fysisk ansträngning. Kunskaperna om betydelsen av fysisk aktivitet för god hälsa och livskvalitet ökar, men omsättningen av dessa insikter i praktiken varierar högst avsevärt.

Senare års forskning har påvisat ett



Barns levnadsvillkor har drastiskt förändrats. Skolans idrottsundervisning och den organiserade tävlingsidrotten är nästan de enda tillfällena med fysisk aktivitet. Pressens Bild

starkt samband mellan omfattning av fysisk aktivitet och hälsotillstånd bland vuxna. Fysisk inaktivitet är tydligt relaterad till ökad risk för hjärt- och kärlsjukdom, icke insulinberoende diabetes, benskörhet och vissa cancerformer. På goda grunder kan således konstateras att för mycket stillasittande under ungdomsåren kan få negativa konsekvenser för den framtida hälsan.

Det har med andra ord uppstått en egendomlig paradox; ju säkrare kunskaper vi får om den fysiska aktivitetens hälsomässiga betydelse, desto angelägnare tycks vi vara att minska våra fysiska ansträngningar såväl i hemmet som under arbete. Vi har varit mycket uppfinningsrika med att utveckla teknologin så att vi ska slippa att använda vår muskelkraft. Inte heller har man inom skolans värld kompenserat för denna minskade fysiska aktivitet. Utvecklingen har fram till nu snarare gått åt motsatt håll. Ämnet Idrott och hälsa har, bortsett från en mindre ökning av tiden för grundskolan i mitten av 1990-talet, fått vidkännas en tidsmässig reducering av den obligatoriska tiden. Det finns dock möjligheter för den enskilda skolan liksom för individen att i viss utsträckning välja till ytterligare tid för fysisk aktivitet av något slag. Omfattningen av friluftsvksamhet är också relaterad till den enskilda skolans initiativ. En ny förordning har också tillkommit som påbjuder att man i grundskolan ska

sträva efter att erbjuda eleverna daglig fysisk aktivitet. Mot bakgrund av denna utveckling finns det starka skäl att studera ämnets aktuella utformning, dess framväxt, vilka motiv för förändringar som framförts och vilka maktkamper som förts när det gäller ämnets innehåll och omfattning. En av de mest centrala frågorna inom projektet gäller således ämnets nuvarande omfattning och innehåll samt dess roll i skolans värld. Frågan ska belysas från en historisk horisont samt från såväl elev-, lärar- som skolledarperspektiv.

För många barn är skolans idrottsundervisning deras första och, för vissa, kanske enda erfarenhet av regelbunden fysisk träning. Särskilt för dessa barn blir detta ämne av stor betydelse för inställningen till kroppsövningar av olika slag samt för det aktuella och det framtida hälsotillståndet och välbefinnandet. Ämnet idrott och hälsa ger också kunskaper om hur man ska sköta och träna sin kropp på bästa sätt, samt möjligheter till inläring av olika idrotter och friluftaktiviteter, som långt ifrån alla barn får på annat sätt. Undervisningen i idrott och hälsa är också av central betydelse för individens självbild och lust att delta i lek, idrotts- och motionsaktiviteter under fritid, både som barn och vuxen. Det finns med dessa utgångspunkter en rad mycket väsentliga skäl att rikta fokus mot ämnet idrott och hälsa ur såväl ett pedagogiskt som historiskt

perspektiv.

Då fysisk aktivitet och motorisk träning är en viktig del av barns totala utveckling och av stor medicinsk och social betydelse är det ytterst angeläget att ha goda kunskaper om *barns och ungdomars totala fysiska aktivitet och på vilket sätt de är aktiva*. Den obligatoriska tiden för ämnet kan knappast ur medicinsk och fysiologisk synvinkel ge tillräcklig fysisk träning. Den anslagna tiden räcker till ca två lektioner i veckan där långt ifrån all tid kan disponeras till fysisk träning. Här måste också ges plats för teoretisk undervisning, instruktion, framtagning av materiel, förflyttningar till anläggningar m m. För att få en mer fullständig bild av barns och ungdomars fysiska aktivitet måste, vid sidan av skolans idrottsundervisning, också den fysiska aktivitet som bedrivs på annat sätt under skoldagen, i idrottsföreningar, som fritidssysselsättning, på raster, till och från skolan etc kartläggas.

Det är också av stor betydelse att studera barns och ungdomars *fysiska prestationsförmåga och hälsotillstånd*. Hur många barn är det som har så låg fysisk aktivitet och kapacitet att de befinner sig i eller riskerar att hamna i en hälsomässig riskgrupp? Vilken grovmotorisk förmåga har barn och hur är deras förmåga att utföra enklare motoriska färdigheter? Hur står det till med barnens styrka, rörlighet och kon-



dition? Hur ser barnens fysiska status och hälsostatus ut och hur är denna relaterad till fysisk aktivitet, social bakgrund och livsstil?

SIH-projekten omfattar således skilda forskningsområden och representerar ämnena historia, pedagogik, idrott och medicin (traumatologi och fysiologi). Projektens huvudsyften är att

- beskriva utvecklingen av ämnet idrott och hälsa under senare delen av 1900-talet och början av 2000-talet
- beskriva nuvarande omfattning, innehåll och uppläggning av ämnet idrott och hälsa
- belysa vilka lärprocesser som äger rum inom detta ämne
- belysa hur barn uppfattar den egna kroppen och förmågan
- beskriva omfattningen och inriktningen av barns och ungdomars totala fysiska aktivitet
- relatera denna omfattning och inriktning till skolans idrottsundervisning samt till olika omgivnings- och bakgrundsfaktorer
- studera förändringar i barns och ungdomars aktivitetsmönster samt analysera orsaker till eventuella förändringar
- kartlägga barns och ungdomars motoriska kapacitet, fysiska prestationsförmåga och hälsotillstånd i några väsentliga avseenden
- analysera sambanden mellan fysisk aktivitet, fysisk kapacitet, motorisk förmåga och hälsotillstånd.

Hur har datainsamlingen gått till?

Projektet *Idrott och hälsa under skolåren* omfattade inledningsvis ca 2000 elever i skolår 3, 6 och 9 från 48 slumpmässigt utvalda skolor från hela Sverige. Datainsamlingen genomfördes 2001. Avsikten var att få ett representativt urval av ca 2000 barn i nämnda årskurser. Barnens ålder var mellan 9 till 10, 12 till 13 och 15 till 16 år vid undersökningstillfället. Urvalet fick som väntat till resultat att skolor från skilda delar av landet, såväl från Norrbotten som från Skåne, medverkade. Genom det slumpmässiga urvalsförfarandet kom de mest tätbebyggda områdena, som Stockholm, Göteborg och Malmö, att bli mest representerade. Endast ett fåtal skolor avböjde medverkan. Sammantaget deltog 48 skolor, 79 klasser och 1976 barn i skolår 3, 6 och 9. De 75 lärare som undervisade de aktuella klasserna i idrott fick besvara ett frågeformulär. 16 av dessa intervjuades om sin syn på ämnet och dess

utveckling. Totalt deltog 968 flickor och 1008 pojkar, dvs. 1976 barn av totalt 2249. Bortfallet var störst i år 9. Sammantaget deltog 87 procent av flickorna och 89 procent av pojkarna i alla eller i något av testen, dvs. 88 procent av hela urvalet. Bortfallet uppgick således till 12 procent.

Syftet med den andra delstudien, *”Fysisk aktivitet i skola och på fritid. Lärandeprocesser i skilda miljöer”* var dels att belysa hur olikheter i barns fysiska aktivitet avspeglades i motorisk förmåga och hälsotillstånd, dels att analysera skolans, närmiljöns och levnadsvillkorens betydelse. Vidare var ett viktigt syfte att studera hur barnen förändrat sina vanor från vårterminen i år 6 till höstterminen i år 8. För att möjliggöra sådana analyser valdes de fem skolor som hade de mest, respektive de sex skolor som hade de minst, fysiskt aktiva eleverna i åk 6 i basmaterialet ut. Då datainsamlingen genomfördes ungefär 1,5 år efter den första datainsamlingen, dvs i oktober/november 2002, gick de elever som tidigare deltagit nu i år 8. Vissa elever hade nu bytt skola medan andra gick kvar i samma skola. Oavsett detta genomfördes parallellt en datainsamling av elever i år 6 i de skolor där år 8-eleverna hade gått 1,5 år tidigare. Syftet med denna datainsamling var att möjliggöra en analys av miljöns och levnadsvillkorens betydelse för den fysiska aktiviteten. Var de elever, som gick i de skolor som år 8-eleverna kom ifrån, lika aktiva som sina äldre kamrater? I samtliga skolor deltog eleverna, de lärare som undervisade i idrott och hälsa samt skolledarna. Dessutom intervjuades en fysiskt aktiv, och en fysiskt inaktiv, pojke respektive flicka i varje klass.

Förutom användning av frågeformulär, med övervägande samma frågor som i basstudien samt ett nedkortat frågeformulär om medicinska uppgifter, genomfördes också samma motoriska test som i basstudien. Dessutom genomfördes några av de fysiologiska och medicinska test som tidigare använts. Vidare intervjuades ett antal lärare om sin syn på ämnets innehåll och mål. Till detta kom också tre nya former av informationsinsamling; miljöobservationer, frågeformulär till föräldrarna samt intervjuer av elever och skolledare. Totalt deltog 224 flickor och pojkar av de 241 som deltagit i studien ett och ett halvt år tidigare och fortfarande gick kvar i samma klass. Bortfallet uppgick således till sju procent. Samtliga föräldrar till flickor och pojkar i år 8 erhöll ett frågefor-

mulär med frågor om barnens fysiska aktivitet och hälsa samt frågor om den egna fysiska aktiviteten och utbildningsnivån. Av 239 enkäter utskickade till de föräldrar som hade barn som fortfarande gick i den aktuella klassen så svarade 187, dvs 78 procent. Bortfallet uppgick till 22 procent. Till detta kommer att 40 barn intervjuades, 10 flickor och 10 pojkar med låg fysisk aktivitet samt 10 flickor och 10 pojkar med hög aktivitet.

17 lärare som undervisade den aktuella klassen i ämnet idrott intervjuades om sin syn på ämnet, dess innehåll, förändringar och villkor. Vidare intervjuades 18 skolledare, där frågorna bl a rörde ledningens syn på ämnets betydelse, upptagningsområdets beskaffenhet, om barnen cyklade till skolan etc.

Ett viktigt inslag i denna undersökning var att studera skolmiljön, vilket genomfördes med hjälp av ett observationsschema. Kvaliteten på idrottslokaler och idrottsutrustningen samt skolgårdarnas och närmiljöns lämplighet för idrott och utelek bedömdes var för sig i en femgradig skala.

För att möjliggöra en analys av den totala miljöns betydelse, samt eventuella förändringar över tid, kontaktdes en klass i år 6 från de skolor från vilka de ovan deltagande eleverna i år 8 kom. Eleverna fick besvara samma frågeformulär som eleverna i år 8. 155 flickor och 170 pojkar besvarade ett frågeformulär. Bortfallet uppgick till 18 procent. Sex lärare i ämnet idrott och hälsa intervjuades.

Den tredje studien, *Barns och ungdomars fysiska aktivitet*, genomfördes också 2002 men riktades mot skolår 5 och de tre klasser som tillhörde de mest fysiskt aktiva respektive de klasser som tillhörde de minst fysiskt aktiva ett och ett halvt år tidigare i skolår 3. Syftet sammanföll till vissa delar med den studie som riktade sig till år 8, nämligen att belysa olikheter i barns fysiska aktivitet mot bakgrund av skolans undervisning i ämnet idrott och hälsa, närmiljö och levnadsvillkor. Vidare var ett viktigt syfte att studera de förändringar i fysisk aktivitet som ägt rum sedan barnen gick i år 3. För att renodla en sådan analys valdes de tre skolor som hade de mest, respektive de tre skolor som hade de minst, fysiskt aktiva eleverna i åk 3 i basmaterialet ut. I denna studie använde vi oss av frågeformulär till lärare och elever samt av intervjuer av barn, lärare och skolledare.

Bortfallet uppgick till ca 15



procent. Av de 59 flickor som deltog tillhörde 27 en lågaktiv klass och 32 en högaktiv. Bland de 63 pojkarna tillhörde 26 en lågaktiv klass och 37 en högaktiv. Vidare intervjuades 11 flickor och 10 pojkar med förhållandevis låg fysisk aktivitet samt 7 flickor och 12 pojkar med förhållandevis hög aktivitet. Sju lärare som undervisade den aktuella klassen i ämnet idrott intervjuades liksom också fyra skolledare. Intervjuerna hade samma innehåll och syfte som i ovanstående studie. Även i denna studie genomfördes miljöobservationer.

I den pågående fjärde studien, *SIH-projektet 2004*, skickades brevlades ett frågeformulär ut till de barn och ungdomar som deltog 2001, ganska exakt tre år senare. Formuläret innehöll frågor om fritidsvanor, och då särskilt sådan som har inslag av fysisk aktivitet, samt frågor om hälsotillstånd och skador. Till detta kom också vissa fysiologiska test och test av ledrlighet hos ett antal ungdomar i 18-19 årsåldern. Bearbetningen av data pågår och preliminära uppgifter säger att ca 70 procent av ungdomarna har besvarat formuläret. Ett viktigt syfte med studien är att i ett treårigt perspektiv studera förändringar i vanor, fysisk förmåga och hälsotillstånd hos den ursprungliga gruppen på nära 2000 individer.

Vad ingår i detta temanummer?

I nästföljande artikel *Barns och ungdomars idrottsvanor i förändring* av Lars-Magnus Engström ges en belysning av barns och ungdomars idrottsliga engagemang, hur fysiskt aktiva de är och vilka det är som tillhör de minst aktiva. Ett huvudfråga är att försöka besvara vilka förändringar som har ägt rum över tid för samma åldergrupp och med stigande ålder.

Ett angeläget syfte har varit att försöka kartlägga barns och ungdomars fysiska aktivitet. Denna till synes enkla uppgift visar sig erbjuda många svårigheter. Fysiskt aktiv kan barn vara på många sätt; genom att cykla till skolan, genom att delta i skolans undervisning i ämnet idrott och hälsa, genom att leka ute på skolgården på rasterna, genom att ägna sig åt utomhuslek eller idrottsliga aktiviteter i förening eller utanför förening m m. Uppgiften har inte bara gällt att belysa den tidsmässiga omfattningen av fysisk aktivitet utan också med vilken regelbundenhet och intensitet aktiviteterna bedrivits. Till detta kommer att vi dessutom har haft ambitionen att beskriva formerna

för den fysiska aktiviteten, t ex om den bedrivs i en förenings regi eller inte, vilken typ av aktiviteter som är mest frekventa samt vilka som ägnar sig åt vad.

För att i någon mån komma till rätta med denna problematik har ett antal frågor ställts som rör fysisk aktivitet inom skolans värld och under fritid. Frågorna har berört följande områden: (1) ansträngning under lektionstid i ämnet idrott och hälsa, (2) deltagande i idrott, sport, friluftsliv eller dans under fritid där det finns en ledare med (här finns frågor om både aktivitetsform och omfattning), (3) träning under fritid utan ledare (även här finns frågor om både aktivitetsform och omfattning), (4) hur mycket man rör sig på rasterna, (5) hur lång tid man cyklar eller går till och från skolan, (6) om man cyklar eller går till fritidsaktiviteterna samt (7) om man cyklar eller går till kompisarna. Härigenom kunde vi skapa ett aktivitetsindex (index 1). Aktiv på idrottslektionerna gav maximalt 2 poäng, idrottsligt aktiv i förening 6 poäng, idrottsligt aktiv utanför förening 3 poäng och cykling och gång gav maximalt 4 poäng. Till detta fogades också en fråga om vilken av följande fem personer man liknade mest. Som framgår gick skalan från en person som rörde sig ganska lite till en som blev svettig och andfädd varje eller nästa varje dag.

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

Med hjälp av ovanstående sammanlagda information kan vi bilda oss en god uppfattning om barnens och ungdomarnas totala fysiska aktivitet och tillskapa ytterligare ett aktivitetsindex (index 2) som byggde dels på omfattningen av fysisk aktivitet (index 1) och dels på intensiteten (uttryckt i ovannämnda skala från 1 till 5). Båda måtten gavs samma vikt vid sammanlagningen av poäng. Detta index 2 har sedan validerats mot fysisk förmåga i olika avseenden och därvid funnits vara mer utslagsgivande än index 1.

Det ska dock sägas att särskilt de yngre barnen kanske inte ger en rättvisande bild av sin fysiska aktivitet då lekar och annan spontan kroppsrörelse lätt kan glömmas bort i redovisningen. Någon exakt mätning av den fysiska aktiviteten kan därför svårligen åstadkommas med hjälp av frågeformulär och intervjuer. En välgrundad skattning är så långt man kan komma. Att genomförda reliabilitetstestningar visar på hög överensstämmelse i uppgiftslämnandet samt att den skiljaktiga validiteten, d v s sambandet mellan enskilda frågor i formuläret, är hög pekar på att frågorna ger en acceptabel bild av läget.

Det andra temat i redovisningen av *SIH-projektet* rör ämnet idrott och hälsa i skolan. För vissa barn är skolans undervisning i idrott hälsa deras första och kanske enda erfarenhet av regelbunden fysisk träning. Därmed kan ämnet bli av avgörande betydelse för många barns aktuella men också framtida hälsotillstånd och välbefinnande. Idrottsundervisningen är också av central betydelse för barns självbild och lust att delta i lek, idrotts- och motionsaktiviteter under fritid och i framtiden. Det finns således en rad mycket väsentliga skäl att från ett pedagogiskt perspektiv rikta ljuset mot ämnet idrott och hälsa. De frågor som med dessa utgångspunkter är särskilt viktiga att besvara rör dels implementeringen av den senaste läroplanen i ämnet idrott och hälsa i grundskolan (Lpo 94), dels hur undervisningen är utformad, hur eleverna upplever denna och vilket kunskapsinnehåll som förmedlas. Vilka variationer finns beträffande undervisningens omfattning och innehåll och vilka uppfattningar finns representerade bland lärare och elever beträffande detta innehåll?

Björn Sandahl inleder temat med att redovisa och diskutera läroplansreformerna Lgr 62, Lgr 69, Lgr 80 och Lpo 94 och hur dessa har mottagits av olika intressenter i samhället, främst lärarkåren och idrottsrörelsen. Titeln på hans bidrag är *Tystnad, samtycke eller protest*. **Suzanne Lundvall** och **Jane Meckbach** fortsätter i sin gemensamma artikel *Fritt, roligt och omväxlande* med att redogöra för vilka lärarna är i ämnet, vad de har för bakgrund, hur de ser på sin roll och hur de framställer sin undervisnings innehåll och mål. **Jane Meckbach** fortsätter sedan i sin artikel *Ett ämne i förändring* att analysera lärarnas utsagor om sina arbetsuppgifter, vad som är viktig kunskap i ämnet och hur man ser på



Lars-Magnus Engström (liggande) har varit drivande inom denna studie. Här omgiven av de många medarbetarna i projektet. Foto Artur Forsberg

samundervisning. Har ämnets innehåll förändrats med Lpo 94? **Britta Thedin Jakobsson** berör i sin artikel ett speciellt innehåll i ämnet, nämligen hälsodelen. Titeln på hennes bidrag är *Hälsa - vad är det i ämnet idrott och hälsa?* Hon inleder med begreppsdefinitioner och rapporterar sedan lärarnas uttalanden om ämnets innehåll och mål och reflekterar sedan över vilken innebörd lärarna ger begreppet hälsa.

I de två följande artiklarna diskuteras ämnets innehåll och mening ur ett elevperspektiv. **Håkan Larsson** tar i sin artikel *Idrott och hälsa - vad är det?* upp frågan vad ämnet är och innehåller sett genom elevernas ögon. Vad är ämnets mening enligt elevernas uppfattning?

Karin Redelius ser också på ämnet ur elevernas synvinkel. I sitt bidrag *Vilka är vinnare och förlorare i ämnet idrott och hälsa?* uppmärksammar hon särskilt de barn som har en negativ inställning till ämnet. Vilka är dessa barn och varför är de negativa?

Erik Backman skärskådar elevernas erfarenheter av friluftsliv i skola och på fritid i artikeln *Utöver ungdomar friluftsliv?* Efter att ha diskuterat begreppet friluftsliv undersöker han elevernas erfarenheter av olika friluftaktiviteter och belyser också vilka ungdomar som ägnar sig åt denna verksamhet. Under detta tema, som berör både skola och fritid, behandlas också skolans simundervisning och färdigheter i simning i en artikel av **Eva Kraepelien-Strid** med

titeln *Simma eller försvinna.*

Marie Nyberg och **Anna Tidén** redovisar i sitt bidrag *Att kunna - en förutsättning för att vilja?* barns motoriska färdigheter som de framträder i ett test som de själva har konstruerat. Testet mäter motoriska grundformer, eller annorlunda uttryckt allsidig rörelsekompetens. Det är således inte fråga om prestationsförmåga utan om funktionell rörelsekompetens. En annan studie som knyter an till detta kunskapsområde skärskådas barnens balansförmåga. I artikeln *Bra eller dålig balans - vad är det vi mäter?* diskuterar **Kristjan Oddsson** balansbegreppet samt redovisar barnens balansförmåga i relation till kroppsvikt och omfattning av fysisk aktivitet.

I en artikel, med fysiologiska förtecknen, redovisar **Örjan Eklom**, som framgår av titeln, *Fysisk prestationsförmåga och förekomst av övervikt hos svenska skolbarn* hur många barn och ungdomar som kan anses vara överviktiga eller feta. Han belyser också deras fysiska prestationsförmåga i några väsentliga avseenden. Uppgifterna får sitt särskilda värde genom att jämförelser kan göras med information som hämtats från en tidigare studie från 1987.

I den näst sista artikeln *Det gör ont* redovisar **Gunilla Sundblad** barnens och ungdomarnas upplevda (o)hälsa, särskilt den psykiska, samt förekomst av skador och värk. Bl a rapporteras antalet som skadar sig under fysisk aktivitet

och i vilket sammanhang skadan sker.

I temanumrets sista bidrag *Ämnet idrott och hälsa, SIH-studien och folkhälsan* sammanfattar **Suzanne Lundvall** flera av SIH-studiens resultat och relaterar dessa till resultat från genomförda studier av interventionskaraktär och de konklusioner man där gjort beträffande möjligheter att påverka barns aktivitetsmönster och prestationsförmåga. Hon avslutar med att peka på vilka områden som fortsättningsvis bör beforskas.

Vad händer i fortsättningen?

Varje forskningsområde i projektet har givetvis ett egenvärde t ex att genomlyska skolämnet idrott och hälsa, i vilken omfattning barn och ungdomar är fysiskt aktiva, hur många som är överviktiga, vilken motoriska förmåga de har etc. Men det är först när informationen från dessa olika områden kombineras, som många viktiga frågorna kan besvaras. Vilka samband finns mellan fysisk aktivitet, fysisk kapacitet och hälsa? Än mer intressant blir det att studera dessa parametrar och samband med stigande ålder och över tid. Vad händer med de barn och ungdomar som är stillasittande under en lång följd av år och vilken utveckling går de fysiskt aktiva barnen till mötes? Vilka är dessa barn och ungdomar som är fysiskt inaktiva respektive fysiskt aktiva? Vilken utveckling sker över tid när det gäller ämnet idrott och hälsa samt annan fysisk aktivitet i, och i närheten av, skolan? Förändras barns och ungdomars aktivitetsmönster? Blir andelen fysiskt inaktiva barn och ungdomar fler? Förändras deras motoriska och fysiska prestationsförmåga? Ökar andelen överviktiga barn? Exempelen på frågor kan mångfaldigas.

Mängden data som redan insamlats är, som framgått av denna rapport, enorm. Och än större kommer den att bli. Det finns i dagsläget flera publicerade arbeten från projektet och ett stort antal artiklar och rapporter kommer att ges ut under de närmaste åren. Flera doktorsavhandlingar kommer också att läggas fram. Med all säkerhet kommer projektet också väcka internationell uppmärksamhet. Redan nu har ett tiotal presentationer genomförts vid internationella konferenser och flera artiklar har publicerats i internationella tidskrifter. Den som vill få fortlöpan information om resultat, publikationer m m hänvisas till referensförteckningen i slutet av varje artikel samt till Idrottshögskolans hemsida www.ihs.se.