

# *Hälsa – vad är det i ämnet idrott och hälsa?*

**En studie av lärares tal om ämnet idrott och hälsa**

Britta Thedin Jakobsson



Idrottshögskolan i Stockholm

Rapport nr 4 i serien *Skola-Idrott-Hälsa*



# *Hälsa – vad är det i ämnet idrott och hälsa?*

**En studie av lärares tal om ämnet idrott och hälsa**

Britta Thedin Jakobsson

Rapport nr 4 i serien *Skola-Idrott-Hälsa*  
Januari 2005  
ISSN 1652-2869



# Innehållsförteckning

Sid.

Förord .....	7
1. Inledning.....	9
2. Bakgrund och tidigare forskning.....	11
2.1 Hälsa i samhället .....	11
2.2 Barns möjlighet till fysisk aktivitet i skolan och på fritiden.....	12
2.3 Intresse för kropp och hälsa .....	13
2.4 Skolan som funktion eller instrument? .....	13
2.5 Ämnet idrott och hälsa – en tillbakablick .....	14
2.6 Tidigare forskning.....	16
3. Teoretisk utgångspunkt .....	19
3.1. Begreppet hälsa.....	19
3.2. Läroplansteori .....	24
4. Syfte och frågeställning.....	29
5. Metod och urval .....	30
6. Resultat och analys.....	32
6.1 Ämnets mål och innehåll enligt lärarna .....	32
”Det ska vara roligt” .....	32
”Det ska vara lekfullt” .....	35
”Det ska vara nyttigt nu och i framtiden” .....	38
Att anstränga kroppen.....	40
Att fungera i grupp och behärska sina handlingar.....	43
6.2 Hälsa – vad är det i ämnet idrott och hälsa? .....	45
Lärares syn på vad hälsa innebär och hur de arbetar med hälsa .....	45
6.3 Lärarnas syn på ämnets villkor .....	48
”Idrott och hälsa är något annat än den fria tidens idrott” .....	48
Ramfaktorernas betydelse.....	51
Betygsättning – ”Alla kan få g men vilka kan få vg och mvg?” .....	54
7. Avslutande diskussion.....	58
7.1 Hälsa i ämnet idrott och hälsa, vad är det? .....	58
7.2 Fysiologisk och medicinsk hälsa .....	59
7.3 Psykisk och social hälsa.....	60
7.4 Vad är kunskap i ämnet?.....	64
7.5 Fortsatt forskning .....	68
8. Litteraturförteckning .....	69
9. Bilaga .....	74



## Förord

Denna uppsats är en del i ett större forskningsprojekt *Skola – Idrott – Hälsa 2001 Idrott och hälsa under skolåren* och *Skola – Idrott – Hälsa 2002 Fysisk aktivitet i skolan och på fritiden, Lärprocesser i skilda miljöer* och *Barns och ungdomars fysiska aktivitet*. Detta forskningsprojekt har varit ett samarbetsprojekt mellan Idrottshögskolan i Stockholm, Lärarhögskolan i Stockholm samt Karolinska Institutet med Lars-Magnus Engström som vetenskaplig ledare.

Jag vill rikta ett varmt tack till Lars-Magnus Engström som givit mig möjligheten att delta i projektet och också på ett kunnigt, engagerat och vänligt sätt handlett mig i denna uppsats.

Dessutom vill jag tacka alla kollegor som deltagit i SIH-projektet samt medlemmar i ”Forskningsgruppen för pedagogik, idrott och fritidskultur” vid institutionen för samhälle, kultur och lärande på Lärarhögskolan i Stockholm som har läst arbetet och kommit med konstruktiva synpunkter.

Ni är många kollegor vid Idrottshögskolan i Stockholm som har uppmuntrat mig i mitt arbete. Ett stort tack till er alla.

Utan min ”stora” familjs (mamma, pappa, Ingrid, Claes, Gustaf, Tove, Netan, Johan, Frederik, Emma, Bengt och alla ni andra på Tjörn, i Stockholm och i Småland.....) mentala stöd och konstruktiva frågor om mitt arbete ”hade jag säker gått vilse i den akademiska världens irrgångar. Tack för alla intressanta diskussioner som inte handlar om idrott och hälsa!

Det har tagit längre tid att slutföra min uppsats än vad jag hade önskat och förmodligen hade det gått fortare om jag inte hade haft min ”lilla” familj. Å andra sidan hade inte livet varit lika meningsfullt utan er. Tack Roger, Viktor och Hanna för att ni gör livet roligt och värt att leva.

Britta Thedin Jakobsson  
Enebyberg den 28 maj 2004





# 1. Inledning

1994 kom en ny läroplan som innebar flera förändringar av skolans organisation, styrning och undervisningsinnehåll. Ämnet idrott och hälsa fick sitt nuvarande namn, och också till viss del nytt innehåll och ny inriktning. Hälsa betonades allt mer och målen för undervisningen förändrades. Ordet hälsa har även förekommit i läroplanstexter tidigare men då främst i samband med hygien och ergonomi.<sup>1</sup> Idag har ämnet en holistisk inriktning där sambandet mellan livsstil, livsmiljö och livskvalitet framhålls liksom att eleverna ska lära sig att i framtiden kunna ta hand om sin egen hälsa. Kan dessa förändringar av skolans styrdokument spåras i lärarnas tal om sin undervisning? Har exempelvis hälsobegreppets utvidgning i läroplanstexten fått någon betydelse för undervisningen? Nedan följer ett utdrag från Lpo 94 och kursplanen i idrott och hälsa, där ämnets syfte och roll i utbildningen behandlas och där begreppet hälsa förekommer flera gånger.<sup>2</sup>

## *Ämnets syfte och roll i utbildningen*

[...] Ämnet idrott och hälsa syftar till att utveckla elevernas fysiska, psykiska och sociala förmåga samt ge kunskaper om den egna livsstilens betydelse för hälsan.

## *Mål att sträva mot*

Skolan skall i sin undervisning i idrott och hälsa sträva efter att eleven

- utvecklar sin fysiska, psykiska och sociala förmåga samt utvecklar en positiv självbild,
- utvecklar kunskap om vad som främjar hälsa,
- utvecklar en god kroppsuppfattning och kunskaper som gör det möjligt att se, välja och värdera olika former av rörelse ur ett hälsoperspektiv,
- stimuleras till ett bestående intresse för regelbunden fysisk aktivitet och tar ett ansvar för sin hälsa,
- utvecklar och fördjupar sin rörelseförmåga och lust att röra sig samt stimuleras att ge uttryck för fantasi, känslor och gemenskap,
- utvecklar förmågan att leka, motionera och idrotta på egen hand och tillsammans med andra,
- utvecklar kunskaper att kritiskt bemöta missförhållanden som kan förekomma i samband med olika typer av fysiska aktiviteter samt ges förutsättningar till ett personligt ställningstagande i idrotts- och hälsifrågor,
- utvecklar förmågan att organisera och leda aktiviteter,

I texten återkommer som synes begreppet hälsa åtskilliga gånger (min understrykning) utan att det tydligt definieras vad begreppet innebär eller vad det ska innehålla. Hälsa nämns på flera ställen utan att det egentligen finns någon enhetlig syn på begreppet. Vad ordet hälsa verkligen innebär är således inte konkret framskrivet. Det framgår inte heller hur man ska undervisa i hälsa.

Vi vet idag att lärare som undervisar i idrott och hälsa har en bred målsättning med sitt ämne där bland annat vikten av att ge rekreation, skapa rörelseglädje och att ha roligt genom fysisk aktivitet betonas. Vi vet också att bollspel och bollekar är vanligt förekommande aktiviteter och att ämnet är ett av de populäraste i skolan.<sup>3</sup> Om det föreligger något samband mellan, å

<sup>1</sup> Se exempelvis *Läroplan för grundskolan. Lgr 80*, där en rubrik heter *Hälsa, hygien och ergonomi*, s. 91. Skolöverstyrelsen. Liber. 1980.

<sup>2</sup> Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklasser och fritidshemmen. Skolverket. 1994. <http://www.skolverket.se/kursplaner/grundskolan/amne>

<sup>3</sup> Se vidare Eriksson, C.; Gustavsson, K.; Johansson, T.; Mustell, J.; Quennerstedt, M.; Rudsberg, K.; Sundberg, M.; Svensson, L.: (2003) *Skolämnet idrott och hälsa i Sverige – en utvärdering av läget hösten 2002*. Örebro universitet: Institutionen för idrott och hälsa. Lundvall, S.; Meckbach, J.; Thedin Jakobsson, B.: *Lärares syn på ämnet idrott och hälsa. Ett ämne i förändring? Svensk idrottsforskning nr 3 2002*. s.17-20. Mattsson, L. (1993) *Den nationella utvärderingen av grundskolan: idrott huvudrapport*. Skolverkets rapport nr 25. Stockholm: Liber.

ena sidan att ha roligt och bedriva mycket bollaktiviteter, och å andra sidan främjandet av hälsa kan däremot diskuteras.

Ämnet idrott och hälsa är emellertid relativt utforskat vad det gäller mål och innehåll. Det gäller inte minst didaktiska studier som har undervisningsprocessen i fokus. Syftet med denna studie är därför att belysa hur lärarna uppfattar ämnets mål och innehåll, och då särskilt hur de uppfattar begreppet hälsa. Följande frågeställningar kommer att belysas: **Vad** är lärarnas uppfattning om mål och innehåll i allmänhet rörande ämnet och vad det gäller begreppet hälsa i synnerhet? **Hur** talar lärarna om hälsa i ämnet idrott och hälsa? Avslutningsvis förs en diskussion om **varför** lärarna definierar hälsa på detta vis och **varför** hälsodelen tar sig sådana uttryck i ämnet.

Människans kropp, hälsa och utseende har rönt intresse i alla tider men hur kommer det sig att just hälsa och livsstil kommit att betonas i våra dagars styrdokument för ämnet? Är det så att individen kommit att få ett allt större ansvar för sin hälsa, och att detta förhållningssätt ska förmedlas tidigt till barn och ungdomar genom skolans undervisning? Eller finns det andra intentioner och förklaringar? Eftersom begreppet hälsa har fått ett stort utrymme i nuvarande läroplan – utan att tydligt definieras – kommer jag att redogöra för några möjliga tolkningar av hälsa i kapitel tre. Läroplansteori kommer dessutom att användas för att belysa lärarnas tal om mål och innehåll i ämnet samt visa på en del av de villkor under vilket ämnet bedrivs. I följande kapitel ges en bakgrund till aktuella förändringar i ämnets utformning, samt en redogörelse för forskning inom området.

## 2. Bakgrund och tidigare forskning

### 2.1 Hälsa i samhället

Vilka förklaringar kan tänkas finnas till de förändringar som har skett i läroplanstexten där hälsa och livsstil betonas i stor utsträckning? Studier visar att allt fler lever ett allt för stillasittande liv och att andelen överviktiga ökar liksom antalet sjukpensioneringar. Allt färre ska försörja allt fler äldre personer. Under 1990-talet har barns och ungdomars hälsa haft en mer negativ utveckling än bland befolkningen i övrigt.<sup>4</sup> I Folkhälsorapporten 2001 konstateras att:

”... hälsoutvecklingen är fördelaktig för den del av befolkningen som är 45 år eller äldre än för yngre vuxna. Barn och ungdomar i Sverige har under lång tid haft en mycket gynnsam hälsoutveckling men även beträffande dem finns oroande tecken.”<sup>5</sup>

Vi botar fler sjukdomar idag och lever längre; bl.a. har spädbarnsdödligheten minskat, vilket betraktas som ett tecken på en positiv utveckling av folkhälsan. Samtidigt ökar bruket av alkohol och droger bland ungdomar liksom bruket av psykofarmaka. Vi har även kunskap om att det är skillnader i hälsa mellan samhällsklasser, mellan olika etniska grupper, mellan kvinnor och män och mellan människor från olika boendemiljöer.<sup>6</sup> Exempelvis lever en man i Danderyd 8,5 år längre än en man i Arjeplog. Vi vet också att det är socialt betingade skillnader mellan förekomsten av övervikt och fysisk inaktivitet. Mycket talar för att en stor del av ojämlikheten uppstår redan under barn- och ungdomsåren.<sup>7</sup>

I det svenska samhället finns en tradition att genom hälsoupplýsning verka för att förbättra människors hälsa. Hälsoupplýsningen ger därmed en bild av samtidens hälsoideal.<sup>8</sup> Socialstyrelsen skriver varningstexter på cigarettpaketerna om rökningens skadeverkningar, vilket kan uppfattas som att du är en ”dålig” människa om du röker och i många familjer betraktas det nästan som ”synd” att äta godis på andra dagar än på lördagar. I vårt land har olika myndigheter och institutioner, exempelvis Statens folkhälsoinstitut (FHI), uppdrag att arbeta för att förbättra hälsan på olika sätt för medborgarna. Genom socialförsäkringssystemet har det utgått ersättning från staten vid sjukdom. Fortfarande bygger samhället på att du ska få hjälp om du är sjuk men nu ska arbetsgivaren betala en större ersättning än tidigare. Karensdagar har införts och ersättningen vid sjukdom har sänkts under 1990-talet. Sjukersättningen och sjukvården kostar samhället stora belopp. Det ligger därför i statens intresse att nedbringa dessa kostnader och att förbättra hälsotillståndet. Att vända sig till barn och ungdomar i skolan blir därmed logiskt. Ett allt större ansvar för hälsan läggs nu på individen vilket, tillsammans med ovanstående resonemang, kan vara en förklaring till varför läroplanstexten omfattar mål som är inriktade på hälsa och ska leda till en hälsosam livsstil, liksom att barn och ungdomar redan tidigt ska skolas in i att ta ansvar för sin hälsa.

Socialdepartementet har formulerat ett övergripande nationellt folkhälsomål: – *Att skapa samhälleliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen.*<sup>9</sup> Statens folkhälsoinstitut har i uppdrag att stödja och samordna myndigheter (kommuner och landsting) i detta folkhälsouppdrag. De nationella folkhälsomålen ska omfatta hela Sveriges befolkning.

<sup>4</sup> Folkhälsorapporten 2001. Socialstyrelsen

<sup>5</sup> Ibid. s. 11

<sup>6</sup> [www.folkhalsoinstitutet.se](http://www.folkhalsoinstitutet.se)

<sup>7</sup> Engström, L-M. (1999): *Idrott som social markör*. Stockholm. HLS Förlag.

<sup>8</sup> Se vidare Johannisson, K. (1997): *Kroppens tunna skal: Sex essäer om kropp, historia och kultur*. Stockholm. Nordstedt. Palmblad, E. & Eriksson, B. (1995): *Kropp och politik*. Stockholm. Carlsson.

<sup>9</sup> <http://www.social.regeringen.se>

Ett sätt att förverkliga dessa mål kan vara att i läroplanen exempelvis betona hälsa, för att på så sätt redan i skolan påverka barn och ungdomar till en livsstil som befrämjar hälsan.

## **2.2 Barns möjlighet till fysisk aktivitet i skolan och på fritiden**

En institution som alla i Sverige möter är skolan. Mot bakgrund av det ökade intresset för kropp och hälsa blir det därför angeläget att närmare granska vad barn och ungdomar möter i ämnet idrott och hälsa där dessa frågor står i fokus. Skoltiden sträcker sig över många år. Idag omfattas även barnomsorg, förskola och fritidsverksamhet av läroplanen.<sup>10</sup> Barn och ungdomar tillbringar dessutom lång tid varje dag i skolan. Skoltiden har också förlängts så till vida att många barn tillbringar sina första år i barnomsorgen för att därefter börja skolan när de är sex år och avsluta sin skolgång när de är 19 år.

Skoltiden är till stor del inriktad på teoretiska kunskaper där mycket tid tillbringas sittande, många gånger i möbler och utrusning som inte är anpassade för barns behov och kroppar. Behovet av fysisk aktivitet tillgodoses heller inte alltid av inbjudande skolgårdar med fantasi- fulla lekredskap. Att ta sig till skolan kan dessutom vara förenat med livsfara p.g.a. hårt trafikerade vägar. Dessutom innebär det ofta en tidsvinst att skjutsa sina barn för dagens stressade barnfamiljer. Många barn är dock engagerade i idrottsrörelsen på sin fritid.<sup>11</sup> Där får de tillfälle att träna både fysiska, psykiska och sociala förmågor. Det är emellertid inte alla barn som har den möjligheten. Framförallt inte de som kanske bäst behöver den. För dessa barn och ungdomar är det kanske endast skolans undervisning i idrott och hälsa som ger dem möjlighet till fysisk aktivitet och rörelse. Dessutom är tendensen att ungdomar i 15-16-årsåldern idag är mindre fysiskt aktiva än vad de var i slutet av 1960-talet.<sup>12</sup>

Många av de aktiviteter vi gör som barn, tränar oss för att även i framtiden kunna vara fysiskt aktiva. Men fysisk aktivitet ger också möjlighet att ha roligt i nuet, samtidigt som vi lär oss hantera våra "kroppar" och våga anta nya utmaningar både som barn och som vuxna. Begränsar våra kroppar oss fysiskt så kan det få konsekvenser för våra möjligheter till upplevelser både i nuet och i framtiden. Att kunna röra sig, hoppa, springa, klättra mm skapar också förutsättningar för lek och upplevelser tillsammans med andra. Samtidigt får vi också utmaningar av att leka, dela glädje och sorg, vilket kan ge möjligheter att ingå i olika sociala sammanhang. När barnet får möjligheter att träna sin rörelsekompetens kan det leda till ett ökat självförtroende, vilket förhoppningsvis ger nya utmaningar och möjligheter till lärande. Det jag lär mig som barn vad det gäller rörelsekompetens, exempelvis att simma och cykla mm, har jag med mig i framtiden.<sup>13</sup>

Eftersom alla barn omfattas av skolväsendet är skolans undervisning i idrott och hälsa kanske det enda tillfället då inaktiva barn får träna fysisk aktivitet, rörelse och motorisk förmåga. Därför är det angeläget att närmare studera hur ämnet idrott och hälsa uttrycks i skolans styrdokument och vad ämnet innehåller. Vidare är det av vikt att undersöka vad som förmedlas i ämne, hur lärarna uttrycker sig om ämnet och hur de uppfattar hälsobegreppet.

---

<sup>10</sup> Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskola och fritidshem. *Utbildningsdepartementet. Skolverket*. 1998. (Lpo 94, Lpf 94 och Lpfö 98).

<sup>11</sup> Engström, L-M. Hur aktiva är våra barn? *Svensk idrottsforskning nr 3 2002* s.7-11.

<sup>12</sup> Engström, L-M. Barn och ungdomsidrott. *Svensk idrottsforskning nr 2 1998*. s.4-7

<sup>13</sup> Engström, L-M. Skolprojektet en kortfattad beskrivning av bakgrund, syfte och upplägg. *Svensk idrottsforskning nr 2 2002* s. 4-6

### 2.3 Intresse för kropp och hälsa

Intresset för kropp och hälsa är inte nytt men det har tagit sig olika uttryck under historien beroende på kulturella och geografiska betingelser. Reklamen för WASA bröd ger budskapet "Du blir vad du äter"<sup>14</sup> och det är ett av de budskap som utmärker vår samtid dvs. att det är vi själva som bär ansvaret för vår kropp och vår hälsa. Det räcker inte att vara sin kropp utan vi har möjlighet att skapa vår kropp så som vi önskar att den ska se ut. Med kroppen signalerar jag vem jag är, mina värderingar, min smak respektive avsmak. Via tidningar, tv och film matas vi med hur vi ska se ut, vad som är önskvärt respektive icke önskvärt. Bilden som framträder är att det är vi själva som bestämmer hur vi vill se ut och hur vi vill må. Under tider då exempelvis kyrkan hade ett stort inflytande i samhället var inte kroppen något man talade om i det offentliga rummet. I dagens moderna samhälle har kyrkan en svagare roll, vilket ger utrymme för andra aktörer att ha inflytande över människors identitetsskapande. Kroppen och den egna hälsan röner idag ett ökat intresse som kommer till uttryck via massmedia, inte enbart inom modebranschen utan också inom exempelvis arbetslivet och idrottsvärlden.<sup>15</sup> Chris Shilling diskuterar i *The Body and Social Theory* det ökade intresset för kroppen inom samhällsvetenskaplig teoribildning. Shilling skriver:

"My argument here is that, in conditions of high modernity, there is a tendency for the body to become increasingly central to the modern person's sense of self-identity."<sup>16</sup>

Kroppen har i alla tider varit en del i människans identitetsskapande. Det som är markant idag är att kroppen blivit, ett individuellt projekt, där individen själv ses som formare av sin identitet. Shilling skriver vidare

"In the affluent West there is a tendency for the body to be seen as an entity which is in the process of becoming; a **project** which should be worked at and accomplished as part of an **individual's** self-identity"<sup>17</sup>

Skapandet av vår identitet är som mest intensivt under barn- och ungdomsåren. I familjen, på fritiden och i skolan möter barn olika kroppsideal. Vilka kroppsideal ställs barn och ungdomar inför i vårt samhälle och vilken kroppskultur framträder i skolan? I ämnet idrott och hälsa är kroppen i centrum på ett mer påtagligt sätt jämfört med andra ämnen. Kroppen exponeras och den är både ett "redskap" och ett uttrycksmedel genom vilket ämnet bedrivs. Målet med ämnet beskrivs i skolans styrdokument, men speglar ämnet idrott och hälsa de kroppskulturella värderingar som motsvarar de värderingar som finns i samhället i övrigt? Vilka kroppsideal framträder i ämnet? Hur uttrycks samhällets viljeinriktning, vad uttrycker lärarna och hur upplever eleverna ämnet med betoning på hälsa? Det är några av de frågor som funnits med som bakgrund för att undersöka ämnets utformning i läroplanstexten och hur lärarna talar om ämnet.

### 2.4 Skolan som funktion eller instrument?

Skolan kan betraktas utifrån flera perspektiv. Skolan följer samhällets utveckling och ska svara upp mot samhällets behov av utbildad arbetskraft, samtidigt som skolan har en politisk funktion genom att förmedla demokrati och jämställdhet. De senare uttrycks i skolans värde-

<sup>14</sup> Reklamkampanj för WASA bröd som visats i tv under hösten 2003 och våren 2004.

<sup>15</sup> Nilsson, P., Kroppen och samtiden s.19. Fagrell, B. & Nilsson, P. Red (1998): *Talet om kroppen*. Stockholm. HLS Förlag.

<sup>16</sup> Shilling, C. (1993): *The Body and Social Theory*. London. Saga Publication. s. 1

<sup>17</sup> Ibid. s. 5. (Min fetmarkering).

grund.<sup>18</sup> I boken *Svensk utbildningshistoria* tar Gunnar Richardsson upp två olika aspekter utifrån vilka man kan betrakta skolan. Han skriver följande:

”Man kan å ena sidan se skolan som en **funktion** av diverse samhällsfaktorer och man kan å den andra sidan betrakta den som ett **instrument**, med vilket de politiska maktavarna mer eller mindre söker förändra samhället i något avseende”<sup>19</sup>

Under hela 1990-talet har det som tidigare nämnts skett stora förändringar i skolan vad det gäller styrning och uppföljning. I början av 1990-talet decentraliserades skolan och kommunerna blev då huvudmän för skolan och skolans personal. 1994 kom en ny läroplan Lpo 94 och i och med Lpf 98<sup>20</sup> inkluderas förskolan i det allmänna skolväsendet. Lpo 94 innebar också att skolan kom att gå från regelstyrning till målstyrning och från grupporientering till individualisering. Styrdokumenten hade tidigare utgått mer från lärarperspektivet men kom nu tydligare att skrivas utifrån ett elevperspektiv. Mer fokus lades också på teoretiska kunskaper och färdigheter. Större möjligheter gavs för varje skola och lärare att själva arbeta fram lokala arbetsplaner, kursplaner och bedömningskriterier med utgångspunkt från Lpo 94. Denna period präglades av en allmän nedrustning av den svenska välfärden med exempelvis införandet av karensdag och lägre barnbidrag. Det drabbade också skolan i form av minskade personella och materiella resurser. Individualiseringen slog igenom även i övriga samhället och medförde att det i större utsträckning blev individen själv som skulle ta hand om allt ifrån sin egen hälsa till att göra diverse val av exempelvis pensionsförvaltare, tandläkare, elbolag, telefonabonnemang, skola etc.

Ett sätt att följa samhällets förändringar är som tidigare nämnts att granska hur olika ämnen skrivs fram i styrdokumenten. Jag har därför valt att närmare studera vad som skrivs om ämnet i skolans styrdokument och också belysa hur ämnet har utvecklats under senare delen av 1900-talet.

## **2.5 Ämnet idrott och hälsa – en tillbakablick**

Ämnet idrott och hälsa har genomgått stora förändringar under hela 1900-talet. Från och med 1919 års läroplan fick ämnet namnet *gymnastik med lek och idrott*. Innan dess hade det haft namnet *gymnastik*. I 1962 års läroplan heter ämnet åter igen *gymnastik* och i 1980 års läroplan heter ämnet *idrott* och i den gällande läroplanen Lpo 94 ändras återigen namnet och ämnet heter numera *idrott och hälsa*. I och med Lpo 94 skedde det också förändringar i ämnet som kan ses mot bakgrund av de förändringar som skett i hela samhället. Exempelvis läggs hälsa till ämnesnamnet vilket kan ses som att det sker en förskjutning mot att individen har ett större ansvar för den egna hälsan än tidigare. Vidare har ämnet genomgått förändringar i form av minskad tid och friluftsdagarna har mer eller mindre försvunnit.<sup>21</sup> Idrottsämnet är relativt isolerat i relation till andra ämnen, och bollspel är den dominerande aktiviteten.<sup>22</sup> I Lpo 94 gavs både teoridelen och friluftslivsundervisningen en starkare ställning än tidigare. Dessutom infördes nya begrepp så som livsstil och livsmiljö i texten. Begreppet hälsa hade tidigare förekommit under *Anvisningar och kommentarer* som i Lgr 62 heter *Hälsofostran* och i Lgr 69 heter *Elevers hälsa och hygien* i Lgr 69. I Lgr 80 är *Hälsa, Hygien och Ergonomi* ett av huvudmomenten. I dessa tre läroplaner kopplas hälsa samman med klädsel, skötsel av hygien,

<sup>18</sup> Lpo 94 sid.5

<sup>19</sup> Richardsson, G. (1999) *Svensk utbildningshistoria*. Stockholm. Studentlitteratur. Min fetmarkering. s. 11.

<sup>20</sup> Lpo 94, Lpf 94 och Lpfö 98.

<sup>21</sup> Lpo 94 s. 10.

<sup>22</sup> Annerstedt, C., Peitersen, B., Roholt, H. (2001) *Idrottsundervisning: ämnet idrott och hälsas didaktik*. Göteborg: Multicare. , Karlefors, I. (2002) *Att samverka eller..? Om idrottslärare och idrottsämnet i den svenska grundskolan*. Diss. Pedagogiska institutionen, Umeå universitet.

ergonomi, förebygga skador och kost. Skillnaden är att i Lgr 80 är *Hälsa, Hygien och Ergonomi* ett huvudmoment och att vila och avslappning nämns i sammanhanget.

Nedan följer en sammanställning av grundskolans kursplaner för ämnet 1962 –1994 för att få en överblick av ämnets förändring under senare delen av 1900-talet.<sup>23</sup>

Tabell 1. Översikt över grundskolans kursplaner för idrottsämnet 1962-1994.

	Lgr 62 och Lgr 69	Lgr 80	Lpo 94
Namn	Gymnastik	Idrott	Idrott och hälsa
Antal tim/vecka	Ca 3	Ca 3	Ca 1-2
Styrning	Innehåll	Innehåll	Mål
Ansvarig	Statsmakten	Statsmakten	Kommun och skola
Huvudmoment	Gymnastik	Gymnastik	Rörelse, rytmik dans
	Dans	Hälsa, hygien och ergonomi	Livsstil, livsmiljö och hälsa
	Lek	Bollspel och lekar	
	Bollspel	Dans	
	Fri idrott	Fri idrott	
	Orientering	Orientering och friluftsliv	
	Skridskoåkning	Lek	
	Skidåkning	Simning och livräddning	
	Simning	Skidåkning	
		Skridskoåkning, iskunskap och livräddning	
Arbetsätt	Kollektiv fostran	Individuell utveckling	Individuell utveckling
Utbildning	Enhetlig styrning	Individuell påverkan	Lokal inriktning och individuell påverkan

Annerstedt beskriver i artikeln *Kropp, identitet och hälsa – dåtid, nutid och framtid* sex olika faser som ämnet har genomgått.<sup>24</sup> Han kallar dessa; *etableringsfasen* 1813-1860, *militära fasen* 1860-1900, *stabiliseringsfasen* 1900-1919, *brytningsfasen* 1919-1950, *fysiologiska fasen* 1950-1970, *osäkerhetsfasen* 1970-1994 och *hälsofasen* 1994-. Jag har valt att kort beskriva de tre senare faserna eftersom de är intressanta vid analysen av lärarnas svar, då flera av de intervjuade lärarna själva har gått i skola och/eller fått sin utbildning under dessa perioder.

Annerstedt menar att den *fysiologiska fasen* inträder då den (fysiologiska) vetenskapens rön definitivt tränger undan Linggymnastiken. Det är bl.a. de vetenskapliga studier som visar på konditionsträningens effekter på de syretransporterande organen vilket får till följd att man i undervisningen exempelvis betonade konditionsträning. Mycket förenklat kan man säga att målet var att de skulle svettas. *Osäkerhetsfasen* präglades av färre centrala anvisningar och vidgat ämnesinnehåll, vilket innebar att ämnet omfattade alltifrån idrottsliga färdigheter till ekologiska samband. En målsättning var att bidra till elevernas fysiska, psykiska och sociala hälsa. Ämnet kom också att likna den verksamhet som bedrevs av föreningsidrotten. Den fas vi är inne i nu enligt Annerstedt är *hälsofasen*. Det innebär att hälsoperspektivet har kommit att betonas mer och sambandet mellan livsstil, livsmiljö, hälsa och livskvalitet framhålls.

<sup>23</sup> Lgr 62, Lgr 69, Lgr 80 och Lpo 94. Sandahl, B. Arbetsrapport 5 reaktioner s. 5 Opublicerat avhandlingsmanus 2002.

<sup>24</sup> Annerstedt, C. (2000) *Kropp, identitet och hälsa – dåtid, nutid och framtid. Idrott, historia och samhälle*. SVIF-Nytt. Nummer 5, s. 10-26.

Hälsa ska ses utifrån såväl ett samhällsperspektiv som ett individperspektiv. Dessutom ska elevens eget ställningstagande i hälsofrågor lyftas fram.

Decentralisering och individualisering präglar samhället i stort under 1990-talet, vilket också får genomslag i Lpo 94. Denna läroplan är en tunn skrift med färre detaljbeskrivningar av innehåll och mål i jämförelse med tidigare läroplaner. Texten är mer kortfattad och övergripande och lämnar större frihet till kommun, skola och enskild lärare att tolka och utforma lokala kursplaner, betygskriterier och undervisning. Läroplanen präglas av att eleverna själva ska ta ansvar för sin skolgång och sitt lärande. I samband med Lpo 94 blev kommunen huvudman för skolan.<sup>25</sup>

Vad skrivs då specifikt i läroplanen för ämnet idrott och hälsa? Som tidigare nämnts så innehåller Lpo 94 färre detaljbeskrivningar vad som ska ingå i ämnet och också färre föreskrifter om vad eleverna ska kunna i olika moment. Livsstil, livsmiljö och livskvalitet framhålls och eleverna ska lära sig att i framtiden kunna ta hand om sin hälsa. Men vad ordet hälsa verkligen innebär är inte konkret framskrivet. De enda specifika aktiviteter som nämns är simning, orientering, dans och friluftsliv. Läroplansskrivarnas intentioner är att lokala arbets- och kursplaner samt specifika betygskriterier ska utarbetas av varje kommun och skola.

Att begreppet hälsa har fått så stort utrymme i Lpo 94 kan bero på en vilja att tona ned tävlingsidrotten och också att försöka ”fostra” våra barn till att ta hand om sin egen hälsa och livsstil. I tidigare läroplaner har karaktärsdaning och fostran också funnits med men då i syfte att fostra till exempelvis dugliga medborgare som kan försvara landet och/eller i att sköta sin hygien så att inte sjukdomar spreds. Dagens intresse för hälsa kan kopplas till det ökade intresset för kroppen som en del av identitetsskapandet, där individens identitet inte ”är av Gud given” utan där man själv skapar sin identitet genom sin livsföring.

Kommer de intentioner som läroplanen beskriver till stånd i skolans undervisning och i så fall på vilket sätt? Eller är det så att ämnet inte har förändrats särskilt mycket genom åren, trots nya läroplaner och namnbyte? Hur ska det i så fall förklaras? Innan jag går in på studiens teoretiska utgångspunkt, där bl.a. läroplansteori kommer att beröras, ska jag först redogöra för den tidigare forskning som jag finner intressant för uppsatsen.

## 2.6 Tidigare forskning

Skolan är en av våra största arbetsplatser, och inrymmer en stor del av Sveriges befolkning.<sup>26</sup> I skolan möts barn, ungdomar och vuxna med olika utbildningsbakgrund och yrken. Nästan alla har en uttalad eller outtalad, uppfattning om hur skolan är och vad som sker i den, eftersom alla har erfarenhet av skolan. Samtidigt skiljer sig mångas uppfattningar om skolan eftersom det finns många gemensamma nämnare men också stora skillnader. Lärarna är en yrkesgrupp som ofta har varit och är föremål för undersökningar och forskning.<sup>27</sup> Idrott och hälsa är ett ämne där flera vetenskaper möts. Därför kan det vara svårt att avgränsa sig när man genomför en undersökning inom ämnet, eftersom flera inriktningar kan vara relevanta när man undersöker ämnet. Min avsikt är inte att täcka alla de forskningsområden som berör ämnet, utan jag har främst koncentrerat mig på nationell pedagogisk forskning där först och främst lärares röster som undervisar i ämnet framkommer. Från 1960-talet och framåt har det

<sup>25</sup> Annerstedt, C. (2000). Sandahl, B. (2002) Skolprojektet ”Mellan teori och verklighet – Idrottsämnet i grundskolan”. *Svensk idrottsforskning nr. 3 2002*. sid 12-16

<sup>26</sup> Lindensjö, B. & Lundgren, U. (2000): *Utbildningsreformer och politisk styrning*. Stockholm. HLS förlag. s. 175.

<sup>27</sup> Se exempelvis Gerhard Arfwedsons *Nyare forskning om lärare*. (1994): Didactica 3, HLS förlag. Stockholm.



genomförts några studier som främst berört ämnets innehåll och tid för ämnet. Införandet av Lpo 94 föregicks av en utvärdering av ämnet.<sup>28</sup> Studierna visar bl.a. att lärarnas bakgrund, intresse och kompetens påverkar ämnets utformning, samt att ämnet har gått från ett ämne präglad av gymnastik till ett ämne som mer betonar sport och idrott i allmänhet.

Claes Annerstedts avhandling *Idrottslärarna och idrottsämnet. Utveckling, mål, kompetens – ett didaktiskt perspektiv* är en fenomenologisk studie där intervjuer av lärare, lärarutbildare och studenter utgör den empiriska delen.<sup>29</sup> Han studerar idrottsämnet och idrottslärarna utifrån ett brett perspektiv med fokus på mål- och kompetensfrågor i relation till idrottslärarutbildningen. Annerstedt beskriver ämnets förändring från ett ämne att tjäna ett politiskt nationalistiskt syfte till ett ämne att tjäna ett mer hälsohygieniskt och rekreativt syfte. Vidare belyser Annerstedt konflikten som funnits vid lärosätena (GIH Stockholm och GIH Örebro) mellan att tillgodose idrottsrörelsens behov av ledare och skolans behov av pedagoger. I sina intervjuer fann Annerstedt att idrottsämnet legitimeras genom:

- att det tillgodoser behov för stunden
- dess förhållande till andra ämnen
- att de tillgodoser övergripande mål
- att det utvecklar viss fysisk kapacitet
- dess karaktär av orienteringsämne
- att man lär sig kunskaper och färdigheter som är specifika för ämnet

Annerstedt konstaterar att den kompetens som idrottslärarna framhäver är att det gäller att

- skapa en trivsamt atmosfär
- leda och planera arbetet
- presentera innehållet på ett riktigt sätt
- lära ut

Annerstedt menar att detta även kan gälla lärare i allmänhet.

Ingrid Karlefors avhandling *Att samverka eller...? Om idrottslärare och idrottsämnet i den svenska grundskolan*, handlar om och i så fall hur, lärare i idrott och hälsa samverkar med andra lärare i skolan.<sup>30</sup> Avhandlingen är sprungen ur diskussionerna om den kris som det talas om i ämnet med anledning av de nedskärningar i timantal som genomförts under 1990-talet. De lärare som var utbildade i fler ämnen förutom idrott och hälsa samarbetade och integrerade oftare i annan undervisning än de lärare som undervisade i endast idrott och hälsa.

Under 2002 genomfördes på uppdrag av regeringen en nationell utvärdering av ämnet idrott och hälsa vid Örebro universitet. I studien deltog 225 lärare från grund- och gymnasieskolan.<sup>31</sup> Enkätundersökningen visar att lärarna främst vill förmedla att ”det är roligt med fysisk aktivitet”, näst viktigast ”att eleverna lär sig samarbeta” och ”att eleverna får en förbättrad fysik”. De minst viktiga påståendena var ”att utveckla elevernas kritiska förmåga” och ”att lära eleverna att tävla och konkurrera”. Resultaten har stora likheter med de resultat som

---

<sup>28</sup> Se vidare Engström, L-M. *Gymnastikundervisningen i årskurs 8: Resultat från en enkät till gymnastiklärare rörande ämnets innehåll och målsättning*. Rapport nr. 42 Stockholm, Pedagogisk-psykologiska institutionen LHS. 1969. Engström, L-M. & Ljunggren, S. *Ämnet gymnastik i gymnasieskolan* Stockholm: GIH/LHS. 1980. Ljunggren, S. *Idrott i skolan: en kartläggning av idrottsundervisningen i skolan, dess innehåll och de villkor som gäller för ämnet och idrottslärarna*. Stockholm: GIH/LHS 1985. Mattsson, L. (1993)

<sup>29</sup> Annerstedt, C. (1991): *Idrottslärarna och idrottsämnet. Utveckling, mål, kompetens – ett didaktiskt perspektiv*. Diss. Göteborg Studies in Educational Sciences 82 Göteborgs Universitet.

<sup>30</sup> Karlefors, I. (2002).

<sup>31</sup> Eriksson, C., m.fl. (2003)

framkom i projektet Skola – Idrott – Hälsa 2001. Relevanta resultat från den studien kommer att beröras i diskussionen.

Tommy Gustafsson genomförde en textanalys av tre kursplaner i idrottsämnet i sin C-uppsats *Idrottsämnet i gymnasieskolan; En analys av styrningsmentaliteten i tre kursplaner för idrottsämnet 1933-1994*.<sup>32</sup> Den teoretiska utgångspunkt som Gustafsson använder är Michel Foucaults teori om modern maktstrategi, d.v.s. kursplanernas styrningsmentalitet. Gustafsson menar att i kursplanerna i ämnet idrott och hälsa i Lpf 94, sätts fysisk aktivitet in i ett samhällsperspektiv där eleverna själva uppmanas till ett ökat ansvar.

I boken *Är Pippi Långstrump en hälsouppllysning eller hälsorisk? En antologi om hälsoarbete i skolan* problematiseras begreppet hälsa utifrån barns och ungdomars uppfattning om hälsa och vad det kan innebära.<sup>33</sup> Artiklarna berör såväl nationella som internationella undersökningar och belyser likheter men också skillnader vad gäller barns uppfattning om hälsa.

Ett flertal internationella studier har genomförts där ämnet idrott och hälsa har varit i fokus. Green visar bl.a. i en intervjustudie att lärarnas bakgrund och erfarenhet från eget idrottande slår igenom i undervisningen.<sup>34</sup> Vidare menar Green att lärarna legitimerar ämnet genom att på ett oreflekterat sätt hänvisa till att fysisk aktivitet är bra för hälsan.

I artikeln ”Nobody Said Nothing About Learning Stuff” – Students, Teachers and Curricular Change beskriver Cothran och Ennis en observations- och intervjustudie av lärare och elever, där lärarnas försök att förändra undervisningen utifrån de nya riktlinjer som gavs i läroplanen studerades.<sup>35</sup> Det framkom i studien att det kräver mycket arbete att genomföra förändringar hos lärarna själva och därefter möter förändringarna på hårt motstånd hos eleverna som inte uppskattar de förändringar som skett i undervisningen. Ovanstående forskning berör de områden som är av intresse för min studie. Det finns dock fortfarande många obesvarade frågor rörande lärarnas uppfattning om ämnet idrott och hälsa, särskilt när det gäller betoning på hälsa, varför jag har valt att i denna studie försöka få svar på några av dessa frågor.

---

<sup>32</sup> Gustafsson, T. (2000): *Idrottsämnet i gymnasieskolan: En analys av styrningsmentaliteten i tre kursplaner för idrottsämnet 1933-1994*. C-uppsats vid Högskolan i Dalarna.

<sup>33</sup> *Är Pippi Långstrump en hälsouppllysning eller hälsorisk? En antologi om hälsoarbete i skolan*. En antologi sammanställd av Agneta Nilsson. Skolverket. Liber Distribution 1996.

<sup>34</sup> Green, K. Extra Curricular Physical Education in England and Wales: A sociological perspective on a Sporting Bias. *European Journal of Physical Education* 2000, vol. 5:2, pp 179-207.

<sup>35</sup> Cothran, D.J., & Ennis, C. ”Nobody Said Nothing About Learning Stuff” – Students, Teachers and Curricular Change. *Journal of Classroom Interaction* Vol. 36, No. 1. 2001. Washington, DC:

### 3. Teoretisk utgångspunkt

Det övergripande syftet med studien är att fördjupa kunskapen om hur hälsa kommer till uttryck i undervisningen. För att förstå och förklara resultaten diskuterar jag inledningsvis hur begreppet hälsa kan förstås och definieras. Vidare har jag tagit hjälp av läroplansteori i syfte att få ett analysredskap, som hjälper mig spegla läroplanens intentioner och sätta dessa i relation till hur lärarna uttrycker sig om ämnets mål, innehåll och villkor med fokus på hälsa.

#### 3.1. Begreppet hälsa

Hälsa är ett komplext begrepp och svårt att definiera därför att det innefattar många dimensioner. Som redan nämnts får begreppet stort utrymme i Lpo-94 och då särskilt i ämnet idrott och hälsa. Det är emellertid otydligt och inte enhetligt definierat, vilket lämnar stort utrymme för den undervisande läraren att själv definiera, tolka och sätta upp mål för hur hälsa ska komma till uttryck i undervisningen, liksom för hur målen ska följas upp. Det krävs en grundläggande förståelse och en viss enighet om vad begreppet hälsa innebär både på individ-, grupp- och samhällsnivå för att kunna planera, genomföra och följa upp en adekvat hälsofrämjande undervisning. När kraven ökar på samhälle och skola att inte enbart förebygga sjukdom och skada utan också verka för att skydda och främja hälsa visar det sig att det råder oklarheter kring vad det i praktiken innebär. Trots att begreppet hälsa används allt oftare i exempelvis måldokument för hälso- och sjukvården är det svårt att uttyda hur det ska tolkas och mätas. Medin och Alexanderson skriver i boken *Begreppen Hälsa och hälsofrämjande – en litteraturstudie*:

Synen på hälsa respektive på hälsofrämjande åtgärder varierar starkt, och behovet av större tydlighet och vetenskapligt baserad kunskap är stort. Litteraturen om detta börjar nu bli omfattande, men därmed inte klarare.<sup>36</sup>

Avsikten är inte att här redogöra för alla de definitioner av begreppet hälsa som förekommer, utan istället att lyfta fram några av de definitioner och förklaringar som jag funnit relevanta för denna studie. Inom hälso- och sjukvården har utvecklingen gått från behandling av skador och sjukdomar till att arbeta förebyggande genom att allt mer vara inriktad på hälsofrämjande arbete där individen har ansvaret för sin hälsa. I Nationalencyklopedin definieras hälsa på följande vis:

(fornsv. *healsa*, bildning till *hel, heal* 'lycka' ett ord besläktat med *hel*). Svårigheterna att teoretiskt avgränsa begreppet hälsa kan spåras så långt tillbaka i tiden som ordet finns skriftligt belagt.<sup>37</sup>

Vidare står det att hälsa i medicinska termer avser frånvaro av sjukdom medan begreppet kan ges en mer vittomfattande innebörd beroende på kulturella traditioner. Hälsa kan vara något mer än att enbart vara frisk. Bland östafrikanska folk kan exempelvis hälsa uttryckas metaforiskt, närmast som goda relationer mellan människor, mellan människor och andar, eller mellan människor och resurser.<sup>38</sup> Länge definierades hälsa i officiella sammanhang som avsaknad av sjukdom. Men 1948 utmanades den medicinska definitionen av Världshälsoorganisationen (WHO) och den numera klassiska definitionen antogs. Den lyder:

<sup>36</sup> Medin, J. & Alexanderson, K. (2000): *Begreppen Hälsa och hälsofrämjande – en litteraturstudie*, Lund. Studentlitteratur. s. 9.

<sup>37</sup> *Nationalencyklopedin: Bra Böcker*, nionde bandet, 1992, s. 252

<sup>38</sup> *Ibid.* s. 252

Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity<sup>39</sup>

När medicinska definitioner av hälsa möter och blandas med breda och omfattande kulturella definitioner uppstår problem att gemensamt definiera, sätta upp mål och mäta hälsa. Hälsa mäts oftast genom olika former av riskfaktorer för ohälsotal eller som sjukdom och dödlighet. Med tiden har begreppet hälsa emellertid fått en allt mer dynamisk innebörd. Vid WHO:s konferens i Ottawa 1986 framfördes att hälsa inte bara är ett tillstånd utan något som måste erövras. Hälsa ses här mer som en resurs än som ett mål i sig och är ett begrepp som betonar sociala och personliga förutsättningar. Från att ha talat om faktorer som bestämmer hälsa har det skett en förskjutning till att mer se vilka åtgärder som kan bidra till en positiv hälsoutveckling. I Ottawadeklarationen skrivs följande:

Health is, therefore, seen as a resource for everyday life, not the objective of living. Health is a positive concept emphasizing social and personal resources as well as physical capacities.<sup>40</sup>

Hälsofrämjande arbete är den process som ger individen möjlighet att påverka sin hälsa.<sup>41</sup>

Ytterligare en förskjutning av åtgärder markeras i och med Sundsvallsdeklarationen, vilken betonade åtgärder för att skapa stödjande miljöer för hälsa. Här betonas fysiska och sociala aspekter på stödjande miljöer, där arbetet ska präglas av samarbete mellan individer, myndigheter, folkrörelser och andra organisationer. Det ska skapas förutsättningar för individen att själv kunna försörja sig och bestämma över sitt eget liv. Ekonomiska och sociala förhållanden ska skapas så att varje individ ges möjligheter att förverkliga ett gott liv.

1998 talade WHO om hälsa som en mänsklig rättighet och betonade vikten av att arbeta hälsofrämjande genom olika allianser på regional, nationell och internationell nivå.<sup>42</sup> Medin och Alexanderson menar att denna formulering, både nationellt och internationellt, kan ses som ett paradigmskifte från förebyggande av sjukdom till stärkande av hälsa. Vidare skriver de:

Att ordet hälsa nu används så flitigt, men utan att definieras, har lett till att många, kanske speciellt inom sjukvården, uppfattar det som ett mycket flummigt obestämbart begrepp. Många kliniker/praktiker känner sig frustrerade av ord som hälsa, hälsofrämjande, holistisk, helhetssyn, tvärssektoriell etc. Begreppen uppfattas som abstrakta, och inte praktiskt tillämpbara i den egna verksamheten<sup>43</sup>

Enligt min uppfattning finns det även liknande svårigheter inom skolans värld att definiera begreppet hälsa, att konkretisera vad som ska uppnås och vem som är ansvarig för att målen nås. Det råder dock inget tvivel om att hälsa nämns i skolans styrdokument och att Lpo 94 är inspirerad av den övergripande hälsodefinitionen som kan härledas till WHO:s definition, exempelvis att hälsa ses som en process som ständigt förändras och kan påverkas.

I litteraturstudien av begreppen hälsa och hälsofrämjande har Medin och Alexanderson gjort tre kategorier för indelning av teorier om hälsa.<sup>44</sup>

<sup>39</sup> <http://www.who.int/about/definition/en>

<sup>40</sup> WHO. *Ottawa charter for health promotion*. Köpenhamn: WHO Europe, 1986. Ottawadeklarationen.

<sup>41</sup> Folkhälsorapport 1994. Socialstyrelsen. s. 22.

<sup>42</sup> WHO. *Hälsa 21 – hälsa för alla på 2000-talet*. Världshälsoorganisationen, 1998. Pettersson B, Schmidt B, Filipsson A-C., Engren M., Karlsson T., (red). European Health for All Series No. 5.

<sup>43</sup> Medin, J. & Alexanderson, K., (2000) s. 14.

<sup>44</sup> Ibid. s. 39.

- Kategori 1 innebär definitionen av hälsa, dvs. teorier i vilka hälsans natur definieras och diskuteras. Svarar på frågor: Vad är hälsa?
- Kategori 2 innebär teorier som är oklara vad gäller hälsans natur, dvs hälsa definieras utifrån en blanddiskussion om hälsans natur och vilka strategier man anser leder till hälsa.
- Kategori 3 innebär teorier där hälsobegreppet förklaras utifrån de strategier man anser leder till hälsa eller vilka faktorer som påverkar hälsa. Hälsans natur förklaras dock ej. Här svarar man egentligen på frågan: Vilka strategier använder vi för att uppnå hälsa eller vilka faktorer påverkar vår hälsa? Eller kortare uttryckt: Hur uppnås hälsa?

Medin och Alexanderson har valt att dela in de olika hälsobegreppen de funnit i litteraturen i en biomedicinsk grupp och en humanistisk grupp. De har även belyst hur hälsa presenteras i litteraturen, vilket visas i följande tabeller.

Tabell 2 Teorier om hälsa  
45

Biomedicinsk inriktning	Denna kolumn uppfattar jag som en blandning mellan de båda polerna. <sup>46</sup>	Humanistisk inriktning
Atomistisk-biologisk/mekanistisk ansats	Psykosomatisk ansats	Holistisk ansats
Biostatisk ansats	Homeostatisk ansats Behavioristisk ansats	Ekologisk ansats Salutogen ansats Teleologisk ansats

<sup>45</sup> Ibid. s. 41.

<sup>46</sup> Texten är mitt eget tillägg till tabellen som återfinns i Alexanderson, K., Medin, J. (2000) s. 41.

Tabell 3 Översikt hur hälsa presenteras i litteraturen.<sup>47</sup>

Teoretisk ansats	Kategori <sup>48</sup>	Hälsa	Grundtanke
Atomistisk-biologisk/mekanistisk ansats	1	Hälsa föreligger då alla delar av kroppen fungerar utifrån vad som anses vara normalt	Kroppen är ett mekaniskt system och alla livsbetingade funktioner ska förstås som ett maskineri i arbete.
Biostatisk ansats	1	Hälsa är frånvaro av sjukdom och en människa är vid hälsa då hennes kropp och själ fungerar utifrån det statistiska normala.	En person som avviker från det som kan anses vara normalt är sjuk eller defekt; den människa vars alla funktioner faller inom det statistiska normala är frisk.
Mental ansats		"P has acceptable mental health if P has the mental ability to reach basic vital goals, given acceptable circumstances" <sup>49</sup> . Del av den holistiska ansatsen med fokus på mental hälsa.	Människan handlar utifrån sin kognitiva och sociala förmåga, för att nå basala mål. Hon är formad utifrån den kulturella kontext i vilken hon lever och formar sina mål efter detta. Fokus på hälsa.
Holistisk ansats	1	Handlingsförmågan poängteras. Att ha hälsa är relaterat till i vilken utsträckning människan kan förverkliga sina vitala mål, givet de förutsättningar socialt, kulturellt och ekonomiskt som hon har.	Hälsa och sjukdom är intressant då de tillstånden påverkar människans handlingsförmåga i den sociala kontext i vilken hon befinner sig. Fokus på hälsa.
Psykosomatisk ansats	1	Hälsa är frånvaro av psykosomatiska sjukdomar.	Individen, alternativt organismen, ses i sitt sammanhang.
Ekologisk ansats	3	Begreppet hälsa omfattar det tillstånd där positiv interaktion mellan individen och dennes fysiska, psykiska och sociala omgivning råder.	Utgår från hälsa och vad som upprätthåller den, psykiskt och fysiskt. Individens samexistens med miljön poängteras.
Behavioristisk ansats	2	En människa är vid hälsa då hon trivs med sitt beteende.	En individs beteende är format utifrån yttre stimuli som positivt eller negativt förstärker individens beteende. Människan reduceras till sitt beteende och det subjektiva livet är inte av intresse.
Homeostatisk ansats	1	Hälsa är den biologiska balansen mellan kroppens funktioner i samspel med omgivningen.	En holistisk grundtanke, men man understryker psykobiologiförklaringen av hälsa.
Teleologisk ansats	2	"Hälsa är ett hos organismen integrerat tillstånd av sundhet, friskhet och känsla av välbefinnande (men inte nödvändigtvis frånvaro av sjukdom eller lyte)" <sup>50</sup> Vidare en stark betoning på vikten av att känna mening med livet.	Hälsa är en process och rörelse som uppstår ur motsatser och hör samman med människan som en symbios av kropp, själ och ande.
Salutogen ansats	3	Hälsa uppkommer då individen har en känsla av sammanhang (KASAM).	Hälsa och ohälsa utesluter ej varandra utan ska ses på ett kontinuum. En helhetssyn på människan; hälsa är beroende av hur individen kan bemästra omvärlden. Fokus på vad som orsakar hälsa (salutogenes) i stället för vad som orsakar sjukdom (patogenes).

<sup>47</sup> Ibid. s. 41.

<sup>48</sup> Se de kategorier som redogjordes för tidigare i texten.

<sup>49</sup> Tengland P-A. *Mental Health: A Philosophical Analysis*. Linköping: Linköping University, 1998. s. 248.

<sup>50</sup> Eriksson. K. 1984. *Hälsans idé*. (red.) Stockholm: Almqvist & Wiksell, s. 117.

I ovanstående översikt redogörs kortfattat för den salutogena ansatsen som härstammar från Aron Antonovsky. Han är en av de forskare i socialmedicin som har intresserat sig för hälso-begreppet, och hans teorier har genomsyrat den hälsoteoretiska diskussionen i Sverige under senare delen av 1990-talet. Istället för att ägna sig åt sjukdomar och sjukdomars uppkomst har han studerat hälsa och vad som konstituerar hälsa. Han har också introducerat begreppet salutogenes – läran om hälsans ursprung – vilket ska ses i förhållande till begreppet patogenes – läran om sjukdomars uppkomst. Antonovsky ser hälsa som ett kontinuum hälsa – ohälsa och inte frisk – sjuk. Han menar att livet består av mängder av påfrestningar av både fysisk, psykisk och social art, och det gäller för människan att lära sig hantera dessa påfrestningar. De grundläggande frågorna i Antonovskys forskning är: Vad främjar hälsan? Vilka faktorer är det som gör att vissa människor klarar påfrestningar bättre än andra? Vilka faktorer fungerar inte bara som buffert mot påfrestningar, utan bidrar också till ökad hälsa? I sina studier har han kommit fram till att människor måste få uppleva att det som händer dem i livet är begripligt, hanterbart och meningsfullt och att de trots påfrestningar lär sig hantera livets svårigheter.

Det räcker inte med att laga ”broläggningen” över ”livsfloden” så att folk inte ramlar (eller hoppar) i vattnet. Man måste därutöver ”lära dem simma”.<sup>51</sup>

Ett salutogent synsätt innebär att man ställer sig frågan vad som kan ge ett gynnsamt resultat när det gäller en människas hälsa. Antonovskys teori *känsla av sammanhang*, KASAM, innefattar begreppen begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. Han menar att teorin förklarar varför människor trots att de har blivit utsatta för olika tragiska händelser, exempelvis krig, olyckor och koncentrationsläger, ändå förblir friska. Samtidigt bortser inte Antonovsky från det patogena synsättet, utan menar att man måste undersöka ohälsa och sjukdomars uppkomst för att motverka ohälsa. Han ger också exempel på att motion och fysisk aktivitet kan vara en av flera handlingsstrategier för att motverka ohälsa.<sup>52</sup>

Hälsopolitiska liksom allmänpolitiska mål kan vara att skapa stödande miljöer för folkhälsan. Det medför att hälsa och hälsofrämjande arbete kan betraktas som ett pedagogiskt påverkansprojekt. I avhandlingen *Folkhälsa som pedagogiskt projekt – Bilden av hälsoupplýsning i statens offentliga utredning* diskuterar Ulf Olsson WHO:s definition. Han menar att den vidgar perspektivet från ett tidigare biologiskt synsätt på hälsa till att också innefatta sociala och ekonomiska synsätt som kan ha pedagogisk relevans.<sup>53</sup> Olsson påvisar hälsoupplýsningens dubbla ansikten: dess frigörande möjligheter men också dess tvingande och manipulerande drag.<sup>54</sup>

”Folkhälsofrågan uppvisar ett dubbelt ansikte – den innefattar negativa manipulerande processer men också positivt frigörande processer.”<sup>55</sup>

I ovanstående redogörelse för hälsa och med utgångspunkt från Medin och Alexanderson<sup>56</sup> kan man skönja fyra huvuddrag:

<sup>51</sup>Antonovsky, A. (1991): *Hälsans mysterium*. Stockholm. Natur och Kultur. s. 7.

<sup>52</sup>Ibid., s. 216. ff.

<sup>53</sup>Olsson, U. (1997) *Folkhälsa som pedagogiskt projekt. Bilden av hälsoupplýsning i statens offentliga utredningar*. Diss. Uppsala Universitet. s. 13.

<sup>54</sup>Ibid., s.19 ff.

<sup>55</sup>Ibid., s. 21.

<sup>56</sup>Medin, J. & Alexanderson, K. (2000).

- Hälsa i medicinska termer (ses som ett tillstånd av att vara antingen sjuk eller frisk utifrån exempelvis en medicinsk diagnos, ett fysiologiskt mätvärde eller som ett kontinuum där hälsa och sjukdom är varandras motpoler)
- Hälsa som upplevelse (den andliga teleologiska ansatsen)
- Hälsa som en resurs (för att kunna förverkliga sina livsmål, exempelvis arbete, boende, utbildning)
- Hälsa som en process (där hälsa är något som ständigt är föränderligt och kan påverkas)

Till ovanstående redogörelse ska fogas den massmediala bilden av hälsa. Synen på den ideala kroppen, hur man ska se ut och vad som är hälsosamt kan sägas vara konstruktioner av rådande bilder som förmedlas till oss via massmedia, liksom exempelvis den bild som skrivs fram i skolans styrdokument och det som betonas av lärarna i undervisningen. Den bild som förmedlas via reklam och veckopress är i hög grad styrd av kommersiella intressen. Utgör ämnet idrott och hälsa en motpol till den bild som presenteras via media? Vad är hälsa enligt lärarna och hur arbetar de med hälsa i undervisningen?

När begreppet hälsa sätts samman med begreppet idrott, som i sig innefattar olika företeelser, försvåras det ytterligare, eftersom hälsa beskriver ett tillstånd. Ämnets namn ger utrymme för läraren att realisera den innebörd som hon eller han själv ger begreppet, där styrdokumentet inte är till stor hjälp, då det ger en otydlig och svårdefinierad bild av vad hälsa är och vad det ska innefatta. Det medför också en osäkerhet om vad ämnet kan och ska innehålla. Ämnet har som tidigare nämnts förändrats över tid och den fas vi är inne i nu är, enligt Annerstedt, *hälsofasen*.<sup>57</sup> Det innebär att hälsoperspektivet har kommit att betonas mer och att sambandet mellan livsstil, livsmiljö, hälsa och livskvalitet framhålls. Hälsa ses utifrån ett samhällsperspektiv såväl som från ett individperspektiv.<sup>58</sup> Dessutom ska elevens eget ställningstagande i hälsofrågor lyftas fram.

Förutom att hälsa har skrivits fram i läroplanstexten och givit ämnet en ny inriktning av mål och innehåll, så har skolan också genomgått genomgripande förändringar under de senaste tio åren. Lärarna har idag ett stort ansvar för att utforma lokala kursplaner där mål, innehåll och betygssättning utformas av lärarna själva med utgångspunkt från styrdokumentet. I läroplanstexten anges övergripande riktlinjer men få konkretiseras, varför stort utrymme för egen tolkning av ämnet möjliggörs. Mot bakgrund av dessa förändringar har jag valt att använda läroplansteori för att ytterligare förklara och förstå studiens empiri.

### 3.2. Läroplansteori

Jag har tidigare redogjort för de övergripande förändringar som har präglat ämnet. När skolans verksamhet och ämnenas utformning studeras är det intressant att se vad som påverkar läroplanstexten, hur läroplanen uppfattas av lärarna och hur det skrivna dokumentets intentioner realiseras i undervisningen. Ulf P Lundgren skriver i sin bok *Att organisera omvärlden* att en läroplan utgör samhällets krav på uppfostran och utbildning.<sup>59</sup> Vidare skriver han att en läroplansteori är en förklaring till varför kraven utformas och vilka villkor de gestaltar i själva den process som är undervisning eller uppfostran. Huvudfrågorna i läroplansteori menar Lundgren är: *Hur formuleras mål för utbildningen? Hur väljs innehåll ut för utbildningen och hur organiseras innehållet för utbildningen?* Tanken är också, menar Lundgren, att försöka

<sup>57</sup> Annerstedt, C. (2000).

<sup>58</sup> Samhällsperspektivet skulle kunna vara att man talar om hälsa utifrån exempelvis sjukvård för alla men också utifrån demokratifrågor och miljöfrågor (hållbar utveckling för kommande generationer).

<sup>59</sup> Lundgren, U. (1979): *Att organisera omvärlden. En introduktion till läroplansteori*. Liber Förlag, Stockholm. s. 231.



finna vilka undervisningsmetoder som är de bästa eller de mest effektiva för att undervisa ett bestämt innehåll. Under början av 1960-talet definierade Urban Dahlöf begreppet ramfaktorer, vilka påverkar och begränsar den faktiska undervisningsprocessen och där de som undervisar och de som undervisas inte har någon kontroll över dessa faktorer. Lundgren har vidareutvecklat begreppet och gjort distinktionen mellan:

- Konstitutionella ramar där skollagen inkluderas
- Organisatoriska ramar vilka inkluderar organisatoriska åtgärder relaterade till ekonomiska resurser exempelvis klasstorlek och fördelning av tid. Det kan också gälla ideologiska motiv t.ex. regler för sammansättningar av elever i klasser eller skolor.
- Fysiska ramar så som byggnader, läromedel, utrustning etc.

Ramfaktorteorin tillsammans med Linggymnastiken och Otto Salomons s.k. Nääspedagogik (slöjdpedagogiken) är pedagogiska begrepp (och forskning) som rönt internationell uppmärksamhet.<sup>60</sup> Ramfaktorteorin ska inte betraktas som en teori utan ska snarare ses som ett sätt att tänka och ett spektrum av forskningsansatser.<sup>61</sup> I och med den centralstyrning som skolan präglades av under 1960-talet och fram till 90-talet kom ramfaktorteorin att bli försök att utvärdera hur väl skolor och lärare lyckades i undervisningen, samt hur eleverna tillgodogjorde sig undervisningen. Trots att skolan idag är decentraliserad kan fortfarande teorier om ramarnas inverkan på exempelvis lärares möjligheter att realisera uppsatta mål för undervisningen användas för att genomlysas verksamheten.

Intentionen är att det som skrivs i styrdokumentet ska påverka undervisningen. Men om så är fallet eller på vilket sätt det kommer att påverka undervisningen kan studeras utifrån olika perspektiv. Lindensjö och Lundgren skriver i *Utbildningsreformer och politisk styrning* att mycket av utbildningsforskning har utgått från ett centralt perspektiv på skolan.<sup>62</sup> Genom att se hur skolan är uppbyggd, vem som är huvudman och exempelvis studera styrdokument får vi en uppfattning om skolans verksamhet och vilka viljeyttringar samhället har. Regeringen är ytterst ansvarig för läroplanen. Besluten om läroplanens innehåll har föregåtts av utredningar, diskussioner mellan forskare, fackliga företrädare, skolverket och utbildningsdepartementet, som i sin tur har att ta hänsyn till olika politiska viljor. Direktiv och riktlinjer korsar ofta varandra och resultatet blir att läroplanen är en ”politisk kompromiss”. Trots olika viljeyttringar och åsikter har vi en skola som ska tillgodose individens behov och alla som arbetar i skolan är skyldiga att arbeta med utgångspunkt från läroplanstexten och övriga styrdokument.

På vilket sätt har man då bedrivit studier om läroplaner? Läroplaner kan ses som ett instrument för styrning av skolan och utifrån läroplanen finns också en möjlighet att tolka vad man anser viktigt i rådande samhälle. Det stoffurval som läraren gör i undervisningen är inte alltid detsamma som läroplanen föreskriver. Läroplanen tolkas dels beroende på lärarens intention, rutin och repertoar, dels beroende på ramfaktorer så som lokaler, ekonomiska och materiella resurser, befolkning, närområde etc. I boken *Det ska ni veta! En introduktion till läroplansteorier* beskriver Göran Linde beslut om stoffurval för undervisningen under tre rubriker: *formulering, transformering och realisering* av läroplaner.<sup>63</sup> Vid formuleringen av läroplaner ingår föreskrifter som gäller skolsystemet, vilka ämnen som ska studeras, hur stor del av tiden

<sup>60</sup> Ulf P Lundgrens skrifter 1966-1991 En bibliografi sammanställd av Donald Broady och Boel Englund. <http://www.Skeptron.ilu.uu.se/broadys/see/b-upl.htm>

<sup>61</sup> Dahlöf tar upp detta vid ett symposium med namnet *På återbesök i ramfaktorteorin*. Broady, D., Lindblad, S. På återbesök i ramfaktorteorin. Temaintroduktion i *Pedagogisk Forskning i Sverige*. Årg . nr 1 s.1-4. 1999.

<sup>62</sup> Lindensjö, B. & Lundgren U. (2000): s. 178.

<sup>63</sup> Linde, G. (2000): *Det ska ni veta! En introduktion till läroplansteorier*. Lund: Studentlitteratur. s.34 ff. Se även Lindensjö, B. & Lundgren, U. (2000): s.173 ff.

varje ämne ska tilldelas, vilka mål som gäller för undervisningen och vilket innehåll ämnet ska ha. Lindensjö och Lundgren menar att individens olika intressen idag får stå tillbaka för stabila intressegrupper med betydande resurser i den offentliga verksamheten, vilket kan ha ett samband med att samhället idag har minskade resurser för att genomföra genomgripande reformer inom utbildningsområdet.<sup>64</sup> Vidare menar Lindensjö och Lundgren att svårigheterna att genomföra utbildningsreformer ökar i och med en decentralisering av skolan, eftersom det uppstår ett glapp mellan läroplanens intentioner (formuleringsarenan) och realiseringen av läroplanerna (transformerings- och realiseringsarenan).

Linde menar att det finns grundläggande principer för val av innehåll i undervisningen vilket han definierar som läroplanskoder.<sup>65</sup> Dessa koder hjälper oss att förstå stoffurvalet. Nedan följer en kort redogörelse för några av de koder som Linde beskriver och som kan användas vid en analys av läroplaners underliggande syfte.

*Klassisk läroplanskod* – syftar till bildning och daning efter klassiska ideal. Människan ska förändras mot ett visst ideal. Bakomliggande tankar är längtan efter en svunnen tid som ska uppnås igen genom självdisciplin och studieflikt.

*Realistisk läroplanskod* – syftar till vetenskaplig och rationell förståelse av världen. Linde skriver att det naturvetenskapliga programmet är ett exempel på hur denna kod kommer till uttryck. Syftet är att grundlägga en vetenskaplig och rationell världsbild och inte ett tekniskt kunnande som ska omsättas.

*Moralisk läroplanskod* – viss moral och lojalitet ska ingjutas hos medborgarna. Denna läroplanskod speglar maktens värderingar. Linde ser dess främsta användningsområde för massutbildning och obligatorisk skola, exempelvis den svenska folkskolan eller folkbildningen i Kina.

*Rationell läroplanskod* – även kallad nyttokoden och som Linde skriver, är den kod som har fått störst genomslagskraft i det moderna samhället. Läroplanen är ett medel för att utbilda landets barn och ungdomar för praktiska uppgifter ute i samhället. John Dewey och progressivismens tankar ligger här till grund.

Den *aristokratiska läroplanskoden* syftar till att bevara vissa konservativa värden och att skilja elever från olika samhällsklasser åt.

Linde sammanfattar läroplanskoderna i tre områden;

- En vetenskaplig rationell kod, vilken syftar till en vetenskaplig världsbild och genomtänkt livsåskådning.
- En politisk kod, vilken syftar till att befolkningen formas till det staten önskar.
- En nyttokod, vilken syftar till att människor praktiskt ska behärska yrkes- och vardagslivet i samhället.<sup>66</sup>

Eftersom allt stoff inte kan förmedlas i undervisningen menar Linde att det finns principer för hur man gör stofforganisationen. Han använder sig av Basil Bernsteins termer *collect code*

---

<sup>64</sup> Lindensjö, B. & Lundgren, U. (2000): s. 173.

<sup>65</sup> Linde, G (2000): s. 34 ff.

<sup>66</sup> Ibid., s.38.

och *integrative code*.<sup>67</sup> *Collect code* – innebär att man ser enskilda ämnen separerade från varandra. Lärarna är först och främst ämnesrepresentanter, arbetar självständigt och ansvarar för elevernas lärande. Till skillnad från *integrative code* där lärarna identifierar sig som pedagoger i första hand och där det är andra strukturer än ämnet som är samanhållande så som skolklass, lärarlag och ämnesövergripande teman. Linde skriver att Bernstein presenterar ytterligare principer för den stofforganisation som påverkar läroplanstexten under begreppen *competence code* och *performance code*.<sup>68</sup> Här innebär *competence code* att elevens utveckling ska bedömas och inte mätbara kunskaper, till skillnad från *performance code* där eleven tar en roll i skolan, utför uppgifterna som föreligger och tar en annan roll utanför skolan. Det finns skillnad mellan elevens värld utanför skolan med egen kultur och egna regler och det är hur eleverna utför uppgifterna i skolan som ska bedömas.

De föreskrifter som framkommer i den skrivna läroplanen är inte liktydigt med att de kommer förverkligas i undervisningen. I transformeringen av läroplanen finns aktörer så som elever, lärare, skolledare, lärarutbildare, representanter för samhället, m fl.<sup>69</sup> Transformeringsfasen innebär att läroplanen tolkas med tillägg och reduceringar i texten. Här inverkar faktorer som ämnets traditioner, lärarens erfarenheter och potentiella repertoar, läromedel, lärosalar samt närområden (exempelvis lokala idrottsklubbar, utemiljö i närområdet, socialgrupper mm). Själva transformeringen av läroplanen kan utgå från fyra olika huvudgrupper:

- socialt fokus – de krafter utifrån som påverkar vad lärarna tar upp i undervisningen
- ämnesfokus – vad ämnet av tradition innebär och har inneburit vilket kan komma till uttryck i exempelvis läromedel
- lärarfokus – lärarnas utbildning och erfarenhet
- undervisningsprocesserna i fokus – exempelvis hur man anser att man ”ska” undervisa i ämnet, betygssättning mm.

Realiseringen av läroplanen sker i den faktiska undervisningssituationen. Linde talar om själva verkställandet av undervisningen, vars huvuddelar realiserar via kommunikation och aktivitet mellan elever och lärare.<sup>70</sup>

Om läroplanens intentioner ska lyckas är det en avgörande faktor att reformen uppfattas som väsentlig för lärarna och innebär en vinst för dem som ska genomföra den. Lindensjö och Lundgren skriver att:

”Field-implementation” avser den yttersta verkställigheten av reformer, en verkställighet som utförs av verksamhetens ”street level bureaucrats”, i detta fall lärarna. Allt fler forskare pekar på detta led som avgörande för framgång eller misslyckande.<sup>71</sup>

Av tradition äger den enskilde läraren rätt att bedöma hur undervisningen ska bedrivas varför en pedagogisk ledare, så som exempelvis en rektor, sällan kan påtvinga reformer på enskilda lärare. I en decentraliserad organisation blir det nödvändigt att konkretisera de nationella styrdokumenterna och målen och det förutsätter att lärarna delar den värderingsreferens som målen vilar

---

<sup>67</sup> Bernstein, B. ”On Classification and Framing of Educational Knowledge” i *Knowledge and Control: New Directions for Sociology of Education*, pp. 47-69. Young, FD London: Collier McMillen. 1971.

<sup>68</sup> Linde, G (2000). s.40.

<sup>69</sup> Linde, G. (2000). s.48 ff

<sup>70</sup> Ibid., s. 65 ff

<sup>71</sup> Lindensjö, B. & Lundgren U. (2000). s.176.

på. När lärarna ska realisera läroplanen utgår de från sin egen erfarenhet och kunskap samt den faktiska existerande verklighet som de verkar i. De politiska intentionerna som påverkat formuleringarna i läroplanen i det första steget är förmodligen inte det lärarna i främst ser till när läroplanen realiserar. Lindensjö och Lundgren menar att man redan i formuleringsarenan ska ta sig an lärarnas faktiska problem för att skapa gynnsamma attityder till reformer inom skolans verksamhet.<sup>72</sup>

Eftersom den empiriska delen i föreliggande arbete består av lärarintervjuer, befinner sig undersökningsobjekten på transformerings- och realiseringsarenan. Lärarintervjuerna ska sättas i relation till läroplanstexten och formulerings- transformerings- och realiseringsarenorna. Mot bakgrund av ovanstående resonemang kring begreppet hälsa och läroplansteori, vill jag i den fortsatta framställningen belysa hur lärare uppfattar ämnet idrott och hälsa. Hälsa finns med på formuleringsarenan för ämnet idrott och hälsa, men återfinns vi en eller flera diskurser som innefattar hälsa i lärarnas beskrivningar av mål och innehåll i ämnet? Framträder även andra diskurser och hur ska vi i så fall förstå det? Hur beskriver lärarna sin syn på hälsa? Hur bedrivs undervisningen i hälsa och vilket synsätt på hälsa kommer till uttryck i ämnet? Kommer de intentioner som läroplansmakarna har skrivit fram i skolans styrdokument till uttryck i undervisningen enligt intervjuade lärare och i så fall på vilket sätt? Avsikten är att diskutera ovanstående frågor med hjälp av de intervjuade lärarnas utsagor om mål, innehåll och undervisning i ämnet.

---

<sup>72</sup> Ibid., s. 177.

## 4. Syfte och frågeställning

Syftet med studien är att belysa hur lärare som undervisar i idrott och hälsa uttrycker sig om ämnet och då i synnerhet om begreppet hälsa. Vad talar de om och vad utelämnas?

Frågeställningarna har varit följande:

- Vad är lärarnas mål med ämnet?
- Vad uppger lärare att ämnet innehåller och då särskilt hälsodelen?
- Hur definierar lärarna hälsa i ämnet?
- Vad är lärarnas uppfattning om målet med hälsodelen i ämnet?
- Hur arbetar de med begreppet hälsa?

Det övergripande syftet med studien är att belysa vilka mål lärarna har med ämnet idrott och hälsa särskilt vad det gäller hälsodelen. Min intention är att försöka förstå och föra en diskussion om varför hälsa gestaltas på det vis som framkommer i intervjuerna. Vidare vill jag diskutera vad som kan tänkas inverka på hur lärarna transformerar de mål och det innehåll som anges i kursplanerna och om möjligt även diskutera själva realiseringen av läroplanen i undervisningen.

## 5. Metod och urval

Eftersom syftet med studien är att belysa hur lärare som undervisar i idrott och hälsa uttrycker sig om ämnet och då i synnerhet om begreppet hälsa, föranledde det mig att studera läroplanstexten och sätta den i relation till lärarintervjuer. Föreliggande undersökning baseras på 10 intervjuer av lärare (5 kvinnor och 5 män) som undervisar i idrott och hälsa från de lägre åldrarna till gymnasiet. Studien ingår som en del i två projekt med samlingsbeteckningen *Skola – Idrott – Hälsa* (SIH).<sup>73</sup> Urvalet baseras på den första *Skola – Idrott – Hälsa* studien vid namn *Idrott och hälsa under skolåren*. År 2001 inleddes ett forskningsprojekt på Idrottshögskolan i samarbete med Lärarhögskolan, Stockholms universitet och Karolinska institutet med professor Lars-Magnus Engström som vetenskaplig ledare. Ett slumpmässigt urval av skolor med klasser i år 3, 6 och/eller 9 från hela Sverige genomfördes. Sammanlagt deltog 48 skolor, 1976 elever och 75 lärare. Lärarna besvarade enkäter och 16 lärare intervjuades. 2002 genomfördes en uppföljningsstudie av *Skola – Idrott – Hälsa*, där delprojekten går under namnen *Fysisk aktivitet i skola och på fritid*, *Lärprocesser i skilda miljöer* och *Barns och ungdomars fysiska aktivitet*. Uppföljningsstudien innebar att vi under hösten 2002 återvände till 17 skolor, de 8 skolor där vi fann flest fysiskt aktiva barn respektive de 9 skolor med få fysiskt aktiva barn baserat på resultatet från SIH 2001. De 10 intervjuer som ligger till grund för denna studie baseras på de intervjuer som jag själv genomfört i *Skola – Idrott – Hälsa 2002*. Jag intervjuade totalt 11 lärare men en intervju gick inte att använda p.g.a. dålig ljudkvalitet. Lärarna hade blivit tillfrågade per telefon innan intervjuerna om de ville delta. De tillfrågades också vid intervjutillfället om bandupptagning fick ske, vilket alla accepterade.

Skolorna är geografiskt belägna över hela landet. Utbildningsbakgrunden hos lärarna varierar. Två lärare är utbildade för år 1-7 och har 5 till 10 poäng idrott, en lärare är utbildad för år 4-9 och har 10 poäng idrott, tre lärare är utbildade vid GIH/IH i Stockholm och en vid GIH i Örebro och har motsvarande 60 poäng idrott, tre lärare har utländsk idrottslärarexamen. Lärarna har varit verksamma i yrket från 3 till 33 år.

Intervjuerna har bandats och transkriberats av mig. Innan själva intervjuerna genomförde jag två försöksintervjuer för att stämma av frågorna samt se att utrusningen fungerade. Alla band och utskrivna intervjuer är kodade. Varje intervju tog ca en timma och utformades som ett strukturerat samtal där följande områden behandlades; ”målet med undervisningen”, ”ämnesinnehåll”, ”begreppet hälsa och hur det realiserar i undervisningen”, samt ”förändring över tid i ämnet”. Intervjuerna har lästs igenom ett flertal gånger. Efter de första genomläsningarna genomfördes en grov tematisering. Efter hand har nya teman och meningsbärande citat framträtt varför den ursprungliga tematiseringen har förändrats.

Vid bearbetningen och tolkningen av de utskrivna intervjuerna har jag försökt beakta att intervjuerna är ett levande samtal som har omvandlats till skrift. Kvale skriver;

Utskrifterna bör inte vara ämnet för en intervjuundersökning, [...], utan snarare medlet, redskapet, för tolkningen av det som sades under intervjun. Trots att intervjun skapades som muntlig diskurs framträder den i form av en skriven text.<sup>74</sup>

I resultatredovisningen har jag valt att samla citaten utifrån de teman som jag har funnit i intervjuerna. Citat från lärarsvaren kommer att användas för att belysa de olika sätt jag har uppfattat intervjuaren. De teorier om begreppet hälsa samt läroplansteori som tidigare redovisats, kommer att användas för att försöka förklara och förstå det empiriska materialet. Först

<sup>73</sup> Se Engström, L-M. (2004): Förord i boken *Mellan nytta och nöje. Bilder av ämnet idrott och hälsa* red. Larsson, H. & Redelius, K. Idrottshögskolan. Stockholm.

<sup>74</sup> Kvale, S. (1997): *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Studentlitteratur. Lund. s. 166.

kommer en redogörelse för teman som jag har funnit i intervjusvaren rörande *Ämnets mål och innehåll* enligt lärarna. Därefter följer ett avsnitt som svarar på den explicita frågan *Hälsa – vad är det i ämnet idrott och hälsa?* Resultatdelen avslutas med ett kapitel som tar upp några av de villkor som påverkar utformningen av mål och innehåll i undervisningen. Kapitlet har rubriken *Lärarnas syn på ämnets villkor*.

De intervjuade har varit medvetna om min bakgrund som lärarutbildare. De kan i samtalet ha utgått från att jag har en förförståelse och kände till deras verksamhet, vilket kan ha präglat deras svar. Det är möjligt att en annan person skulle ha uppfattat andra teman och utsagor i intervjuerna. Min avsikt har inte varit att finna en ”sann” beskrivning av ämnet utan intervjuerna ska ses som en dialog mellan två personer, i detta fall läraren och mig. Resultatredovisningen gör ej anspråk på att vara en spegling av någon ”sann” verklighet utan snarare en social text, hur man talar om något, vad man säger och vad man utelämnar. I analysen av intervjuerna är det tolkningen av intervjusvaren som blir resultatet. Mitt syfte är att förstå och beskriva vad de intervjuade svarar men också att belysa hur de besvarar frågorna och talar om ämnet, med andra ord sättet de talar om ämnet idrott och hälsa. De frågor jag har ställt till intervjuutskriften är exempelvis; Vad är hälsa i idrott och hälsa enligt lärarna? Finns det någon samsyn mellan lärarna eller svarar man på helt olika sätt? Finns det vissa saker som är gemensamma och vissa saker som inte är det i sättet att se på ämnet? Framträder något mål och/eller innehåll oftare än något annat i beskrivningen av undervisningen? I samband med citaten kommer jag att föra en diskussion kring de olika sätt jag har sett och tolkat citaten. Därefter följer en avslutande diskussion i kapitel sju.

## 6. Resultat och analys

Mitt syfte med studien är att belysa hur lärare som undervisar i idrott och hälsa uttrycker sig om ämnet och då särskilt när det gäller hälsobegreppet. Vad talar man om och vad utelämnar man? Innan jag går in på själva resultatredovisningen vill jag ge några läsanvisningar. Resultaten redovisas och diskuteras med hjälp av citat under tre huvudrubriker *Ämnets mål och innehåll enligt lärarna*, *Hälsa – vad är det i ämnet idrott och hälsa?*, och *Lärarnas syn på ämnets villkor*. Teman som framträder i min tolkning har jag samlat i underrubriker. Min ambition är att ha ett tolkande och reflekterande perspektiv varför resultaten inte ska ses som absoluta avtryck av verkligheten. De visar istället olika förståelse av ämnet idrott och hälsa och hur lärarna uttrycker sig om dessa. För att analysera och diskutera lärarnas utsagor har jag inspirerats av läroplansteori och teorier om hälsa.

### 6.1 Ämnets mål och innehåll enligt lärarna

I intervjuerna angav lärarna att ämnet innehöll många aktiviteter av vitt skilda slag, allt ifrån traditionella spel så som volleyboll, racketspel, fotboll till varianter av färdiga spel exempelvis ballongvolleyboll. Flera varianter av lekar, redskapsövningar, friluftslivsaktiviteter, friidrott, dans och avslappning var också aktiviteter som räknades upp. Totalt nämns 112 aktiviteter i intervjuerna. Med tanke på alla de aktiviteter som anges är det angeläget att undersöka vad målet med undervisningen är, vad ämnets huvudsakliga innehåll är och vad man vill åstadkomma med aktiviteterna.

#### ”Det ska vara roligt”

Det som alla lärare betonar i intervjuerna är att ämnet ska vara roligt. Så gott som alla lärare uttrycker att målet med undervisningen är att ha roligt och att undervisningen ska präglas av lek och glädje. Att ämnet ska upplevas som roligt kan ses ur flera olika aspekter. Ämnet är nära förknippat med den fria tidens aktiviteter (vilket jag kommer att återkomma till), där fritiden ska vara nöjsam och fylld med roliga och spännande upplevelse. De aktiviteter man gör på fritiden bidrar i hög grad till ungdomars identitetsskapande.<sup>75</sup> Det kan ses utifrån vår tids förändrade uppväxtvillkor där exempelvis ungdomstiden och utbildningstiden har förlängts och det faktum att vi förfogar över en fritid som var få förunnande i början av seklet.<sup>76</sup> Det blir med andra ord viktigt att ha en spännande, upplevelserik och rolig tillvaro på fritiden, där vissa aktiviteter man ägnar sig åt, påminner om de aktiviteter som återfinns i ämnet idrott och hälsa. Ämnet kan mer ses som ett upplevelseämne som ska uppfattas som roligt, vara ett nöje och ge rekreation till övriga verksamheter i skolan. Det kan också ses utifrån att vi kan sägas leva i en hedonistisk tid<sup>77</sup> som betonar upplevelser, njutning och lust tillsammans med självförverkligande och individualisering både för barn och för vuxna.<sup>78</sup> Förväntningarna från vissa elever och även lärarnas egna förväntningar av att idrott och fysisk aktivitet är mer ett nöje och något lustfyllt, kan avspeglats i svaren om att det ska vara roligt. Just upplevelsen av att ämnet ska uppfattas som roligt framkommer när lärarna beskriver vad målet med ämnet är:

<sup>75</sup> Nilsson, P. (1994): *Den allvarsamma fritiden*. Statens ungdomsråd. Stockholm. s. 11.

<sup>76</sup> Richardsson, G. (1999): s. 59. ff. Fornäs, J. m.fl (1991): *Ungdomskultur, identitet och motstånd*. Stockholm. Brutus Östlings Bokförlag. Symposium Bibliotek.

<sup>77</sup> Nationalencyklopedin definierar hedonism enligt följande; enligt psykologin en teori som går ut på att det enda mål som människan ytterst har för sina handlingar är att uppnå lust eller lycka (och undvika olust och lidande) för egen del.

<sup>78</sup> Orlenius, K. (2001): *Värdegrunden - finns den?* Stockholm. Runa förlag. s. 73 ff.



Ja, att det ska va kul på gympan, det ska va roligt alltså. (Lärare 15)

Att ha roligt framför allt! (Lärare 10)

[...] Alltså för det första vill jag att det ska vara trevligt och glatt på idrottslektionerna. Det ska vara skoj och kul att gå på idrotten. Alltså glädje och lekfullhet, det är huvudsyftet av en enstaka idrottstimme. (Lärare 1)

Här tycks själva målet med ämnet vara att ha roligt på lektionerna. Några lärare uttrycker att det ska vara roligt men mer som ett syfte för att motionera och röra på sig. De hänvisar till att det ska kännas roligt. Frågan är för vem ska det kännas roligt och på vilket sätt. Lärarna lägger sig vinn om att genomföra undervisning som uppskattas av alla. Det är dock en omöjlighet att bedriva undervisning utifrån ämnets intentioner och samtidigt tillfredsställa alla elevers önskningsar så att ämnet upplevs som roligt av alla. Studier visar att ett vanligt sätt att hantera undervisningssituationen är att lärare riktar in sin undervisning på de elever som utgör den största homogena undervisningsgruppen och som kunskapsmässigt ligger i mitten.<sup>79</sup> Med den strategin tappar man de svagaste eleverna men även de kunnigaste, samtidigt som man har störst möjligheter att genomföra lektioner som tillfredsställer de flesta.

Lärarna hänvisar ofta till att det ska kännas roligt (känslan i kroppen), vilket kan förstås utifrån att det kinestetiska lärandet hamnar i fokus.<sup>80</sup> Ytterligare ett sätt att förstå talet om känslan i kroppen är att lärarna själva är präglade av egna upplevelser av den kroppsliga praktik de verkar i, där kroppsliga handlingar och upplevelser inte alltid teoretiseras och/eller verbaliseras.

Ja på kort sikt är det ju att det ska va kul och gå dit och det ska vara en skön känsla i kroppen när man går därifrån och att man ska ha haft skoj. (Lärare 12)

Att dom ska tycka det är roligt att röra på sig. Det är det jag tycker, det är det viktigaste det är det. Att dom ska känna glädjen i det, att dom ska ha kul på gympan. (Lärare 12)

Det är att de ska tycka motion är roligt och att de vill fortsätta sen efteråt. Att de har kvar känslan att detta är roligt. Det är det viktigaste och inte ta död på glädjen för de flesta barn tycker det är roligt när de är små. (Lärare 16)

Att ämnet ska uppfattas som roligt kan dels vara en pedagogisk metod för att man underlättar inläring om aktiviteterna uppfattas som roliga, dels kan lust till lärande vara en förutsättning för ett livslångt lärande. I Lpo 94 står det bl.a. att ”Skolan ska sträva efter att varje elev – utvecklar nyfikenhet och lust att lära”.<sup>81</sup> Även läroplaner innan Lpo 94 har betonat livslångt lärande men just lust till lärande har inte skrivits fram på liknande sätt i tidigare läroplaner. Ytterligare ett sätt att se det kan vara, att ämnet kan tjäna som en avkopplig till annan verksamhet i skolan, en möjlighet till rekreation, vilket kan jämföras med motionspass eller lunchpromenader på andra arbetsplatser.

De lärare som har verkat i ämnet under många år menar att det har skett en förändring och att det tidigare inte var lika viktigt att ämnet uppfattades som roligt. Idag kan det uppfattas som en förutsättning för att legitimera ämnet. Är inte ämnet roligt finns det en rädsla för att det inte får lika stort utrymme i skolan. Det kan också böttna i en vilja att vara uppskattad som lärare och företrädare för ett ämne.

<sup>79</sup> Lundgren, U. P. (1981): s.193. ff.

<sup>80</sup> Kinestetisk perception är varseblivande av kroppens och kroppsdelarnas läge och rörelse enligt *Pedagogisk uppslagsbok. Från A till Ö utan pekpinnar*. Stockholm. Informationsförlaget, Lärarförbundets Förlag. 1996. s. 304.

<sup>81</sup> Lpo 94. Kapitel två mål och riktlinjer. s. 9.

Och det är ju inte heller nåt som gör det lättare nu. Barn av idag är ju mer det ska hända grejer, det ska vara kul, det ska liksom va, dom är uppskrivade på ett helt annat sätt än vad dom va för 20 år sen. Då var det ju mer att man behövde inte vara så himla rolig för att man skulle göra sig. (Lärare 14)

Citatet belyser bl.a. utvecklingen mot ett samhälle som betonar den myckna stimulans för barn och ungdomar, där det finns ett stort utbud av aktiviteter att välja mellan.<sup>82</sup> Genom att eleverna uppfattar ämnet som roligt upplever läraren att man svarar upp mot de krav som ställs, där man anser att barn idag pockar på mer aktivitet, upplevelser och stimulans. Upplevelsen står i fokus och det finns en oro hos lärarna att eleverna uppfattar momenten som tråkiga. Elevernas uppfattning om olika moment påverkar således utformningen av ämnet. Lärarna styr undervisning mot vad eleverna tycker om att göra men också gentemot de strömningar som finns i samhället i stort. Ämnet legitimeras av att eleverna upplever det som roligt, vilket kanske inte uppfattas som lika viktigt i andra ämnen, enligt intervjuade lärare. Det är troligt att tråkiga eller upprepande av övningar för att öka kunskap och färdighet inte ifrågasätts lika mycket i andra ämnen.

I idrott och hälsa betonas upplevelsen av ämnet, att man gör många aktiviteter. Färdighetsträningen står inte i fokus när läraren talar om ämnet. Nedan följer ytterligare ett exempel på svar på frågan vad målet med undervisningen var:

Det är väl mer att dom ska tycka att det är roligt, att dom ska bli trötta plus att dom ska få prova på olika saker som dom kanske kan fastna för. (Lärare 13)

Jag ber läraren konkretisera vad som ska förmedlas i ämnet.

Vad dom ska få med sig ut i livet? Ja en positiv bild av att röra sig tycker jag. (Lärare 13)

Jag fortsätter fråga om läraren kan konkretisera ytterligare vad man ska lära sig som elev i ämnet i förhållande till andra ämnen och läraren har då tidigare givit exempel på aktiviteter som ingår i planeringen.

**Om jag säger så här att i matte, vad ska dom kunna där?**

Jo, det kanske är lätt att pricka upp, asså jag ser inte som min uppgift som idrottslärare att dom ska kunna stå på händer i fem minuter och göra det och göra det och göra det och göra det, absolut inte utan det har jag backat ifrån och det tror jag inte är det viktigaste heller.

Utän det viktigaste är att, hade jag haft redskap med en del av killarna här tio veckor så skulle dom tycka att det hade varit skittrist med ämnet idrott. Och då tycker jag det räcker att dom får prova på det. (Lärare 13)

Här framkommer en oro för att eleverna inte ska uppskatta ämnet, tröttna på att jobba vidare och anstränga sig, varför läraren väljer bort moment som inte uppskattas och som kan uppfattas som svåra eller tråkiga. Det är inte särskilt uppseendeväckande att det är den grupp som har ett stort inflytande över ämnet, blir den grupp som läraren lägger sig vinn om att de ska uppskatta aktiviteterna i ämnet. Problemet tydliggörs och försvåras när inte lärare själva har uttalade eller konkretiserade uppnåendemål vad gäller kunskapskrav och lärande i ämnet.

---

<sup>82</sup> Många barn och ungdomar har på sin fritid flera aktiviteter att välja mellan. Den sociala bakgrunden har inte längre samma predestinerande betydelse för individen som tidigare. De unga sägs kunna agera utifrån en "kulturell friställning". Samtidigt är valfriheten skenbar eftersom det exempelvis krävs resursstarka föräldrar med tillgång till ekonomiskt- och socialt kapital. Se vidare exempelvis *Kulturell friställning och narcissistisk sårbarhet* av Thomas Ziehe i boken *Ungdomskultur identitet och motstånd*. Fornäs, J. m.fl. (1991); Stockholm. Symposium Bibliotek.

Följande citat vill visa på att ämnet ska vara roligt för att man ska skapa ett bestående intresse för ämnet och därmed skapa lust till ett livslångt lärande av fysisk aktivitet och rörelse.

Jag vill att dom ska ha kul. Jag vill att de ska gå härifrån och känna att de har varit bra och att de har haft roligt och nu ska jag gå och duscha. Och att alla ska röra på sig så mycket som möjligt och även föröka skapa ett intresse för ett idrottsliv att börja träna själv. Det är ju så. Det är viktigt att det är roligt och att de skapas ett intresse. Och att de har rörelseglädje.  
(Lärare 5)

Det kan ses som att lärarna är väl förtrogna med Lpo 94 där det bl.a. står; Ämnets syfte och roll i utbildningen; Mål att sträva mot; ” – stimulera till ett bestående intresse för regelbunden fysisk aktivitet och ta ansvar för sin hälsa”<sup>83</sup>

Läraren betonar vikten av att ha roligt för att vilja fortsätta att idrotta men det kan också vara ett sätt att belysa hur ämnet ska utformas, ett pedagogiskt sätt att möjliggöra och förbättra lärprocessen. Ämnet ska ge rörelseglädje hos eleverna. Frågan är vad rörelseglädje innebär och också om det är rörelseglädje i stunden och/eller något som är bestående? Genom att betona att det ska vara roligt kan man se det som att lärarna uttrycker att det viktiga är just att skapa lust till lärande och det är av den anledningen de anstränger sig för att ämnet ska uppfattas som roligt. Det kan med andra ord vara en pedagogisk form för att förstärka lärprocessen i ämnet.

#### *Sammanfattande kommentar*

Att ämnet ska uppfattas som roligt kan ha flera förklaringar varav några redan är nämnda. ”Det roliga” kan ses som ett mål i sig, för att eleverna ska orka med och stå ut med arbetsamma och fysiskt tröttande moment i undervisningen. Genom att göra ämnet uppskattat menar också många att man lägger grunden för ett livslångt intresse. Det finns också troligen en vetskap hos lärarna om elevers utsatthet i ämnet som särskiljer det från andra ämnen i och med att man byter om och duschar, exponerar sig och sitt kunnande på ett påtagligt sätt. Det kan därför vara än viktigare att eleverna upplever ämnet som roligt för att övervinna eventuell rädsla och otillräcklighet. Ämnet har genom åren haft ett rykte om sig att vara populärt, vilket också flera studier visar.<sup>84</sup> Det kan i sin tur sätta tryck på lärarna att ämnet ”måste” uppfattas som roligt. Samtidigt som vi vet att många barn och ungdomar uppskattar ämnet vet vi också att det finns en grupp som är mindre positivt inställda till ämnet och att det framkommer tydligt i ämnet eftersom det är svårt att ”gömma” sig och försvinna i mängden eller sysselsätta sig så att läraren tror att man arbetar.<sup>85</sup> Det är ett fenomen som flera lärare känner till vilket kan vara anledningen till varför man lägger sig extra vinn om att göra ämnet roligt och lustfyllt.

#### **”Det ska vara lekfullt”**

Nära målet ”det ska vara roligt” ligger målet att ”det ska vara lekfullt”. Vissa viktiga skillnader finns det dock. Den nederländske filosofen Johan Huizinga företräder teorin om den lekande människan och menar att människan leker sig fram både som barn och som vuxen på alla nivåer.<sup>86</sup> Istället för att kalla människan *Homo sapiens* borde man benämna människan

<sup>83</sup> Lpo 94 <http://www.skolverket.se> kursplaner/grundskolan/amne/idrott&halsa

<sup>84</sup> Se vidare Eriksson, C., m.fl. (2003). Lundvall, S., m.fl. (2002).

Mattson, L. (1993).

<sup>85</sup> Redelius, K., Bäst eller pest! Ämnet idrott och hälsa bland elever i grundskolans senare år. *Mellan nytta och nöje. Bilder av ämnet idrott och hälsa*. Red. Larsson, H. & Redelius, K. (2004). Strandell, A. m.fl. Sätt Sverige i rörelse. Delrapport om förskolan/skolan. Stockholm. Folkhälsoinstitutet. 2001.

<sup>86</sup> Thente, J. Dagens Nyheter den 3 april 2004. Huizinga, J. (1945): *Den lekande människan (Homo ludens)* översättning Gunnar Branell. Stockholm Gustaf Lindström Boktryckeri.

för Homo ludens enligt Huizinga. Lekens betydelse för barns och ungdomars utveckling är något som framkommer i olika pedagogiska teorier.<sup>87</sup> Men det är inte helt enkelt att definiera vad lek är. Några kännetecken är att leken skapar utrymme för att ingenting är omöjligt, den ger möjlighet till fantasi, spontanitet och skapande, och den roar och ger spänning för stunden.<sup>88</sup> I boken *Barn i rörelse* skriver Grindberg och Jagtoien att leken är en frivillig aktivitet. Leken som pedagogisk metod framhålls i lärarintervjuerna och alla lärare betonar att ämnet ska bedrivas i en lekfull anda, där många av aktiviteterna går i lekens tecken. När de talar om innehållet i ämnet återkommer de ofta till att aktiviteterna ska bedrivas genom lek. Leken blir med andra ord en pedagogisk form för lärandet.

Sen naturligtvis också en viss träning av alla dom där färdigheter och egenskaper som har med idrotten att göra, och har man bollspel då får det gärna vara lite teknikträning också fast helst inbunden i lekar så att inte den där delen försvinner, att det är ändå lek och inte färdiga proffsiga spelet som är målsättningen. (Lärare 1)

[...] Sen är det ju alla möjliga bollekar och bollspel naturligtvis och i år 4 leker vi hela tiden och redskap. (Lärare 5)

På frågan vad en lärare använder för redskap i ämnet svarar man följande:

Ja, det är mattan och ringar och lek. Det är det man använder. (Lärare 5)

En annan lärare beskriver vidare sin undervisning som följer:

[...] vi har den där inriktningen på lek det tror jag mycket på. Att man i den åldern mellan tio och femton gillar att leka, alltså man tror ofta att fjorton femton är så mogna redan dom är inte roade av lek längre. Det stämmer egentligen inte, man vill gärna göra dem för tidigt till vuxna. Dom gillar.(pause) jag kan ibland ha en timme med små lekar som catch the flag, alltså flagg-leken med nior och de har jätte kul med det som små barn. Så det är lite grand min specialare att även nior gillar att leka. Och kanske är det just därför dom över lag tycker om idrotten, att det är omtyckt. Kanske är det också så att man upplever att det är för mycket stillasittande i skola och här får man i alla fall röra på sig bara så enkelt va, det kan också vara så. Jag vet ju att det är, det är inget speciellt att elever tycker att idrottsämnet är roligast, det är ju ganska vanligt, men det är väldigt påtagligt här, i min gamla skola var det inte riktigt så. (Lärare 1)

Leken betonas även av de lärare som också undervisar i grundskolans högre åldrar. Att leken poängteras kan förstås som att lärarna arbetar efter läroplanens intentioner där leken skrivs fram som mål att sträva mot.<sup>89</sup> En annan möjlig tolkning är att man vill tona ned prestationskraven i ämnet och ta fram den spänning som leken kan ge men utan fokus på konkurrens och tävlande. Läraren refererar till tidigare erfarenheter av ämnet då det fanns tydligare krav (uttalade eller outtalade i läroplanstexterna) på de färdigheter som eleverna skulle kunna utföra i ämnet. Nu har istället färdighetsträningen förskjutits mot lek.

Då hade man mycket större krav på utförandet över huvud taget, man var mycket mer seriös än vad man är nu, alltså som lärare, nu är det mer lek. (Lärare 15)

[...] det har jag alltid tyckt att prestation är inte det absolut viktigaste momentet inom idrott utan det är lekmomentet. Och det har jag hållit fast vid i alla år att leken är den som är central i skolidrotten, inte prestationen. (Lärare 1)

---

<sup>87</sup> Se vidare exempelvis Lindberg, T. & Jagtoien, G.L. (2000): *Barn i rörelse. Fysisk aktivitet och lek i förskolan och skolan*. Lund. Studentlitteratur. Olofsson Knutsdotter, B. (1987): *Lek för livet*. HLS förlag. Stockholm och *Varför leker inte barnen?* (1991). HLS förlag. Stockholm.

<sup>88</sup> Lindberg, T. & Jagtoien, G.L. (2000). *Barn i rörelse. Fysisk aktivitet och lek i förskolan och skolan*. Lund. Studentlitteratur. s.81 ff. Olofsson Knutsdotter, B. (1991).

<sup>89</sup> Se vidare Lpo 94 Mål att sträva mot.

Ämnet ses inte som ett kunskapsämne att jämföra med exempelvis matematik och svenska. Det är inte rörelsen i sig i form av inläring av rörelser eller att träna specifika rörelsekunskaper som betonas utan ämnet används för avkoppling. Ämnet kan också ses som stöd för andra ämnen för att göra dem lättsammare, roligare och förbättra inläringen av specifika moment.

Det är att vi flyttar ut undervisningen utomhus men där det ingår mycket rörelse i utedagen, att vi går en, nu i femman så får det ju bli en rejäl sträcka eller cyklar iväg med dom och där är oftast mycket med nån rörelse lek eller så som finns med där ute. Annars så är det svenskan och engelskan och matten som vi tar med oss och har lite lekar runt om och där är det förstås rörelselekar, det är bara då att det är dom ämneskunskaperna vi tränar. (Lärare 12)

### *Sammanfattande kommentar*

Lärarna betonar leken i ämnet. De arbetar med andra ord efter läroplanens intentioner där bl.a. strävansmålen uttrycker ” – utveckla förmågan att leka, motionera och idrotta på egen hand och tillsammans med andra” att eleverna ska utveckla förmågan att leka.<sup>90</sup> Tidigare läroplaner har också uttryckt lekens plats/betydelse i ämnet. Ämnet har också haft namnet *Gymnastik med lek och idrott*.<sup>91</sup> Ekberg och Erberth skriver i boken *Fysisk bildning – om ämnet Idrott och hälsa* att under förarbetet till Lpo 94 fanns länge namnet ”Lek, idrott och hälsa” med som förslag till namn på ämnet i grundskolan.<sup>92</sup> I Skola – Idrott – Hälsa 2001 (SIH 2001) anser lärarna att det är mindre viktigt att uppfylla läroplanens/kursplanens mål.<sup>93</sup> Trots det arbetar man efter läroplanernas intentioner. Det kan bero på att man har tagit del av läroplanen vid arbetet med de lokala kursplanerna, tilltalats av texterna som berör lek samt att lek har varit möjligt att konkretisera och omsätta direkt i undervisningen. Ett annat sätt att förstå deras tal om lek är att leken kan ha tagits upp i utbildningen både i den allmänna delen av lärarutbildningen och i ämnesutbildningen i idrott och hälsa. Flera lärare har erfarenheter från den fria tidens fysiska aktivitet, där leken kan finnas som inslag men långt ifrån alltid. Leken kan vara ett pedagogiskt hjälpmedel för att underlätta inläring av motoriskt kunnande men också möjliggöra undervisning där spänning, fantasi och kreativitet frigörs. Dessutom kan leken ses som en arbetsmetod att förmedla och integrera annan kunskap i andra ämnen. Annan kunskap kan vara ämnesintegrering för att underlätta lärandet i exempelvis matematik.

Ytterligare ett sätt att förstå intervjuaren är att leken kan vara ett sätt att ta tillvara vårt kulturarv i form av lekar, som idag ska konkurrera med skärmbundna aktiviteter. En annan möjlig tolkning är att det lärarna anser minst viktigt att åstadkomma i ämnet är att tävla och konkurrera i ämnet.<sup>94</sup> Leken kan då tona ned konkurrens och tävling även om onekligen vissa lekar kan ge upphov till konkurrens och tävling mellan eleverna.

I tidigare studier och utvärderingar framkommer att leken är vanligt förekommande i ämnet och att lärarna anser att eleverna är duktiga på att leka.<sup>95</sup> I SIH projektet<sup>96</sup> uppger barnen bl.a. att de lär sig hur olika idrotter går till i ämnet och att bollekar är relativt uppskattade bland eleverna.<sup>97</sup> Att ha roligt och uppleva saker är en del i den allmänna diskussionen om hur barn och ungdomar kan lära och utvecklas på ett positivt sätt. Lärarna är säkerligen medvetna om lekens pedagogiska möjligheter till lärande men det är inget man poängterar eller talar om i intervjuerna.

---

<sup>90</sup> Lpo 94 Mål att sträva mot.

<sup>91</sup> Läroplan år 1919.

<sup>92</sup> Ekberg, J-L. Erberth, B. (2000): *Fysisk bildning – om ämnet Idrott och hälsa*. Lund. Studentlitteratur. s. 54

<sup>93</sup> Lundvall, S. m.fl. (2002) s. 17-20.

<sup>94</sup> Ibid.

<sup>95</sup> Ibid.

<sup>96</sup> Skola – Idrott – Hälsa SIH och 2002.

<sup>97</sup> Redelius. K. (2004).

## ”Det ska vara nyttigt nu och i framtiden”

Vikten av att vara fysiskt aktiv betonas ofta ur ett folkhälsoperspektiv. Man ska vara fysiskt aktiv för att investera i en god hälsa. Den egna möjligheten (och ansvaret) att forma en hälsosam kropp är en bild som dessutom framkommer i massmedia. Engström beskriver att fysisk aktivitet kan ses utifrån ett investeringsvärde i boken *Idrott som social markör*. Det meningskapande blir då att ägna sig åt fysisk aktivitet i syfte att i någon form få belöning efter själva träningen t. ex att vinna bättre hälsa.<sup>98</sup> Förutom att lärarna betonar att ämnet ska upplevas som roligt, glädjefyllt, lekfullt och inte prestationsinriktat uttrycker de nyttan av att vara fysiskt aktiv. Dessutom vill de förmedla en vilja av att vara fysiskt aktiv under hela livet i syfte att förbättra hälsan. Det kan ses som att de tar fasta på investeringsvärdet av att bedriva fysisk aktivitet.

Men det är dom två mål som jag anser är viktigast, dels att man förstå betydelsen av fysisk träning och fysisk aktivitet för sin allmänna hälsa och för att orka med och dels för att kanske få en kick att hålla på med någonting livet ut. (Lärare 1)

Eleverna ska vara fysiskt aktiva för att motverka sjukdomar och undvika framtida sjukskrivningar. Detta tema återfinns i den massmediala debatten, där nyttan av att röra på sig så att man kan motverka fetma och hålla sig frisk framhålls.<sup>99</sup> Här talar man först och främst om vikten av att få med de elever som inte är så aktiva, de som man tror behöver det bäst. Läroplanen betonar att alla ska ges möjlighet till fysisk aktivitet varför lärarna här verkar, medvetet eller omedvetet, för att uppfylla läroplanens intentioner.

Så jag tror att man försöker nog lyfta, i alla fall här hos oss, försöker vi lyfta fram dom som inte rör på sig så mycket för dom är ändå dom viktigaste som inte ska bli dåliga och sjuka så att säga. (Lärare 15)

Lärarna förmedlar ett vuxenperspektiv av att det är nyttigt att röra på sig och att man mår bra om man motionerar. Man framhåller möjligheterna till ett friskare liv som vuxen. Däremot betonar man inte vikten av att utveckla motoriskt kunniga barn. Ämnet kan i detta perspektiv sägas vara till för att väcka viljan att röra sig även som vuxen. Ämnet ska inte bara vara en upplevelse ”här och nu” utan också vara en investering för framtiden. Det innehåll som i första hand uttrycks är vikten av att eleven förstår att röra sig som vuxen. Att förmedla känslan av att vara rörelsekompetent är inget man betonar eller talar om. Ämnet blir i sig ett medel att nå målet att vara aktiv i vuxen ålder. Lärarna vill uppmuntra eleverna till att fortsätta motionera i hopp om att hålla sjukdomar och ömmande kroppar borta. Lärarnas egna intressen framträder när de talar om vikten av att röra sig. Det är ett fenomen som förmodligen även finns bland andra lärarkategorier.

Att detta är roligt – fortsatt motionera när ni blir vuxna. Och som vuxna och många barn också som har så dålig hållning och så dåligt med muskler på ryggen och får ont och så många sjukskrivningar, vi har folk här i huset också som är sjukskrivna och har så dålig hälsa så det är det man ska undvika. Om vi kan hjälpa dem och själv är jag inne i den här motionsbiten och Friskis och Svettis jag vet ju hur viktigt och gott det är när man gillar ämnet. (Lärare 16)

Några lärare uttrycker att målet är att skapa ett intresse för fysisk aktivitet på fritiden. Att ”göra ingenting” ses inte som något eftersträvänsvärt. Att inte vara fysiskt aktiv på fritiden är att ”göra ingenting”. Som god medborgare ska man ha en aktiv fritid.

<sup>98</sup> Engström, L-M. (1999). s. 26.

<sup>99</sup> Lönn, M. (2003). Fetare, svagare, sämre ... *Svenska Dagbladet* den 8 september 2003

Det jag anser vara viktigast det är att alla ska hitta nåt att göra som dom tycker om och kan utöva själva. Det informerar jag dom om redan i sjuan, att det är målet. Inte att det är att dom måste bli duktiga i nåt speciellt ämne. (Lärare 10)

Som tidigare nämnts så betonar några lärare att målet med undervisningen är att skapa intresse så att eleverna ska fortsätta med aktiviteter när de blir vuxna. Andra lärare uttrycker att eleverna ska lära sig betydelsen av fysisk aktivitet för att förstå hur kroppen fungerar. Detta menar de kan ske genom att eleverna exempelvis hoppar, snurrar, kastar, springer, balanserar, höjer pulsen och anstränger musklerna och samtidigt bli informerade om vad som händer i kroppen. Undervisningsformen skiljer sig på så sätt från när eleverna lär sig om hur exempelvis hjärtat och musklerna fungerar i naturkunskap genom att ha lektioner där de sitter i sina bänkar när läraren undervisar och där de själva läser, gör skriftliga övningar och svarar på frågor. I följande citat visar läraren på att man kan lära med hela kroppen, med andra ord involvera hela kroppen i lärandet. Läraren berättar *vad* man ska göra, *hur* man ska göra och *varför* man ska göra övningen. Eleverna utför övningen och på så sätt får de en möjlighet att uppleva övningen, känna musklerna som arbetar och förhoppningsvis lära sig utföra övningen.

Hmm, det tycker jag också är viktigt att jag, ja, det som jag kan vill jag att mina barn ska också kunna. Men (mummel och tystnad) om jag gör något till exempel en övning, till exempel sit-ups vill jag berätta varför dom gör den här sit-upsen och vad det är bra på att visa lite grann så här och då vet dom att den här sit-upsen är inte bara för att jag vill att dom ska göra det, dom gör sit-upsen därför att det är bra för det och det, dom har ju nytta, det är inte för min skull. Det är ju, dom gör ju det för sig själv. (Lärare 7)

Nästa citat är ett exempel som ska belysa vetskapen om en bild som eleverna har av ämnet och att man som lärare vill vara tillmötesgående i undervisningen. Teori i form av föreläsning och stillasittande motsvarar inte de förväntningar som eleverna (och läraren själv) har på ämnet.

Ja, till exempel på uppvärmningen då kan man enkelt ha koll på egen puls sen är det lätt att räkna ut hjärtslag per minut. Då vet man direkt att under ansträngningarna blodet cirkulerar fortare och transporterar näring och energi till kroppen.

**Ja, och det är ett sånt exempel?**

Ja, jag försöker göra det med enkla medel. Börjar man dra stora föredrag då somnar eleverna. När man gör såna enkla schematiskt då märker man så småningom att eleverna behåller information så deras kunskaper om hur kroppen fungerar är bättre.

**Hur stort är den här teoridelen?**

Ja, jag vet inte. Jag i alla fall brukar jag inte dra strikta föreläsningar. Oftast är det nåt moment inplanterat i olika sammanhang. Vissa perioder tar man upp frågor ... Men först och främst kroppens funktioner, hur den fungerar och på ett mycket enkelt sätt så att det går in och fastnar. (Lärare 6)

Den egna kroppen används som ”redskap” för att eleverna ska lära sig om hur olika idrotter fungerar, men också för att på ett medvetet sätt lära sig ”nyttan” av fysisk aktivitet och träning. I och med att man genomför olika moment ska eleverna lära sig om *vad*, *hur* och *varför* man tränar kroppen. Ämnet blir då ett medel för att tillägna sig kunskap om exempelvis träning och fysisk aktivitet. Läraren informerar om *vad* man tränar och *varför* träning är viktigt. Däremot framkommer det inte om och i så fall hur problemformulering och reflektion i ämnet genomförs. Risken är att eleverna endast genomför aktiviteter och får information som inte kopplas till lärande i ämnet idrott och hälsa och att det egentligen inte sker den inläring som det var tänkt. Förmodligen får man information och möjligen fakta i ämnet men knappast förståelse och förtrogenhet. De lärare som har undervisat under flera år menar att ämnet tidigare var mer ett färdighetsämne medan det idag är viktigare att man rör på sig utan krav på utförande.

Alla ska tycka om att röra på sig, det är målet. Förut var det mer att man kunde även titta på hur man gjorde saker och ting och var lite mer petig. Så att det är ju inte samma ämne över huvud taget tycker jag. (Lärare 15)

### *Sammanfattande kommentar*

I ovanstående citat uttrycks att målet är att man ska vara aktiv på lektionerna och att man ska skapa ett intresse för fysisk aktivitet även som vuxen. Aktiviteten står i fokus både idag och i framtiden. Man ska skapa lust att röra sig livet ut och aktiviteterna som man utför i ämnet ses som nyttiga eftersom man rör på sig, svettas och blir trött. Vad eleverna sedan gör i form av olika övningar eller hur övningarna utförs under lektionerna verkar vara mindre viktigt. Det framkommer också att ämnet kan ses som ett medel för att få ökad kunskap om kroppen och fysisk träning genom att eleverna *gör* och läraren *informerar* om *vad*, *hur* och *varför* man gör olika övningar. Risken är att undervisningen trots detta innehåller aktiviteter utan koppling till dessa aktiviteters fysiologiska (och även psykologiska och sociologiska) betydelse. En ökad medvetenhet och förmåga att konkretisera att de faktiskt försöker integrera teoretisk och praktisk kunskap i ämnet skulle ge möjligheter till ökat lärande för elever. Dessutom skulle träning i att uttrycka vilket kunnande man vill åstadkomma (att försöka verbalisera ”den tysta kunskapen”) ge möjligheter att utveckla ämnet. Det framkommer inte heller om ämnet kan bidra till motorisk utveckling och färdighetsträning i form av utmaningar att våga mer eller öka sin fysiska kapacitet.

### **Att anstränga kroppen**

Att säga att kroppen är i fokus i ämnet idrott och hälsa är som att slå in öppna dörrar. Hur jag som lärare ska se på kroppen och vad jag vill åstadkomma med kroppen är däremot inte helt självklart. Ska kroppen tränas, tuktas och kontrolleras eller är kroppen en arena för upplevelser som utgör grunden för lärande, lek och kreativitet? I ämnet framträder ofta, men långt ifrån alltid, en dualistisk syn på kroppen, där man ser människan som uppdelad i kropp och själ, (en tänkande och en fysisk del). Den franske filosofen René Descartes (1596-1650) företrädde denna syn som i mångt och mycket även präglar vår tids syn på människan. En annan fransk filosof och psykolog, Maurice Merleau-Ponty (1908-1961) menar att ”vi är vår kropp”<sup>100</sup>. Liv Duesund skriver i boken *Kropp, kunskap & självuppfattning* med utgångspunkt från Merleau-Ponty följande;

”Grundvalen för erfarenheter är ett *tyst kroppsligt vetande*. Kroppens förhållande till omvärlden är varken mekaniskt, intellektuellt eller biologiskt, utan existentiellt.<sup>101</sup>

En kroppslig kunskap, ett tyst kroppsligt vetande är med andra ord grunden för all erfarenhet. Vidare skriver hon att det inte är en självklarhet;

”att vi *är* våra kroppar utan snarare att vi *har* våra kroppar.”<sup>102</sup>

Kroppen är i centrum och det är från kroppen vi måste utgå om vi vill förstå människans existensvillkor. Vi blir medvetna om/varseblir omvärlden genom vår egen kropp. Det är också genom vår kropp vi lär känna vår egen kropp, med andra ord oss själva som individer. Kroppen i sig är en levande kraft som ständigt befinner sig i oupphörlig dialog både med människan själv och med omvärlden.<sup>103</sup>

<sup>100</sup> Merleau-Ponty, M. (1962). *Phenomenology of Perception*. London. Routledge & Kegan.

<sup>101</sup> Duesund, L. (1996). *Kropp, kunskap och självuppfattning*. Liber. Utbildning. Stockholm s. 31.

<sup>102</sup> Ibid., s.31.

<sup>103</sup> Ibid.



I följande tema har jag de delar av svaren där lärarna talar om kroppsliga kunskaper/färdigheter som de vill att eleven ska tillägna sig genom övningar. Här kan deras utsagor förstås mot bakgrund av ovanstående resonemang. De beskriver en känsla i kroppen som de vill komma åt snarare än preciserar vilka färdigheter eleverna ska kunna. Kunskaperna kan ses som en möjlighet för eleverna att kunna hantera och behärska sin kropp i vardagen. Vad det innebär att hantera sin kropp framgår inte tydligt. Som tidigare nämnts så menade lärarna att det viktiga var att röra sig men hur man rörde sig spelade mindre roll. Här talar man om att man ska röra sig så att man tröttnar ut sig.

Eh, Ja dom ska bli trötta som sagt [...] (Lärare 13)

I nedanstående citat refererar några lärare till motoriskt kunnande, medan andra beskriver hur man ska känna sig, vilket inte enbart kan kopplas samman med fysiologiska aspekter. Här är det mer tal om ett estetiskt utförande. Det ska vara en estetisk upplevelse, som kan ses som att övningen ska vara vacker för betraktaren. En annan utgångspunkt är att det är känslan hos den som utför övningen som ska kännas/upplevas estetisk. Känslan är svår att uttrycka eftersom den upplevs av kroppen och sällan beskrivs i tal. Traditionen inom kroppsövningskulturer är inte att utövaren ska verbalisera känslan av upplevelsen av vad han eller hon gör, utan det är betraktaren som har tolkningsföreträde.

Ja, att övningarna skulle vara korrekt gjorda, det skulle vara sträckta ben, det skulle vara snyggt, det skulle vara finish, det skulle vara en avslutning. Nu är man bara glad om dom vet var dom har sina saker och kan behärska kroppen. (Lärare 15)

Att hantera sin kropp kan förstås utifrån att man ska kunna klara av vardagen genom att man exempelvis kontrollerar impulser så att man inte ständigt ramlar av stolar, orkar sitta still, låta bli att stöta till sin omgivning ofrivilligt när man passerar kamrater, till att man lär sig aktiviteter så som att åka skridskor etc.

Man ska lära sig att hantera sin kropp helt enkelt. Det är a och o, sen hur mycket man vill lära sig att hantera sin kropp, det måste va var och ens, så att man känner sig nöjd. (Lärare 15)

Kroppen ska behärskas i form av hur man utför övningar och hur man klarar av att pressa kroppen till fysisk aktivitet.

Dels vill jag att dom ska känna den här känslan i kroppen av att man har frestat på den lite och sen det kan jag ju inte lyckas med var enda gång det här andra men det är ju då att dom känner att yes, jag fixade det! Jag kom ett steg längre idag, den här känslan. (Lärare 12)

Ja, jag vill att dom ska kunna kämpa när det tar emot, bita i lite. Det känns väl nästan så att en del barn är lite bekväma kanske. (Lärare 13)

Det finns med andra ord ett inslag av att fysisk aktivitet ska kännas i kroppen, den ska ansträngas även om det känns obehagligt eller ”göra ont”. Eleverna ska härdas att tåla ansträngning, en form av karaktärsdanning och disciplinering, vilket kan ses som ett mål för undervisningen, även om det aldrig uttalas av lärarna. Ett annat sätt att förstå ovanstående citat är att lärarna anser det som viktigt att träna uthållighet och tålamod i form av att kunna fortsätta en övning fastän det tar emot eller när det är svårt. Detta för att åstadkomma ett livslångt lärande och inte ge upp när det man tar emot. Övning och träning är viktiga förmågor för att åstadkomma lärande och ger också möjligheter att klara av livet.

Ett centralt motiv i lärarintervjuerna är aktivitet, mätt i antal svett droppar, och inte själva kravet på färdighetsträningen i form av att man utför övningarna korrekt med exempelvis

sträckta vrister i hjulningen. Att lära sig utföra olika spel och övningar blir inte det viktiga, utan ämnets olika aktiviteter blir istället ett medel för att nå målet, vilket i detta fall är mer kopplat till elevernas aktivitetsgrad under lektionerna. Kravet på hur övningarna utförs är mindre viktigt och vissa lärare väljer bort övningar där inte eleverna ökar sin pulsfrekvens eller svettas. En hög energiomsättning och kaloriförbrukning kan därmed också sägas vara en del lärares mål med undervisningen. En lärare beskriver sin undervisning idag på följande sätt:

Ja det är väl samma sak där, jag vill ju få barnen att röra sig så mycket som möjligt under den tiden dom har idrott, bli så trötta som möjligt. Eh, och jag tänker och så jag känner mig inte stressad direkt av att hinna med alla olika idrotter, det gör jag inte, jag försöker att skala bort det lite.

**Vad skalar du bort?**

Eh, om dom har idrott så pass kort tid i veckan som dom har nu då resonerar jag nog så att jag lägger inte så mycket tid vid saker där dom kanske inte får röja av sig så mycket. Till exempel som att träna kullerbyttor utan jag vill få dem att bli så svettiga som möjligt. (Lärare 13)

Förutom att själva den fysiska ansträngningen av kroppen är i fokus finns det andra uppgifter med påtaglig kroppslig anknytning som eleverna ska behärska i ämnet så som att byta om, sköta sin hygien etc. Eftersom ämnet bedrivs under omständigheter som merparten av tiden kräver ombyte och särskild utrusning sker även inläring av hur man ska bete sig i ämnet. Några lärare poängterar dessa moment som en del i undervisningen. Tidigare läroplaner har uttryckligen skrivit in hur klädseln ska se ut och hur hygien ska skötas i samband med fysisk aktivitet. Tidigare stod det exempelvis i läroplanerna vilken klädsel flickor respektive pojkar skulle ha och att läraren skulle undersöka om eleverna hade fotvårter. Kroppen ska ”behärskas” i form av vad man tar på sig och hur man sköter sin hygien.<sup>104</sup>

Eh, det första är ju när varje termin börjar skickar jag ju hem en planering till eleverna och eh då skriver jag alltså några rader på att jag vill att dom ska va ombytta för att, just för att dom ska lära sig det och att man har med sig handduk och att man duschar efter även om man kanske inte blir svettig för att dom ska få in det att det är jätte viktigt att man har skor på grund av skaderisken, man kan bli trampad på en tå. (Lärare 3)

I detta sammanhang kan det nämnas att en lärare tog upp om det ska vara nödvändigt att duscha i samband med undervisningen eftersom flera av eleverna, särskilt i de lägre åldrarna är mer svettiga och aktiva i sina vanliga kläder under rasterna än vad de är under lektionerna i idrott och hälsa. Att byta om är något som uppfattas som negativt bland eleverna i år fem.<sup>105</sup>

*Sammanfattande kommentar*

Ämnet blir ur denna aspekt en form av fysisk träning med syfte att få kroppslig ansträngning och samtidigt en form av karaktärsdaning, där kroppen disciplineras för att tåla påfrestning och smärta, mer än en betoning av färdighetsinläring och förståelse för kroppsrörelse, motorisk färdighet och fysisk aktivitet. Kanske är det outtalade syftet att färdighetsträningen får man automatiskt genom fysisk träning. Det är inget lärarna uttryckligen beskriver utan istället tonar man ned färdighetsträning till förmån för aktivitet i syfte att förbruka energi. Till undervisningen hör också att kroppen ska skötas och kläs på ett visst sätt. Det kan förklaras utifrån att man med viljan ska kunna ta kontroll över kroppen, vilket delvis kan ha sitt ursprung från en dualistisk syn på kroppen. En lärare uttrycker det på följande vis i intervjun:

Men är man svag i kroppen då räcker inte själen. (Lärare 6)

<sup>104</sup> Se vidare exempelvis Lgr 62 s. 349.

<sup>105</sup> Se Håkan Larssons artikel Vad lär man sig på gympan? Elevers syn på idrott och hälsa i år 5. i *Mellan nytta och nöje. Bilder av ämnet idrott och hälsa*. Red. Larsson, H. & Redelius, K. (2004).

Avsaknad av få konkreta riktlinjer i läroplanen (som lärarna anser viktiga och värda att genomföra), kan vara en anledning till varför man betonar att röra sig och vara aktiv men inte betonar färdighetsträning eller motoriskt kunnande. Ytterligare en anledning kan vara att det inte sker en utvärdering av läraren i vad man lyckats åstadkomma i sin undervisning i form av vad eleverna har för kompetens i motoriskt/kroppsligt kunnande, varför det ej blir viktigt att ställa krav på ”lärandet” och ”erfarandet” av själva övningen utan att det räcker med ”görandet” av aktiviteten. Möjligt är också att lärarna anser att man tillskansar sig motoriskt kunnande oavsett vilka övningar man gör, bara man rör på sig.

### **Att fungera i grupp och behärska sina handlingar**

När det gäller ämnets innehåll och mål är det inte endast kroppsliga aktiviteter man nämner utan även psykologiska och sociala aktiviteter och förmågor t.ex. att stärka individens självförtroende, att delta i alla övningar och att man överhuvudtaget vågar vara med. Alla lärare tog upp de psykologiska och sociala aspekterna av ämnet. Det kan förstås utifrån att ämnet bedrivs under förhållanden som skiljer sig markant från andra ämnen och aktiviteter i skolan. Förutom att eleverna ska byta om och visa upp sig tillsammans med andra, där man exponerar sin kropp och sina färdigheter, finns det moment i undervisningen där man kan misslyckas och skada sig fysiskt. Den egna självkänslan kan få sig en törn vilket även gäller andra ämnen men där man kanske inte är lika exponerad för andra. Att lärarna är medvetna om att det kräver mod att våga delta och att elever kan känna sig utsatta i ämnet framgår tydligt.

Det är att eleverna ska våga vara med, många vågar ju inte. För att dom inte har det naturligt i vardagen, och försöka få med alla. (Lärare 10)

Lärarna talar om att man ska känna sig nöjd med sin kropp och möjliggöra för alla att våga delta. Det blir med andra ord en form av fostran utifrån hur lärarna vill att eleverna ska vara mot varandra och hur de ska uppträda och jobba i grupp. Så gott som alla lärare betonar en slags social fostran i undervisningen och att den sociala fostran är ett mål i sig för undervisningen.

Deltar i undervisningen och försöker göra sitt bästa. Samtidigt tillkommer sociala faktorer, hur de uppträder mot varandra och hur de agerar och så vidare. (Lärare 6)

[...] att en elev som är duktig kan ge beröm till en annan. Jag tycker det är kul att sätta dom i ring och prata om saker och ting, sociala biten på gympan tycker jag är jätte viktig alltså (Lärare 15)

Ja det är väl att skapa en positiv stämning i gruppen. Försöka hjälpa alla att få ta del av alla olika moment. Alla får pröva på olika saker. (Lärare 10)

Ett led i undervisningen som lärarna vill förmedla är att eleverna ska klara av att spela olika spel utan att det finns en auktoritet som styr eller bestämmer regler. De ska med andra ord kunna lösa eventuella konflikter som uppstår.

Oj... man ska lära sig att vara en god kompis och kunna samarbeta, man ska kunna spela boll ihop utan att det står en domare och styr allting och visar ut och visar in. De ska klara mycket själva att spela ihop och sen går de ut på rasten och spelar ihop också. (Lärare 16)

Ja, gemenskap naturligtvis och social kompetens, det är ju mycket det också att kunna jobba i grupp, kunna anpassa sig i en grupp. (Lärare 5)

Lärarna betonar också vikten av att uppmuntra varandra och inte ha roligt på andras bekostnad som ett led i den sociala träningen.

[...] och framför allt tycker jag att ett stort mål för oss det är att få dom andra att inse att jag som är bäst, jag behöver ju inte träna så mycket på just det här, jag kanske kan gå åt sidan och sitta och peppa eller vara målvakt och såna saker. Det tycker jag är en stor grej utav mitt jobb och få dem att förstå att man kan inte liksom skratta eller säga dumma saker utan den som är duktig den släpper fram den som inte är duktig, har man nått det målet så tycker jag att man har nått väldigt långt. (Lärare 15)

Ja, att de har motionstillfällen men att dom kan agera, bygga upp självförtroendet genom att skapa samarbete. Den sociala biten tycker jag är en enorm bit. Att alla i idrottsgruppen eller klassen har samma rättigheter att vara med. (Lärare 6)

Jaa, jag kan inte säga att jag främst ser det som att dom ska bli duktigare på någonting. Det sköter de själva på fritiden. Men att dom ska, ja socialt duktiga måste jag säga, gentemot, sportsligare och duktigare på att hantera konflikter. Leda lektioner, bli ansvarstagande. (Lärare 10)

Man skulle kunna uttrycka det som en social fostran där eleverna ska fostras till ansvarstagande individer för sin egen kropp men också för sitt agerande gentemot andra.

I ämnet betonas ofta socialt lärande, kunnande och behärskande av sina handlingar istället för motoriskt kunnande. Man kan tolka det som att ämnets innehåll och mål bygger på skolans värdegrund.<sup>106</sup> En annan tolkning är att ämnet kräver mycket samarbete mellan elever och mellan lärare och elever för att man ska kunna genomföra vissa moment. Utan samarbete blir det omöjligt att genomföra exempelvis lekar och bollspel. Dessutom finns en skaderisk förknippad med vissa moment inom ämnet vilket gör att kravet på samarbete är påtagligt.<sup>107</sup> En lärare betonar att skolan idag kräver samarbete och kunskaper att hantera konflikter vilket kan ses som ett led i den fostrande rollen som skolan har. Ett annat sätt att förstå det är att det idag uttryckligen är skolans skyldighet att motverka mobbning och trakasserier.<sup>108</sup>

**Mm, vad gör man i sjuan?**

Ja, då första veckorna går ju åt till att lära känna varandra över huvud taget så kan det vara mycket kontaktlekar och eh, sociala spel och lekar, är det.

Ja, eh, jag tycker skolan över lag blir mer och mer en social inrättning att man får satsa mer på det sociala att kunna umgås överhuvudtaget på en liten yta. Det är ju på den vägen det är, det är mer kontaktövningar än när jag började.

**Mm, det är mer kontaktövningar?**

Ja det är det, mer att få ihop gruppen. Konfliktlösningar.

Ja, jag upplever att det blir mer social idrott, lära känna varandra idrott.

**Mm, lära, ja lära känna varandra idrott.**

Mm, acceptera varandra. (Lärare 10)

*Sammanfattande kommentar*

Lärarna talar mycket om sociala aspekter i ämnet men även om socialisationskrav i skolan i allmänhet. Det kan tolkas som att lärare ofta ställs inför socialisationsproblem och att därmed fokuserar mindre på kunskapsförmedling. Med andra ord så kretsar frågor i skolan ofta om *hur* man ska undervisa för att kunna hantera eleverna och klassrumssituationen istället för *vad* man ska undervisa om och vilken kunskap och lärande man ska åstadkomma. I boken *Lärare*

<sup>106</sup> Lpo 94. s. 5

<sup>107</sup> Se vidare Sundblad, G. Inga barn på bänken! Medicinska aspekter på fysisk aktivitet under skolåret. *Svensk idrottsforskning* Nr: 3 2002. Artikeln handlar om att många skador i skolan sker under lektioner i idrott och hälsa.

<sup>108</sup> I Lpo 94 står det under rektors ansvar ”- skolans program för att motverka alla former av trakasserier och mobbning bland elever och anställda”. Upprättas inte handlingsplaner eller vidtas inte åtgärder vid eventuella trakasserier eller mobbning kan det utmynna i rättsliga efterspel.

av i morgon tar Carlgren & Marton upp frågan vad läraren ska åstadkomma samt belysa hur olika lärare hanterar och förenar de betingelser och intentioner under vilka arbetet utförs.<sup>109</sup> Kennerth Orlenius beskriver i sin bok *Värdegrunden – finns den?* bl.a. lärarens arbetssituation där många beslut måste fattas av läraren inom loppet av några sekunder.<sup>110</sup> I boken *Nyare forskning om lärare* skriver Gerhard Arfwedson att forskning visar att lärare fattar minst ett rutinbrytande undervisningsbeslut varannan minut.<sup>111</sup> Det kan vara en utgångspunkt att förstå varför alla lärare i intervjuerna understryker kravet på att kunna verka i grupp och visa hänsyn gentemot varandra. Undervisningen skulle annars vara omöjlig att genomföra om inte eleverna skolades in i ett socialt accepterat beteende. Lpo 94 betonar social kompetens så väl som ämneskompetens, men uppnåendemålen är mindre tydligt framskrivna. Det ska lärarna själva konkretisera i de lokala kursplanerna. I mål att sträva mot framgång det

”- att utveckla sin fysiska, psykiska och sociala förmåga samt utveckla en positiv självbild”.<sup>112</sup>

Att lärarna medvetet eller omedvetet arbetar för att uppfylla skolans värdegrund och jobbar efter ovanstående strävansmål framgår i deras tal om hur de försöker bedriva undervisningen. Om de lyckas har inte undersökts i denna studie men vetskapen att förhållandevis många elever uppskattar ämnet trots den utsatthet, som många elever kan uppleva, och som präglar ämnets karaktär indikerar att många lärare lyckas mer än väl.

## **6.2 Hälsa – vad är det i ämnet idrott och hälsa?**

### **Lärares syn på vad hälsa innebär och hur de arbetar med hälsa**

Lärarna refererar ofta till att man genomför olika idrottsliga aktiviteter men man uttrycker sällan att målet är att man ska lära sig olika idrotter eller att idrotta. Det framgår dock att man kan tydliggöra vad idrott är och att idrott finns med i undervisning på ett självklart sätt. Det är mer än vad man kan säga om begreppet hälsa trots att det ingår i ämnets namn. Endast en lärare nämner under intervjun att målet med ämnet är att vara fysiskt aktiv för sin allmänna hälsas skull. Eftersom mitt intresse är att undersöka vad hälsa enligt lärarnas uppfattning är och bör vara i ämnet idrott och hälsa, föranledde det mig att specifikt fråga vad begreppet hälsa innebär och hur det kom till uttryck i undervisningen. I följande avsnitt kommer lärarnas tal om hälsa att redovisas.

På frågan vad hälsa innebär och hur det kommer till uttryck i undervisningen svarar flera lärare svävande och tveksamt. Det framgår inte om de har reflekterat över att ämnet heter idrott och hälsa och hur det påverkar undervisningen. Lärarna refererar ofta till hälsa som något som de betecknar som teoretisk kunskap till skillnad från idrott som de ser som praktisk kunskap. Teori blir här något som man ska tänka (använda hjärnan) och praktik blir något man gör med kroppen. Med teoretisk kunskap menar lärarna undervisning i traditionella undervisningssalar där läraren gör genomgångar och eleverna förväntas göra skriftliga och muntliga framställningar, samt tillägna sig kunskap genom att lyssna, skriva och möjligen diskutera. Praktisk kunskap är då något man utför ”med kroppen” exempelvis att hoppa, göra sit ups mm. Sven-Erik Liedman skriver i sin bok *Ett oändligt äventyr – om människans kunskaper* att i skolan får barnen veta att kunskap kan delas i olika fack. Liedman skriver att:

---

<sup>109</sup> Carlgren, I. & Marton, F. (2000): *Lärare av i morgon*. Stockholm. Lärarförbundets Förlag.

<sup>110</sup> Orlenius, K. (2001). s. 11.

<sup>111</sup> Arfwedson, G. (1994): *Nyare forskning om lärare*. HLS Förlag. Stockholm. s. 68

<sup>112</sup> <http://www.skolverket.se/kursplaner/grundskolan/idrott&halsa>

Den mest omhuldade gränslinjen i kunskapsvärlden är den mellan teoretiska verksamheter och praktiska.<sup>113</sup>

Han fortsätter med att all sysselsättning är i grunden praktisk,

[...]men inget arbete är i sig teoretiskt; vi arbetar alla med kroppen, hjärnan inbegripen.<sup>114</sup>

Min tolkning är att lärarnas tal om praktisk och teoretisk kunskap kan förklaras mot bakgrund av ovanstående resonemang. Hälsa är något man förknippar med teori och ”talad” kunskap. Man kan t.ex. läsa om syreupptagningsförmåga, till skillnad från idrott där det handlar mer om kunskap i att ”göra” (outtalad kunskap). Visst kan man läsa om idrott men lärarna beskriver det som något man gör i form av att spela istället för att läsa om hur man spelar. I följande citat menar läraren att hälsa är något som tas upp i så kallade teoretiska ämnen:

Ja, hälsa har jag inte på idrottstimmarna då relaterar jag till teori, hur dom mår osv. utan det har vi på andra lektioner. ANT tex.<sup>115</sup> (Lärare 13)

Jaaaa...paus ...jaa....det har jag inte funderat på det är så himla mycket men jag har den här boken är min bibel just nu Rörelse och Idrott och det är det är mycket hälsa....paus...begrepp också på våren 6:orna så har vi mmm hälsa med vandringar med frågor som rör hälsa då är det muskler och syreupptagning och lite så där teoretiska begrepp och då tänker jag varje vår när vi har detta det här ska in i undervisningen det ska komma in på alla timmar och så glömmar jag bort det. Ja tror jag kanske förmedlar lite hälsa, jag cyklar till jobbet och man har bra skor och man plåstrar om dom och pratar om muskler och skador dom kommer med sina bekymmer och så där .....men det kommer inte in som en röd tråd. Nej... (Lärare 16)

Idrott innebär inte automatiskt hälsa utan här talar man om friskvård, vad man äter, om man cyklar etc. Det råder med andra ord osäkerhet om vad begreppet hälsa är och vad det ska innefatta. Frågan gav ibland upphov till en viss förlägenhet över att man inte tydligt har definierat vad begreppet innebär för sig själv eller hur det tas upp i undervisningen.

Ja det är ju klart det är ju friskvård, hälsa är ju att röra på sig så. När jag tänker på hälsa mer så tänker jag på; hur äter ni? Hur mycket sover ni? Och detta det viktiga i att röra på sig även på sin fritid, att cykla till kompiserna istället för att bli skjutsad och ja. Det är det här den teoretiska diskussions bitarna som jag känner att jag inte utrymme till. Det är faktiskt väldigt bra med ett sånt här samtal!! Åh, det får bli lite självvranssakan här ja! (Lärare 12)

I ovanstående citat har flera andra områden behandlats, så som kost, sömn och droger, vilka inte tas upp då idrott diskuteras. Flera lärare talar om hälsa utifrån ett fysiologiskt perspektiv där konditionen ska höjas för att man ska orka med andra ämnen. Att uppnå en god fysiologisk hälsa ses som ett komplement till övriga ämnen. Genom att hälsa finns med i ämnet legitimeras ämnets existens. Ämnet sägs också ge rekreation för skolarbetet.

Ja, men allmän så inriktning på att hålla sig i god fysisk kondition och skick att hålla kroppen i form. Att se hur sambanden mellan hyfsat god kondition och ork t.ex.. i teoretiska ämnen i annat sammanhang. Att eleven förstår såna samband, det tycker vi är viktigt. (Lärare 1)

Några lärare associerar hälsa till information om exempelvis vikten av vila och stretching efter fysiska aktiviteter. En instrumentell syn på kroppen och på kunskap framtonar, dvs. en kunskap som förmedlas genom att man informerar om hur man bör bete sig för att uppnå en god hälsa. Hälsa erhålls då man betar sig förnuftigt.

<sup>113</sup> Liedman, S-E. (2002): *Ett oändligt äventyr. Om människans kunskaper*. Albert Bonniers förlag. s. 41.

<sup>114</sup> Ibid., s. 41

<sup>115</sup> Med ANT menas undervisning om alkohol, narkotika och tobak.

Vi jobbar med det genom att prata med dem, att visa filmer, att efter pass med fysisk aktivitet så går vi igenom det som är viktigt efteråt och avkoppling eh, stretching, allt sånt där och försöker också få en respons av eleverna, hur dom upplever dom där aktivitetspassen i samband med långa teoretiska pass. (Lärare 1)

Hälsa ses som ett tema vilket ger möjlighet till integration med andra ämnen.

För mig är det att på den här nivån då, nu har jag ju bara som sagt upp till och med sexan då gäller det att barnen ska veta och jag har alltså inom NO då så tar man ju upp dom här bitarna hur kroppen ser ut, vad som är nyttigt, vad som är viktigt, vad man ska tänka på, lite kost och motion och sjukdomar och det gäller då att ja, att få dom att förstå att det är viktigt dom här grejerna. Jag brukar ofta låna ner elever från sexorna då som kan lite mera och ha t.ex.. stations-system och redskapsbanor då vi pratar kondition och sånt och dom får vara med och prata och fråga osv. och det ger ungarna väldigt bra tankeställare så att dom ska ju liksom få information hur kroppen fungerar och hur jag kan påverka min kropp positivt och negativt. Det är ju det som, det är ju hälsobiten då för mig. (Lärare 15)

Det väcker frågan om det inte är möjligt att integrera hälsa i ämnet idrott och hälsa utan stöd från andra verksamheter i skolan. Är det så att hälsa inte går att integrera med idrott? Några av lärarna kopplar ihop idrott och fysisk aktivitet som hälsa, men uttrycker sig som om det egentligen inte är politiskt korrekt att tala om hälsa i samband med idrott. Samtidigt omnämns hälsa i andra delar av Lpo-94 och inte enbart i kursplanerna för idrott och hälsa, vilket kan föranleda en stävan mot att integrera ämnet med andra ämnen.

Ja, det kan jag ju klart säga att det här med hälsoaspekten det kommer väldigt undanskuffat, det är väldigt undanskuffat, där tar man upp olika saker bara i anslutning till vanlig idrott. Det är ingen teori, kost och motion men det har vi en temadag i som vi jobbar ihop med hemkunskaps-läraren där vi har en dag ute på sportfältet och då pratar vi om kost och så dessutom så har vi då kopplat ihop med motion dom har terränglöpning och softboll, golf och lite andra saker så att det är väl det i stort sätt som vi har. Nej det ska jag inte säga, ibland brukar vi när det är dåligt väder och vi inte har då brukar vi gå ner och så visar vi nån film om anabola steroider och sådär. (Lärare 5)

**Ämnet heter idrott och hälsa, vad innebär det för dig?**

För mig det innebär att de får lära sig och gå igenom så många idrottsmoment det går att göra och samtidigt inte missa hälsafrågan.

**Hur, vad blir hälsafrågan då?**

Då blir det förstas teoriinslag, vi har också under läsåret stadievis eller klassvis extra aktiviteter.

**Vad kan det vara för någonting?**

Ja, en t.ex. nu på fredag hälsodag i kommun.

**Vad innebär det?**

Det innebär att vanligt folk, alltså vuxna och barn, att lyssna på föreläsare att prova på olika idrottsmoment. Styrketräning t.ex., simning.

**Vem är initiativtagare till det här?**

Det är hälsorådet i kommunen som driver det här. (Lärare 6)

Hälsa är något som genomförs vid särskilda tillfällen och i större arrangemang i form av aktivitetsdagar, temadagar, eller t o m med andra grupper i samhället där inte enbart skolans elever och personal deltar och där initiativet kan komma från utomstående grupper och organisationer.

**Ämnet heter idrott och hälsa. Vad betyder det för dig?**

Idrott är naturligt. Hälsa det är att må bra invändigt och utvändigt. Fysiskt och psykiskt.

**Mm. Idrott är naturligt säger du. Vad tänker du då på?**

Att motionera, att må bra. Överhuvudtaget, som jag säger hela tiden, att hitta nåt man tycker om.

**Och när du säger det här med hälsa. Hur kommer det in i undervisningen?**

Det är att vi pratar om det på ett naturligt sätt bara. Varför man idrottar. Vad, vilka konsekvenser det får om man inte idrottar, ofta. (Lärare 10)

För vissa lärare är det självklart att idrott och hälsa kopplas samman. Ovanstående citat åskådliggör att idrott och hälsa ses som samma sak och dessutom är något som ”alla” känner till. Idrott leder till hälsa.

#### *Sammanfattande kommentar*

För lärare som undervisar i idrott och hälsa verkar begreppet hälsa vara diffust och inte tydligt vad det ska innebära, och hur det ska gestaltas i undervisningen. Hälsa uttrycks som något man ska uppnå men på vilket sätt man ska uppnå hälsa konkretiseras inte. Lpo 94 ger heller inga konkreta riktlinjer/metoder/verktyg för hur man ska arbeta med hälsa i ämnet. Mot denna bakgrund är det ganska naturligt att förstå den svårighet som lärarna har med att verbalisera på vilket sätt hälsa ska komma till uttryck i undervisningen. Några lärare anser att idrott och fysisk aktivitet är eller leder till hälsa. Bara man vårdar kroppen i form av fysisk aktivitet når man hälsa. Ordspråket ”*En sund själ i en sund kropp*” kan spegla den syn på kroppen som ligger till grund för tanken att bara man tar hand om kroppen så mår själen bra. Andra ser hälsa som något som inte ingår i idrott och fysisk aktivitet utan mer handlar om undervisning i kostvanor, avslappning, droger, skadeverkningar mm. Övervägande delen av lärarna ger ett osäkert intryck om vad hälsa är och hur man tar upp det i undervisningen, vilket kan tolkas som att man faktiskt inte har funderat särskilt mycket på ämnet. De flesta refererar också till hälsa som något som ska förmedlas teoretiskt, vilket i sin tur ska ge möjlighet för eleverna att bete sig förnuftigt och klokt vad det gäller sina levnadsvanor.

### **6.3 Lärarnas syn på ämnets villkor**

I denna tredje del av resultatredovisningen har jag samlat de citat som jag använt för att analysera och förstå ämnets villkor och ge bilder som ytterligare kan förklara mål och innehåll i undervisningen.

#### **”Idrott och hälsa är något annat än den fria tidens idrott”**

Jag har redan tidigare varit inne på att ämnet bedrivs under förhållanden som många gånger skiljer sig från andra verksamheter i skolan och under följande tema kommer jag att belysa en arena som påverkar ämnets utformning i stor utsträckning. Jämte föräldrar och skola är idrottsrörelsen en av de största och mest inflytelserika fostrarna av våra barn.<sup>116</sup> Lärarna måste förhålla sig till den fria tidens idrotter och annan fysisk aktivitet utanför skolans verksamhet.<sup>117</sup> Den massmediala bilden av idrott samt elevernas och lärarnas egna erfarenheter av idrott kommer också att påverka ämnet i skolan. I nedanstående citat poängterar lärarna att det man gör i ämnet är något annat än den fria tidens idrott.

Ja, dels tror jag har man ovanifrån fått signaler att man inom skolidrotten inte främst ska se någon förlängning av föreningsidrotten utan mera en verksamhet som ska gynna alla elever som ska ha med mer hälsa att göra, så alla elever får ut nånting av det. Och när man har det som huvudprincip då ger de sig själva att prestation inte längre kan vara huvudsyftet inom skolidrotten. (Lärare 1)

Det är att eleverna ska våga vara med, många vågar ju inte. För att dom inte har det naturligt i vardagen, och försöka få med alla. Sen försöker jag skilja mellan skolidrott och kvällsidrott, fritidsidrott och lära dom, ja, lära dom skillnaden. Att det finns en skillnad. (Lärare 10)

---

<sup>116</sup> Se vidare Redelius, K. (2002). *Ledarna och barnidrotten. Idrottsledarnas syn på idrott, barn och fostran*. Diss. HLS förlag. Stockholm. s. 14

<sup>117</sup> Riksidrottsförbundets (RF) måldokument Idrotten vill! Verksamhetsidé och riktlinjer för idrottsrörelsen in i 2000-talet där man betonar att man ska satsa både på bredd- och elitidrott.



Många barn och ungdomar ägnar sig åt fysisk aktivitet inom RF:s föreningsidrotter.<sup>118</sup> Deras erfarenheter av dessa aktiviteter kommer att påverka undervisningen när aktiviteter som även finns i tävlingsidrotten ska utföras, men med ett syfte och i en tappning där prestation handlar om att delta och vara aktiv och inte om att kora vinnare och förlorare. Det kan uppfattas som att man inte ”kör riktiga idrotter” eftersom exempelvis regler kan skilja sig från de tävlingsidrotter som man utför under fritiden.

Vi kör inte så mycket efter riktiga regler. Det är vissa elever som går på fotboll och hockey och bandy och kommer in med speciella regler och okej då prövar vi det om det är något som passar oss. (Lärare 16)

Jag är väldigt öppen och rak både mot föräldrar och barn och det ger resultat alltså. Jag har inte det här så ofta som man hade förut, åh får vi inte spela med dribbling, får vi inte göra det, det här är väl ingen riktig fotboll, utan jag går ut med det, det är inte som när man är på fritiden och har valt en aktivitet som jag själv vill gå på. Jag kan inte servera det här, det finns inte en chans och jag tycker att det har gått hem. (Lärare 15)

Att det skapar en viss frustration hos både elever och lärare framgår eftersom flera lärare betonar att de måste särskilja ämnet från elevernas egna erfarenheter från den fria tidens idrott. Samtidigt tar lärarna hjälp av etablerade skolidrottstävlingar som liknar RF-idrotterna<sup>119</sup> i sin undervisning vilket följande citat vill visa.

Planeringen styrs lite av skolidrottsförbundets tävlingar, vilka turneringar dom har och så och då är det ju bollsporter. Så då är det ju liksom den, som nu ska vi ha basketsluts spel efter lovet nästan gång i november och då blir det ju att det är basket som står i turordning nu. (Lärare 12)

Jag frågar om aktiviteterna som genomförs under hösten och får följande svar:

Ja, för femmorna har det varit fotbollsturnering då hade vi en friluftsdag när alla barnen var med i fotbollsturneringen. Nu när det blir basket och det är sluts spel mellan skolorna så kan vi bara komma med ett flicklag och ett pojklag från den här skolan. (Lärare 12)

Läraren fortsätter tala kring vårens aktiviteter och jag frågar hur de påverkar planeringen.

Basket nu ja, och jag vet inte om det är någonting inomhus nu precis innan jul, friidrott, för det brukar vi ha. Ett tillfälle med friidrott inomhus. Jag kan inte säga vilken termin men sen nästa termin så blir det bandyturnering. Och utomhus har jag för mig också. (Lärare 12)

[...] Ja, jag väljer ju inte bandy på höstterminen och basket på vårterminen, utan dom här stora grejerna dom försöker jag ju lägga så att barnen har provat på mycket av det precis innan det är dags för en turnering. (Lärare 12)

Att traditionella RF-idrotter påverkar planeringen av ämnet framgår av intervjuerna. Det kan dock variera beroende på geografiskt område och de lokala idrottsföreningarna. Skolidrottstävlingar och olika arrangemang förekom enligt alla intervjuade lärare. Det är tydligt att eleverna som har en erfarenhet av idrottsutövande på fritiden har en fördel av det vid bedömning och betygssättning i ämnet idrott och hälsa. Aktiviteterna i den fria tidens idrott framträder i ämnet, där det finns många likheter med ämnet idrott och hälsa och den organiserade idrottsverksamheten utanför skoltid. Det gäller förmodligen inte endast ämnet idrott och hälsa, utan barns och ungdomars fritidsvanor i stort (exempelvis musikutövande, datakunskaper mm) påverkar lärande och i en förlängning även betygssättning i andra ämnen. Samtidigt finns det mig veterligen ingen verksamhet som har så stora likheter i själva uppbyggnaden av aktivi-

<sup>118</sup> Se även Engström, L-M. (2002). Nr. 3.

<sup>119</sup> Riksidrottsförbundet som har bredd och elitidrott inom sin organisation.

teter och sätt att utföra verksamheten som ämnet idrott och hälsa och den fria tidens organiserade idrottsverksamhet.

Oftast leder dom ju idrotter som dom själva håller på med på fritiden. Ja, det ingår ju i betyget att man ska kunna leda en grupp. Och då väljer dom väl ofta utifrån att dom ska kunna få det lättare då. En idrott dom kan väljer dom. (Lärare 10)

En annan aspekt är att tävlingsidrotten har haft stort inflytande över ämnet, dels för att de flesta lärarna själva har varit aktiva och fostrats inom tävlingsidrotten vilket gör att deras erfarenheter kommer att påverka undervisningen,<sup>120</sup> dels för att det ges färre centrala riktlinjer i ämnet.

Ja, jag är ingen dansexpert, men, vi hyr in dansare och lånar dom. Ja, vi kör en del dans, sen är det mycket andra kramkull och såna där grejer man får köra som är väldigt spännande för dem. Speciellt för barnen. (Lärare 10)

Ja, det är svårt att säga exakt vad man gjorde men som lärare färgas man av sina personliga intressen förstås, jag är intresserad av bollidrotter. Men annars så är det väl så att försöka få barnen att röra sig så mycket som möjligt och bli så trötta som möjligt under en lektion. Och under min tid som idrottslärare så känner väl jag att såna saker som redskapsgymnastik och så vidare kanske har fått stå tillbaka. Man har ju haft det men det har varit mer för sakens skull eller vad man ska säga. Så blir det. (Lärare 13)

Det senare pekar på att man som lärare vänder sig till det etablerade och kända, i detta fall idrottsrörelsens aktiviteter. Annerstedt skriver att perioden 1970-1994 präglades av osäkerhet inom ämnet vilket kan ha gjort det möjligt för föreningsidrotten att få ett större inflytande över ämnet eftersom många lärare har en förankring inom idrottsrörelsen.<sup>121</sup>

### *Sammanfattande kommentar*

Det är få ämnen om ens något som har så stora likheter med och är så starkt påverkade av, en annan verksamhet som ämnet idrott och hälsa. Idrottsrörelsen och ämnet idrott och hälsa har tydliga beröringspunkter i vissa avseenden<sup>122</sup> samtidigt som det finns stora skillnader vad gäller mål med verksamheten. Att tävla och konkurrera är det som många förknippar med idrott, vilket inte alltid är positivt för den som inte känner sig hemma i idrotten. Att vara företrädare för en verksamhet som i vissa fall ger en negativ klang för dem som kanske bäst behöver den kan vara anledningen att man betonar olikheterna mellan ämnet och idrottsrörelsens aktiviteter. Lärarna uppger att det man är minst intresserad av att förmedla i ämnet är att tävla och konkurrera. Lärare som har verkat länge i ämnet ser en förändring i form av mindre färdighetsträning och krav på korrekt utförande idag jämfört med tidigare. Det kan härledas till debatten om att alla elever ska vara med och ges möjligheter till fysisk aktivitet. Särskilt de som inte är aktiva på sin fritid. Lärarnas medvetenhet om att långt ifrån alla elever är fysiskt aktiva på fritiden och inte heller uppskattar de aktiviteter som erbjuds av idrottsrörelsen kan vara ytterligare en utgångspunkt för att förstå lärarnas vilja att betona skolämnets olikheter med den fria tidens aktiviteter.

---

<sup>120</sup> Lundvall, S. & Meckbach, J. "Fritt och omväxlande!" Lärares bakgrund och tankar om sitt yrke. Ur *Mellan nytta och nöje. Bilder av ämnet idrott och hälsa*. Larsson, H & Redelius, K. (2004).

<sup>121</sup> Annerstedt, C. (2000).

<sup>122</sup> Se vidare *Riksidrottsförbundet* (1996) *Idrotten vill! Verksamhetsidé och riktlinjer för idrottsrörelsen in i 2000-talet*.

## Ramfaktorernas betydelse

Oavsett läroplaner, lärarnas utbildning och erfarenheter och omgivande faktorerers influenser påverkas undervisningen/realiseringsarenan av rådande ramfaktorer.<sup>123</sup> Det framkommer i intervjuerna att tillgång till lokaler, lokalernas arkitektur, resurser i form av material, tid till ämnet, klassens sammansättning och storlek påverkar lärprocesserna. Ramfaktorer får med andra ord konsekvenser för *vad* man väljer för undervisningsinnehåll, *hur* man undervisar och *när* man väljer respektive moment. Jag har valt att redogöra för de ramfaktorer som lärarna tar upp i intervjuerna.

Enligt läroplanens intentioner ska alla elever i Sveriges skolor få en likvärdig utbildning. Att så inte är fallet blir tydligt om man ser till skolornas geografiska läge. Eftersom ämnet med stor fördel kan bedrivas utomhus kommer klimatet och skolans närmiljö ha stor betydelse för utformning av undervisningen. Att sakna möjligheten att utöva t.ex. skidåkning, eller friidrott omöjliggör eller försvårar undervisningen inom vissa områden. Att genomföra viss typ av undervisning kan dessutom ställa höga krav på planering tillsammans med andra lärare och kräva mer tid inklusive förflyttning till lokaler utanför skolans område.

Ja, först om man tänker en hösttermin, usch det var ju så länge sen, då var vi ju ute och då var det ju mycket vad det gällde bollsporter så var det ju frisbee och fotboll och sådant och lite brännboll och lite, lite friidrott för där jag jobbade då, då var detta xx skolan och där var inte så stora möjligheter, lite kast och kanske lite löpning hade vi väl nog. Lite hopp i, längdhopp men det var så dålig grop. (Lärare 12)

Vi utgår ifrån vädret naturligtvis och sen utgår vi ifrån som jag sa lokalerna. (Lärare 1)

Man försöker att vara så bred som möjligt va, nu har vi ju inte så bra lokaler eller idrottsplatser att vara i så vi får ju försöka att få dom att testa lite saker utanför skolan och då blir det lite badminton. I de här salarna går det inte att spela badminton. (Lärare 15)

Vissa skolor avstår från exempelvis skridskoåkning eftersom inte klimatet eller skolans resurser tillåter det. I samband med skolans utemiljö och närområde är det intressant att fundera över varför friluftsliv<sup>124</sup> betonas i läroplanen, men att det inte har konkretiserat vad det ska innebära. Dessutom är det få lärare som uppger att de arbetar med friluftsliv.<sup>125</sup> Att man på formuleringsarenan, vet om att det är svårt att realisera vissa aktiviteter kan vara anledningen till varför man inte skriver ut konkreta aktiviteter i Lpo 94, samtidigt som intressegrupper har påverkat läroplansmakarna att skriva fram friluftsliv i själva läroplanstexten.

Att kunna simma är ett av uppnåendemålen för år 5. I intervjuerna framkommer det dock att flera lärare inte kan ge simundervisning beroende på skolornas ekonomi och resurser. Det blir istället föräldrarnas sak att se till att barnen lär sig simma.

Alltså där är ju inte den självdisciplinen och respekten för det här vattnet och så utan man rycks med fortfarande. Men det är ju rätt så tuffa, vi satte det som ett uppnående mål i årskurs fem att dom ska kunna simma 200 meter och det får vi se om kan, vi kan inte ge dom mer simundervisning utan vi får kolla upp dom och så får vi gå till hemmet och jag anser att man måste kunna göra det att gå till hemmet med detta för det gör vi, vi ber om läshjälp och vi ber om extra hjälp med matte och så här så då hoppas vi kunna få det också för när vi ska åka på lägerskola så för att få lov att paddla kanot så har kommunen bestämt att då måste barnen kunna simma 200 meter på djupt vatten. (Lärare 12)

<sup>123</sup> Begreppet ramfaktorer kommer från ramfaktorteorin utarbetad av Urban Dahllöf och vidareutvecklad av Ulf P. Lundgren. Pedagogisk uppslagsbok. Lärarförbundets Förlag. Stockholm (1996).

<sup>124</sup> Se vidare [www.skolverket.se](http://www.skolverket.se)

<sup>125</sup> Backman, E. (2003): *Är det inne att vara ute?* D-uppsats vid Lärarhögskolan i Stockholm. Lundvall, S. m.fl. (2002).

Ämnet idrott och hälsa är innehållsmässigt starkt beroende av lokalerna och dess utformning. Det gäller dels vad som är möjligt att göra med tanke på arkitektur och utrustning, dels hur eleverna förväntas uppträda i förhållande till aktiviteter som ska genomföras. Därför kan aktiviteter som är framskrivna i styrdokumentet exempelvis dans<sup>126</sup> och uttryckligen ingår i ämnet, bedrivs inom ramen för andra ämnen.

I fyran så ville jag så gärna dansa med dom och försökte det då när jag hade hjälp av den andra killen men det var svårt, men det har vi löst nu att vi har lagt över dansen på musiken så då gör jag och jag tror, alltså det känns bättre för barnen också för dom har andra förväntningar när dom har idrott då vill dom, ja dom byter ju alltid om, men då är det inte det och det känns lite knäppt att stå där i shorts och kortärmad tröja och dansa. Det är en betydligt mer naturlig situation uppe i klassrummet, väck med bord och stolar och så gör vi det där och det går bra. Så att vi får med det. (Lärare 12)

I kursplanens mål som elever skall ha uppnått i slutet av det femte skolåret står det: ”ha erfarenhet av några vanliga idrottsaktiviteter [...]”. Vilka dessa ”några idrottsaktiviteter” är framgår inte och det lämnas öppet till läraren att bestämma innehållet. Å ena sidan kan man säga att styrdokumentet möjliggör för lärarna att själva bestämma aktiviteter oavsett tillgång på lokaler, miljö och övriga resurser. Å andra sidan fråntar staten sig ansvaret för vilka aktiviteter som ska utföras. Det kan vara ett uttryck för att staten decentraliserar i tider som präglas av mindre tillgångar och centrala resurser.<sup>127</sup> I intervjuerna framgår det att de flesta lärare låter eleverna pröva många olika aktiviteter vilket kan ses som att man försöker tillgodose kursplanens intentioner, där möjligheten till att finna aktiviteter som man kan ägna sig åt betonas.

#### **Kan du beskriva vad du gör av det idag?**

Ja, vi har här haft en princip av mångsidighet. Det betyder vi har försökt erbjuda så mycket olika idrottsformer, idrottsgrenar som möjligt. Allt efter hur mycket lokaler och planer som vi har att tillgå. Men våran princip är att vi har en väldigt varierad och mångsidig idrottsundervisning där eleverna får smaka på så många olika idrotter som möjligt. Eh, sen har vi väl haft under många år nu vissa återkommande tävlingar och moment som har blivit tradition och som våra elever har gillat och dom håller vi fast vid. T.ex.. en bollspelsturnering på hösten som vi tränar klasserna på så att dom också får känna nån slags vi känsla i klasserna så att det tycker vi är positivt. Och sen dom andra återkommande evenemang som skoljoggen och skidresa, tre dagars skidresa och såna saker. Det tycker vi är kul. (Lärare 1)

En annan möjlig utgångspunkt för att förstå ovanstående citat är som tidigare nämnts att man ser till skolans värdegrund och kursplanens mål att sträva mot: ” – utveckla förmåga att leka, motionera och idrotta på egen hand och tillsammans med andra.”<sup>128</sup> Ytterligare ett sätt att se på valet av aktiviteter i undervisningen är, att man har erfarenhet av att gemensamma upplevelser i form av tävlingar och utmaningar som kan gynna både gruppen och individen. Gemensamma upplevelser blir en pedagogisk form som ska bidra till lärandet.

Klassernas storlek och sammansättning har betydelse för undervisningen och det framkommer att lärarnas uppfattning om likheter, respektive skillnader mellan flickor och pojkar, påverkar undervisningen.

Min avsikt har inte varit att i studien särskilt analysera hur kön kommer till uttryck i lärarnas intervjusvar. Samtidigt blir det påtagligt att man uttalar sig på olika sätt om flickor respektive pojkar, vilket i sin tur påverkar lärprocessen för gruppen och varje enskild individ. Å ena sidan framhåller alla att de har samundervisning där alla ska delta på lika villkor.<sup>129</sup> Å andra

<sup>126</sup> Se vidare kursplan för idrott och hälsa Lpo 94.

<sup>127</sup> Lindensjö & Lundgren (2000).

<sup>128</sup> <http://www.skolverket.se>

<sup>129</sup> Lika villkor kan betyda att behandla människor olika, min notering.

sidan framkommer det vid flera tillfällen att man, dels har pojkar respektive flickor i olika grupper när man genomför samma undervisningsmoment, dels låter flickor och pojkar genomföra olika undervisningsmoment.

Ja, vi delar ibland när vi har parallella årskurser så delar vi klassen i tjejgrupper och killgrupper när det lämpar sig t.ex.. nån gång vid höjdhopp när vi tränade höjdhopp inomhus, då har vi märkt att tjejer ibland blir väldigt störda av killarna genom att de har mycket tid att titta och så där och då kan vi se att då går alla tjejer över och så har vi bara höjdhopp för tjejer i ena salen och för killar i andra salen. Och så gör vi vid flera tillfällen. Inte så jätte ofta men kanske tio-tolv gånger per termin. Och det funkar hos oss bara när vi har årskurser parallellt i salen. (Lärare 1)

Ja det blir ju volleyboll, basketboll när det gäller bollsporter, innebandy och sen lite tuffare saker med de stora killarna. Rugby och sådär. (Lärare 5)

Uppdelning efter kön förekommer även i andra ämnen men om det är lika frekvent eller om det innebär att man har andra moment i undervisningen beroende på kön är tveksamt. Man kan också fundera på om någon grupp får mer inflytande över undervisningen än någon annan. Att elevernas intressen styr undervisningen framkommer tidigare i resultatredovisningen. Indikationer visar att undervisningen sker mer på pojkars villkor. Exempelvis är ämnet det enda ämne där pojkarna har högre betyg än flickorna. Pojkar är över lag mer positivt inställda till ämnet och aktiviteter som pojkar har mer erfarenhet av är ofta förekommande i undervisningen.<sup>130</sup> På frågan om hur man organiserar undervisningen svarar en lärare följande:

Vi kör killar och tjejer ihop. Hela vägen. Sen kan det va vissa moment då man delar dom.

**Hur ser du själv på det? Vad anser du?**

Jag tycker att eleverna ska få bestämma det. Vill dom köra ihop så kör jag ihop. Vill dom dela vid spel till exempel så delar jag vid spel.

**Hur blir det oftast?**

Oftast blir det jätte bra.

**Ja, men blir det killar och tjejer ihop eller?**

Ja, ja du menar så, ja det blir oftast blandat. Ja det blir det. Olika från klass till klass men oftast är det blandat.

**Mm.**

Och sen är det olika aktiviteter, som innebandy då sårar dom oftast på sig. Dom tycker det är roligast. (Lärare 10)

Samtidigt som man får lita till lärarens förmåga att uppfatta klimatet i gruppen kan man fråga sig för vem det blir roligast och om läraren kan uttala sig om det. Det är ju lärarens upplevelse som återges och inte elevernas. På min fråga om flickorna respektive pojkarna har möjlighet att välja vilka grupper de ska spela i svarar läraren:

Ja, det gör det! Ja, ofta om dom utövar aktiviteten så går dom ofta över till killarna, tjejerna. Men även killar till tjejerna, det händer också. Inte lika ofta, men det händer. (Lärare 10)

Vidare frågar jag om på vilket sätt eleverna påverkar innehållet i undervisningen:

Innehållet går mer åt spel. Nästan alltid, främst bland killar. Tjejer vågar ibland ta dans och sånt där men det är mest spel. Även bland tjejer.

**Vilka spel spelar man?**

Handboll främst, innebandy, fotboll, det är det som är vanligast. (Lärare 10)

Undervisningen består mer av bollspel ju äldre eleverna blir.<sup>131</sup> Bollspel är vanligt förekommande föreningsaktiviteter. En anledning kan vara att pojkar och idrottsaktiva flickor har stort

<sup>130</sup> Se vidare Redelius, K. (2004). Eriksson, C., m.fl. (2003), Lundvall, S. m.fl. (2002).

<sup>131</sup> Lundvall, S. m.fl. (2002). Eriksson, C., m.fl. (2003)

inflytande på undervisningen varför lärarna oftare väljer bollspel som passar den gruppen. Många lärare har också positiva erfarenheter av bollspel. Olika bollspel är ofta aktiviteter som möjliggör för många elever att vara aktiva samtidigt med mindre lärarledda insatser, samt att det kan ställa lägre krav på säkerhet och resurser i form av redskap och utrustning. I exempelvis redskapsgymnastik finns det moment som kräver stor ämneskunskap samt metodiskt kunnande hos lärarna. Dessutom kan vissa moment i undervisningen innebära vissa säkerhetsrisker, som kräver mod hos individerna att våga delta i aktiviteter som de inte är vana vid.

#### **Eh, vad påverkar ditt arbetssätt?**

Ja, det är ju barnen, alltså det är ju vika barn jag har och deras, vad dom befinner sig nånstans och jag försöker, alltså när jag har idrott så har jag ju flickor och pojkar blandat. Men jag har den friheten att om jag vill, typ inför nån bollsport eller så, kan jag då ha flickor för sig och pojkar för sig och det tycker jag alltså, ibland har jag då gjort så att dom har haft halva gruppen, jag hade hjälp i fyran en dag i veckan, då var jag inte ensam med dom. Då delade vi upp så att det, då var där halva gruppen hade bollsport med fritidspedagogen och halva gruppen hade gymnastik med mig och det tyckte jag också var skönt att dela som pojkar och flickor då för pojkarnas skull vad det gällde gymnastiken. För då fick dom lov att prova mycket [...]

#### **Du sa att, för killarnas skull i gymnastiken. Kan du utveckla det?**

Ja, dom är betydligt stelare, dom har så dåligt självförtroende vad gäller detta att stå på händer, hoppa över en plint eller slå en kullerbytta och hjula och allt detta här. Och så ska dom ju hela tiden vara så duktiga inför tjejerna så jag har känt det att dom har mått bättre av att få lov att vara för sig själva. (Lärare 12)

Ja, jag tror det är mycket intresse för att, speciellt när det är lite mindre tycker dom att det är ganska kul med redskap men när dom kommer upp i åttan och nian då gillar dom inte det. I alla fall, jag har blandade klasser och jag har enbart flickor eller tjejer eller pojkar och killar är inte så glada för redskapsgymnastik. (Lärare 5)

#### *Sammanfattande kommentar*

Ovanstående tema är ett försök att belysa ramfaktorernas inverkan på realiseringen av undervisningen. I intervjuerna har lärarna främst talat om lokaler och utemiljöns möjligheter och begränsningar, samt undervisningsgruppernas sammansättning. Lärarna försöker individanpassa undervisningen genom att dela grupperna utifrån elevernas förutsättningar. Medvetenheten om att elever kommer till korta om de alltid befinner sig i samma grupp framkommer men om lärarna är medvetna om att de i vissa fall bidrar till att reproducera exempelvis könsrollsmönster är en annan fråga. Gruppindelning efter kön kan bl.a. förklaras med att ämnet länge bedrivits i flick- respektive pojkklasser.<sup>132</sup>

#### **Betygsättning – ”Alla kan få g men vilka kan få vg och mvg?”**

Att sätta betyg utgör en del av villkoren under vilket ämnet verkar och betygssättningen påverkar mål och innehåll i undervisningen. Det framkommer att lärarna är väl medvetna om att de målrelaterade betygen ska göra det möjligt för alla att nå godkänt. Några av lärarna undervisar även i de högre åldrarna och refererade i intervjuerna till hur de resonerade kring betygssättningen och att det värderas högt att man jobbar hårt och kämpar. Att röra sig på lektionerna blir det viktiga, inte vad man uppnår färdighetsmässigt i form av prestation i förhållande till exempelvis motoriska, gymnastiska och idrottsliga färdigheter.

[...] sen utifrån det så tittar jag hur dom har jobbat har dom verkligen försökt att anstränga sig, bara komma och vara eller har dom försökt anstränga sig och jobbat kanske inte sådär jätteduktigt men ändå har dom kämpat och jobbat så där jättebra under hela terminen och har gått framåt lite grann och visat att kanske inte min kropp är inte den som jag kanske vill ha eller så men

<sup>132</sup> Samgymnastikens införande officiellt i och med Lgr 80. I olika texter i läroplanerna framkommer vad pojkar respektive flickor ska genomföra i undervisningen, se vidare Läroplan för grundskolan 1962 s. 344-357.

ändå så har dom jobbat så då tycker jag att då har dom förtjänat kanske inte ett VG så där med, det ger jag gärna personer som, som jobbar jättebra under hela terminen. (Lärare 7)

Alla lärare ansåg att alla elever kunde bli godkända i ämnet genom att vara närvarande, ombytta och någorlunda aktiva. Man hade inte krav på att aktiviteten skulle vara kopplad till hur man utförde övningarna färdighetsmässigt för att bli godkänd.

Jag brukar faktiskt dela ut en snabb guide till bra betyg till eleverna själva, som dom får försöka följa. Och då handlar det mycket om ansvar för ämnet och för sig själv då. Gentemot sig själva och gentemot alla.

**Kan alla få, bli godkända?**

Ja! Alla kan bli godkända.

**Vad krävs?**

För att bli godkänd så tycker jag att man ska vara aktiv och vara ombytt. Det räcker för mig. (Lärare 10)

**Kan alla få ett g?**

Ja, alla kan få ett g.

**Vad krävs?**

Hm, alltså, det som vi anser allra viktigast är att man deltar någorlunda regelbundet på idrotten [...] Att det är viktigt att komma och byta om och duscha efteråt och vara aktiv under våra pass. Då får man godkänt i idrott, så då ligger vi lågt om man kan säga så. (Lärare 1)

Lpo 94 lämnar mångtydiga riktlinjer och mycket ansvar till den enskilde läraren både vad det gäller lektionsinnehåll och betygssättning. Resultatet av att flera aktörer och inte enbart lärarna har inflytande över både transformerings- och realiseringsarenan av läroplanen framträder allt tydligare vid betygssättning.<sup>133</sup> Det är därför inte förvånande att det uppstår svårigheter (och förlägenhet) då lärarna försöker redogöra för hur de betygssätter eleverna. Svårigheter vid betygssättning är något som de flesta lärare upplever oavsett ämne men det finns mer eller mindre tydliga riktlinjer beroende på ämne, t.ex. målbeskrivningar i styrdokumentet och nationella prov, vilka kan tjäna som vägledning vid betygssättning och bedömning. Förväntningarna från föräldrar, elever och samhället i stort är olika beroende på ämne. Här kan även andra aktörer medverka till synen på hur ämnet ska bedrivas och hur betygssättningen ska ske, varför en annan bild framträder när jag ställer frågan om hur betygssättning går till i exempelvis svenska:

Hmm, ja, det är det. Är man med och gör sitt bästa, det är mer. Eller nej kanske jag skulle säga! Så är det inte, jag vet inte. Svenska då krävs det att man klarar målen också. Alltså dom gör det i idrott också! Vad svårt det där blev, ha, ha. Ja men, oj vad svårt det är. (Lärare 10)

Läraren fortsätter:

Nej, det är inte det. Alltså svenska då har du vissa resultat du måste uppnå. I idrott då, gör man sitt bästa och kämpar och är med, då ger jag godkänt. Det gör jag, det finns inget sånt där att du stavar så uselt så du kan inte få godkänt. I idrott. (Lärare 10)

Jag ber lärarna beskriva vilka uppnåendemål som finns i ämnet och hur läraren arbetar med dessa:

Inte så konkret, nej det kan man inte säga. Att delta och så men inte så konkret liksom om du får tio kast på dig så ska åtta hamna i korgen. Inga såna, nej det är det inte. (Lärare 12)

Det tycks vara viktigt att betona att undervisningen ska bidra till att eleverna ska bli socialt kompetenta istället för att framhålla att ämnet ska ge ökad motorisk inlärning hos eleverna. Som tidigare nämnts anser lärarna att målet med undervisningen är att det ska vara roligt och man tonar ned tävlingsmoment och motorisk och idrottslig prestation över lag.<sup>134</sup> Samtidigt

<sup>133</sup> Linde, G. (2000).

<sup>134</sup> Se vidare Lundvall, S. m.fl. (2002).

bedöms eleverna som en del av betygssättning med hjälp av tester och tävlingar, exempelvis genom att springa en viss sträcka på en viss tid eller genomföra redskapsserier i gymnastikmomenten. Följande citat är hämtade från när lärarna beskriver undervisningsinnehållet.

Tester!

**Tester, vad kan det vara?**

Kondition, motorik, på vilken nivå dom ligger.

**Mm. Hur gör ni dom testerna? Kan du beskriva det?**

Ehh, ja, det är väl, jag sitter väl mest och iakttar, vad jag tycker, jag skriver upp det vad jag anser om var och en av dom. (Lärare 10)

Jag frågar vidare i vilka moment som tester används och läraren svarar:

Det är både banor, lek och spel. Lära sig spel, lag spel. Och därför så är det väl mest där man är genom att jag går utifrån att jag vill att de ska våga tycka att det är roligt. Hela tiden, och därifrån börjar jag. (Lärare 10)

Här framgår det att läraren är väl medveten om att man måste bedöma och betygssätta eleverna samtidigt som man vill betona leken och att eleverna ska uppleva undervisningen som rolig.

Vid en annan intervju ber jag läraren beskriva hur man arbetar med betygssättning. Läraren svarar på följande vis:

Eh, jag har just skrivit den här veckan ett fyrtiotal omdömen för åttor. Då har dom haft idrott i två månader och under dom två månaderna har vi hunnit med att spela lite softboll, lite brännboll, vi har haft konditionsträning, terränglöpning, ett test på vad som händer med konditionen och så har vi haft skoljoggen. Det är vad som har hänt under dom timmarna och det försöker jag att skriva i omdömena. Och eftersom det är så kort tid så får dom inte nåt bokstavsbedyg av mig än så länge. (Lärare 1)

Läraren fortsätter längre fram i intervjun;

[...] Alltså även psykosocialt som ledarskap och så där, om en elev eller en tjej träder fram och hjälper extra mycket till att dela in lag och visar bra socialt omdöme när den delar in grupper och så där så noterar jag det efter lektionen. (Lärare 1)

Följande citat är hämtat från hur läraren besvarar frågan om man har prov och i så fall hur det genomförs:

Nej. Prov har jag egentligen aldrig. Möjligtvis under dom perioder vi har orientering och så tillsammans med so, att vi har litet test i gympan också. Annars i redskapsgymnastik kan det hända att vi har, att vi avslutar en period med en timme där de bara visar upp sig så att säga och jag går runt och säger ingenting och bara tittar. Om man nu kan kalla det för prov vet jag inte, men det är mera nån slags sammanfattning av det man har lärt sig och så försöker man visa sig lite extra. Men vi har inte direkt, men jag har gått mer och mer ifrån, jag har satt upp vissa små moment inom basket eller fotboll eller redskapsgymna eller friidrott och sagt att det och det och det är på vg nivå och mvg nivå. I friidrott har vi fortfarande en skala som vi använder ibland när dom kommer och frågar att t.ex.. nio minuter på 2000 meter betyder bra kondition om man är tjej i årskurs sju och det motsvarar mvg, sånt va. Eller i, även i längdhopp och höjdhopp har vi såna skalor, 1.30 som tjej i årskurs nio betyder mvg, 1.10 betyder vg nivå och 90 cm ska man hoppa för att man ska vara godkänd i höjdhopp. Sånt säger vi men jag har mer och mer tonat ner betydelsen av dom där skalor, jag tycker inte dom behövs så mycket inom idrott, men vi har dom i bakfickan så att säga både xx och jag så att vi kan svar i alla fall om dom kommer in och frågar; [...] (Lärare 1)



### *Sammanfattande kommentar*

Lärarna använder flera sätt att bedöma eleverna och eleverna får flera chanser att ”visa upp” sina färdigheter som inte endast behöver vara motorisk färdighet eller fysisk kapacitet. Det kan också innebära att man är duktig på att leda sina klasskamrater i idrottsliga övningar eller att man uppträder på ett föredömligt sätt. Det är dock en motsägelsefull bild av betygssättningen som framkommer i intervjuerna. Alla elever kan få godkänt enligt lärarna, samtidigt ställs krav på prestation och inbördes rangordning i vissa fall vid tävlingar, för att komma i fråga för högre betyg. De målrelaterade betygen innebär att lärarna ska med utgångspunkt från Lpo 94 ta fram lokala betygs-kriterier i den lokala arbetsplanen/kursplanen. Att då konkretisera betygs-kriterier utifrån en relativt ”löst” skriven kursplan och få konkretiserade nationella riktlinjer gör att även de lokala betygs-kriterierna blir otydliga. Lärarna kanske verkligen har konkretiserat betygen och lyckats leva upp till läroplanens betygs-kriterier där anvisningarna är att man ska individualisera undervisningen så att alla kan nå nivån för godkänt. Ändock uppstår det en svårighet i att betona att ämnet ska vara roligt, uppmuntra till samarbete, ge lust till rörelse och samtidigt sätta betyg där den fysiska prestationsförmågan blir den man bedömer, i form av tävlingar och rangordning. Dessutom ska man vara färdighetsmässigt duktig, kunna prestera och vissa fall konkurrera för att komma i fråga till ett högre betyg. Betygsfrågan påverkar mål och innehåll i ämnet och bilden av ett ämne med många ”ansikten” växer fram. Begreppet hälsa nämndes aldrig i betygssammanhang.

## 7. Avslutande diskussion

I intervjustudien har lärarna talat om ämnet idrott och hälsa, vad de vill åstadkomma med undervisningen, vilka mål och innehåll de har samt hur de uppfattar begreppet hälsa och hur det gestaltas i undervisningen. Förutom att studien givit ny kunskap så har den också väckt nya frågor, vilket förstås alltid sker när man genomför en undersökning.

Det är min avsikt att i detta kapitel föra en avslutande diskussion kring de resultat som framkommit, resonera kring tänkbara orsaker och konsekvenser, samt ge förslag på fortsatt forskning. I fokus för diskussionen är den bild av hälsa som framträder, varför gestaltas hälsa på det vis som förekommer i intervjuerna och hur ska det förstås?

De resultat som framkommit i studien är att lärarna framhåller att ämnet ska vara roligt och att aktiviteterna ska gå i lekens tecken, skild från den fria tidens idrott med krav på rangordning och tävling. Eleverna ska tränas i att samarbeta och ta ansvar för så väl sig själva som för andra. Genom att vara aktiv och anstränga sig ska kroppen och självförtroendet stärkas. Oavsett kunskaper i ämnet kan alla nå godkänt. Däremot framgår det inte tydligt vilka kunskaper man ska tillägna sig eller om aktiviteterna skiljer sig från den fria tidens idrott. Som framkommit i tidigare studier är olika bollspel frekvent förekommande aktiviteter i ämnet.<sup>135</sup> Hur hälsa kommer in i ämnet är däremot inte lika lätt att svara på. Ovanstående resultat kommer fortsättningsvis att diskuteras först och främst i relation till hälsobegreppet.

### 7.1 Hälsa i ämnet idrott och hälsa, vad är det?

Undersökningens huvudintresse har varit, som rubriken antyder, att belysa begreppet hälsa i ämnet idrott och hälsa, vad hälsa innebär för lärarna och hur det kommer till uttryck i undervisningen. Under intervjuerna var det, som tidigare nämnts endast en lärare som talade om hälsa när de beskrev ämnet och undervisningen, vilket förvånade mig eftersom ämnet heter idrott och hälsa. Samtidigt är det nästan omöjligt att svara på vad hälsa är. I uppsatsens teoretiska utgångspunkt där hälsobegreppet behandlas framträder hälsa som ett komplext begrepp. Det framkom i intervjuerna att det var relativt svårt att definiera begreppet hälsa, vilket inte är särskilt förvånande med tanke på att det trots omfångsrik litteratur och otaliga debatter inom olika professioner som berör hälsa, inte finns en samsyn på vad begreppet hälsa innebär. Det finns snarare olika inriktningar på hälsobegreppet och de verksamheter som berör hälsa. Medin och Alexanderson skriver att många teorier om hälsa inte svarar på frågan vad hälsa är utan snarare ger beskrivningar av hur hälsa ska uppnås.<sup>136</sup> Jag har svårt att finna någon uttalad hälsoinriktning i det empiriska materialet. Å ena sidan kanske lärarna har den uppfattningen att ämnet behandlar hälsa, är hälsosamt i sig och att de inte behöver uttrycka detta självklara i intervjuerna. Å andra sidan kan det vara så att man inte har funderat på vad begreppet innebär eller anser att hälsa inte ingår i ämnet. Trots svårigheterna att definiera begreppet behövs det en viss samstämmighet för att överhuvudtaget kunna formulera, undervisa och möjliggöra lärande och kunskapsutveckling i ämnet. Det är därför viktigt att lärarkåren inom idrott och hälsa definierar någon form av samsyn på vad begreppet ska innehålla och hur undervisningen ska ske. Några lärare uttrycker också en spontan vilja till självvrannsakan vad det gäller hälsobegreppets plats i undervisningen. Tre grupperingar framträder i intervjuerna utifrån lärarnas sätt att svara på frågor om hälsa i ämnet:

<sup>135</sup> Eriksson, C., m.fl. (2003). Lundvall, S. m.fl. (2002). Eriksson, C., m.fl. (2002). Mattsson, L. (1992).

<sup>136</sup> Se vidare Medin, J. & Alexanderson, K. (2000). s. 39.

- Hälsa är något teoretiskt som man förknippar med traditionell klassrumsundervisning där man läser, svarar på frågor och diskuterar begreppet men där det fortfarande ingår som en del i ämnet.
- Hälsa har man i andra ämnen, så som hemkunskap när man undervisar om kost eller naturkunskap när man har moment som främst handlar om människokroppen. Dessa ämnen kan integreras med idrott och hälsa men det förekommer inte särskilt ofta.
- Hälsa kan vara de aktiviteter som man genomför i ämnet. Genom att vara fysiskt aktiv främjar man hälsan på kort och lång sikt. Hälsa är något man genomför enligt förmedlingspedagogiken. Man informerar om varför man ska träna och på vilket sätt olika övningar är nyttiga (vilket inte är samma sak som att eleverna har förstått eller att det är det som de har uppfattat att undervisningen går ut på).

Den första punkten har likheter med det Quennerstedt och Sundberg skriver i artikeln *Ett ämne för kroppen och hälsan*. De skriver att hälsofrågor ofta beskrivs i form av teoretiska moment så som föreläsningar, skriftliga inlämningsuppgifter eller projekt i de lokala kursplaner de studerat.<sup>137</sup>

Går jag bortom själva frågan ställd till lärarna om vad hälsa är och mer ser till hur man talar om mål och innehåll i undervisningen, framkommer flera dimensioner av ämnet som kan inbegripa begreppet hälsa. Ytterligare en teoretisk utgångspunkt var att man kan dela in teorier om hälsa i olika kategorier, där ena kategorin är att man diskuterar hälsans natur och den andra kategorin är att man diskuterar olika strategier som leder till hälsa. I mitten finns den kategori som innefattar teorier där man både diskuterar vad hälsa är och strategier hur man ska nå hälsa. Exempel på detta går att skönja i läroplanstexten, bl.a. i ”Ämnets syfte och roll i utbildningen”.<sup>138</sup> Läroplanstexten för tankarna till teorier som beskriver att hälsobegreppet inbegriper fysiska, psykiska och sociala dimensioner. Texten innehåller också strategier för hur eleverna ska få förståelse för den egna livsstilens betydelse för hälsan. Detta kan ses som exempel på den politiska kompromiss som en läroplan kan sägas utgöra, samt att det är olika intressegrupper som har inflytande över formuleringen av läroplaner. Jag finner här paralleller till läroplansteori och begreppen formulerings-, transformerings- och realiseringsarenorna, där olika aktörer och påverkansprocesser verkar och där intentionerna i formuleringen av läroplanen nätt och jämnt framträder vid transformering och realiseringen av undervisningen. Lärarintervjuerna kan sägas ge en bild av hur skolans uppdrag och därmed också hur läroplanen transformeras. Med utgångspunkt från det teoretiska ramverk som behandlar hälsa, framkommer enligt mitt sätt att se, olika inriktningar på hälsa, hälsans natur och också vilka strategier som kan vara framgångsrika för att nå hälsa. Det är dock inget som lärarna uttryckligen säger är hälsa eller sätter i samband med hälsodelen i ämnet. Nedan följer en diskussion om inriktningar och strategier som jag finner relaterade till hälsobegreppet. De resultat som jag tog upp inledningsvis i kapitlet kommer att till viss del diskuteras i relation till hälsobegreppet i ämnet och läroplanen.

## **7.2 Fysiologisk och medicinsk hälsa**

Det som framkommer tydligt är den fysiologiska och medicinska synen på hälsa, där kroppen ska ansträngas, svettas och tränas till att orka fungera i nuet men också i framtiden. Jag associerar till vad Medin och Alexanderson kallar en biomedicinsk inriktning som blandas med en

<sup>137</sup> Quennerstedt, M. och Sundberg, M. ”Ett ämne för kroppen och hälsan” *Svensk Idrottsforskning nr. 3, 2003. s. 39-43.*

<sup>138</sup> se vidare Lpo 94 och inledningen i denna uppsats. ”Ämnets syfte och roll i utbildningen [...] Ämnet idrott och hälsa syftar till att utveckla elevernas fysiska, psykiska och sociala förmåga samt ge kunskaper om den egna livsstilens betydelse för hälsan.”

holistisk syn på hälsa där handlingsförmågan poängteras, (handlingsförmåga att förverkliga sina vitala mål). En väl fungerande kropp ses som något individen själv kan skapa och får till följd en väl fungerande människa utifrån ett fysiologiskt perspektiv. Individen själv har ansvar för att skapa en ”god fysisk hälsa”. Det är med andra ord nyttigt att vara fysiskt aktiv i syfte att motverka skador och sjukdomars uppkomst. Genom att exempelvis ha rätt utrustning, arbeta ergonomiskt rätt, värma upp och stretcha ska risken att skada sig inom ämnet motverkas. Samtidigt ska den kunskap man förskansar sig användas både nu och i framtiden. På transformeringsarenan kan skönjas inflytelserika intressegrupper som har påverkat ämnet t.ex. representanter från media, institutioner som Folkhälsoinstitutet och medicinska grupper med läkare i spetsen.<sup>139</sup> Hälsa tar här form utifrån en nyttokod och en riskkod, där budskapet till eleverna kan uppfattas som att det är nyttigt att träna, anstränga sig och vara fysiskt aktiv och om du inte tränar eller tränar fel kan du drabbas av skada eller sjukdom.

Skolan har och har haft en hälsopolitisk uppgift genom åren, där ämnet idrott och hälsa har varit ett ämne som har till uppgift att bidra till att genomföra det politiska uppdraget.<sup>140</sup> Tidigare läroplaner har uttryckligen betonat vikten av att byta om, duscha och sköta sin hygien. I Lpo 94 skriver man endast att ämnet ska förmedla kunskap om hur god hälsa och god livsstil och arbetsmiljö kan främjas. Det går att skönja en hygiendiskurs i intervjuerna, där lärarna visar på vissa villkor för ämnet, att man exempelvis ska vara ombytt. Hygiendiskursen är dock inte framträdande i lärarnas tal, utan tas för given nu mer än tidigare, med tanke på att så gott som alla idag har möjlighet att sköta sin hygien och att det anses som en självklarhet att man ska vara ombytt och tvätta sig efter fysisk aktivitet. Dessutom är bristande hygien inte ett lika stort hälsoproblem som i början av seklet. Några lärare ifrågasätter också duschning efter lektionerna eftersom de menar att många elever blir mer svettiga på rasterna än på lektionerna i ämnet.

### **7.3 Psykisk och social hälsa**

Ytterligare en teoretisk utgångspunkt av hälsobegreppet är att hälsa kan ses utifrån en humanistisk inriktning. I Lpo 94 betonas förutom den fysiska hälsan även psykisk och social hälsa. I intervjuerna talar lärarna mycket om vikten av att beakta och träna den sociala förmågan hos eleverna, att de ska kunna samarbeta och hjälpa varandra, vilket man kan se som ett sätt att befrämja hälsa och välbefinnande. I likhet med tidigare studier visar det sig att lärarna lägger sig vinn om att ämnet ska uppfattas som roligt. Dessutom betonas att undervisningen ska upplevas som lustfylld och gå i lekens tecken, vilket kan ses som att individens psykiska välbefinnande ska påverkas i positiv riktning. Att de till stor del lyckas framgår av elevernas svar att ämnet fortfarande är ett av de populäraste ämnena.<sup>141</sup> Förklaringen är inte endast att lärarna gör roliga lektioner utan kan också ligga i att ämnet i stor utsträckning innehåller aktiviteter som eleverna uppskattar och ägnar sig åt på sin fritid.<sup>142</sup> Här ser jag likheter med läroplans-teori och transformerings- och realiseringsarenan att undervisningen påverkas av de erfarenheter eleverna har med sig från träningen på fritiden. Dessutom kan ämnet upplevas som ett avbrott och rekreation från andra skolämnen, vilket också framkommer i intervjuerna. Andra praktisk-estetiska ämnen får ofta samma omdöme när elevers röster blir hörda.<sup>143</sup> Att ämnet uppfattas som roligt och lustfyllt kan också vara en pedagogisk metod för att underlätta inlär-

<sup>139</sup> Vad det gäller media tänker jag främst på tv program som ska få människor att komma i form, sluta röka eller tidningar som Hälsa, Leva etc.

<sup>140</sup> Se bl. a. Lena Hammarbergs avhandling *En sund själ i en sund kropp. Hälsopolitik i Stockholms folkskolor 1880-1930*. HLS förlag. Stockholm.2001.

<sup>141</sup> Eriksson, C., m.fl. (2002). Mattsson, L. (1993).

<sup>142</sup> Engström, L-M. och Redelius, K. (2002): Pedagogiska perspektiv på idrott kap 15 i *Pedagogiska perspektiv på idrott*. Red. Engström, L-M. Redelius K. HLS Förlag. Stockholm. s. 270.

<sup>143</sup> Redelius, K. (2004) s. 149-172.

ning. Samtidigt är det få ämnen där eleverna är så exponerade som i ämnet idrott och hälsa. Både kropp och kunnande synliggörs på ett påtagligt sätt, vilket kan vara en av anledningarna till att lärarna betonar vikten av att känna lust för ämnet. Frågan är om vi kan legitimera ett ämne som först och främst ska uppfattas som roligt och vars syfte är att ge rekreation så att skolans övriga undervisning kan klaras på ett bättre sätt. Lärarna blir klämda mellan två diskurser. En diskurs som betonar leken, att det ska vara roligt och lustfyllt och en diskurs som betonar kroppslig prestation i form av kroppsligt kunnande. Att samordna dessa diskurser är en stor utmaning och kräver genomtänkta och medvetna förhållningssätt hos lärarna.

I den teoretiska utgångspunkten rörande läroplansteori skriver Linde att undervisningsprocesserna på transformeringsarenan kommer att påverkas av hur stark klassificering ämnena har.<sup>144</sup> Linde skriver vidare att moderna språk och matematik har en grundmurad legitimitet med stark knytning mellan skolan och en erkänd akademisk disciplin. Ämnen som exempelvis psykologi och idrott och hälsa har däremot inte samma erkända legitimitet varför lärarna måste vinna elevernas förtroende för ämnets värde (och även andra intressenters förtroende så som föräldrar, skolledare, kollegor etc). Strategier som lärarna kan använda för att vinna detta förtroende är enligt Linde, att visa på nyttan av ämnet och göra ämnet underhållande med exempelvis aktiviteter som uppskattas av eleverna eller genom livfulla undervisningsformer. Här finns paralleller med lärarnas tal om att ämnet ska vara roligt, lekfullt och nyttigt. Ytterligare ett sätt att förstå de ibland motsägelsefulla bilderna av vikten av att samarbeta, ha roligt, svettas och anstränga sig och mindre fokus på att prestera mätbara kunskaper i ämnet, kan vara att man ser till elevens personliga utveckling, vilken ska bedömas i första hand och mindre till mätbara ämneskunskaper i form av att stå på händer, göra tvåtakt i basket, osv. Jag uppfattar det som ett uttryck för vad Bernstein kallar *competens code* och *performance code*, där *competens code* har elevens utveckling i fokus.<sup>145</sup> Att lärarna inte enbart ser som sin uppgift att förmedla mätbara kunskaper i form av idrottsliga och kroppsliga prestationer och/eller exempelvis genomföra skriftliga prov om medicinska åkommor, utan i stället strävar efter att i undervisningen möjliggöra fysisk, psykisk och social utveckling.

En kategori i den teoretiska utgångspunkten rörde hur hälsa kan nås och befrämjas, vilket jag anser också kan förklara talet om att ämnet ska uppfattas som roligt. Det kan förstås utifrån att man vill se till hela människan och vikten av att ingå i ett sammanhang. Här uppfattar jag likheter med Antonovskys KASAM-begrepp (känsla av sammanhang), och det salutogena perspektivet av hälsa. Att sträva efter att åstadkomma hälsa och motverka ohälsa, vilket i sin tur kan betraktas som att möjliggöra handlingsutrymme för att medverka till god hälsa för sig själv och andra. Jag ser här likheter med Lena Nilssons resonemang i avhandlingen *Hälsoarbetets möte med skolan i teori och praktik* om att demokratiteorier och teorier som betonar samtal i olika former för att fördjupa lärande, vilket kan användas i hälsofrämjande arbete.<sup>146</sup> Hon menar vidare att en skolutveckling i ett demokratiskt perspektiv kan vara hälsofrämjande och svara upp mot den möjlighet Antonovsky vill ge till personal och elever i skolan med hjälp av KASAM-begreppet.<sup>147</sup>

---

<sup>144</sup> Linde, G. (2000). s. 48 ff.

<sup>145</sup> Se vidare Bernstein, B. "On Classification and Framing of Educational Knowledge" i *Knowledge and Control: New Directions for Sociology of Education*, pp. 47-69. Young, FD London: Collier McMillen. 1971. Se även sidan 18 i uppsatsen.

<sup>146</sup> Nilsson, L. *Hälsoarbetets möte med skolan i teori och praktik*. Diss. Örebro universitet. Universitetsbiblioteket. 2003. s. 225.

<sup>147</sup> Se vidare Antonovsky, A. The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health Promotion International*, 11 (1) s. 11-18.

Genom att vara aktiv och anstränga sig ska kroppen såväl som själen och självförtroendet stärkas. Att komma i tid, ha rätt utrusning, byta om, duscha och följa regler är också ”kunskaper”/rutiner som eleverna ska tillägna sig i ämnet. Återigen uppfattar jag likheter med Antonovskys KASAM-begrepp där begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet ingår. För att människan ska må bra behöver hon kunna organisera tillvaron. De rutiner som utgör ramar i undervisningen kan hjälpa barn och ungdomar att finna sammanhang i tillvaron.<sup>148</sup> Lärarna uttrycker en vilja att man i ämnet tränas till att verka i grupp och ta ansvar för sina handlingar, vilket kan ses utifrån en humanistisk och holistisk inriktning på hälsobegreppet med inslag av en mental och psykosomatisk ansats. Människans kognitiva och sociala förmåga betonas för att hon ska kunna nå sina basala mål där hälsan ses utifrån frånvaro av psykosomatiska sjukdomar. Ämnet kan bidra till en social fostran där alla ska ges möjlighet att våga delta och där exponeringen av kropp och handlingar ska tonas ned för att skapa en trygg miljö, där alla deltar och gör sitt bästa. Lärarna skulle kunna hänvisa till skolans värdegrund vad det gäller människolivets okränkbarhet, demokrati och jämlikhet.<sup>149</sup> Det framkommer dock i enkätstudien, vilken föregick denna studie, att de flesta lärarna anser att det var mindre viktigt att uppfylla läroplanens mål. Talet om social fostran är förmodligen mer ett uttryck för vetskapen om den utsatthet som flera elever kan känna i ämnet.<sup>150</sup>

Att lärarna själva inte formulerar de psykiska och sociala aspekterna i ämnet eller definierar det som att de arbetar med hälsa och hälsobegreppet, kan bero på att de betraktar hälsa som något fysiologiskt eller att man faktiskt inte har tänkt på, eller kanske snarare inte formulerat hälsa utifrån andra aspekter. Hälsa har i mångt och mycket betraktats utifrån medicinska och fysiologiska aspekter i det västerländska samhället under 1900-talet. Vid transformeringen av läroplanen framkommer den tradition som ämnet bär på, där fysiologi och humanbiologi har haft ett starkt inflytande över utbildningen. Ytterligare en förklaring kan vara att man helt enkelt anser att det är självklart att psykiskt och socialt välbefinnande är viktiga delar av hälsan och att det därför inte behöver sägas.

Om man sätter WHO:s nuvarande definition av hälsa i relation till uppsatsens teoretiska utgångspunkt rörande hälsa, framträder hälsa mer som en resurs istället för ett tillstånd. WHO:s hälsomål är processinriktade mål, där det gäller att skapa resurser på både individ- och samhällsnivå för att uppnå hälsa. Med andra ord strategier för hur man ska åstadkomma hälsa för att använda Medin och Alexandersons kategoriseringar av hälsobegreppet. En strävan i den riktningen är att arbeta med demokratibegreppet och värna om allas lika rättighet att få sin röst hörd. Återigen vill jag hänvisa till värdegrundstexten (som en politisk text) och lärarnas tal om social fostran, som ett exempel på en strävan att försöka möjliggöra för både individ, grupp och samhälle att värna om och sträva mot en god hälsa och livsmiljö. Lena Nilsson skriver vidare i sin avhandling att hälsofrämjande arbete kan förstås som ett demokratiskt projekt, vilket kan handla om att bidra till att utveckla röster och dialoger i olika former.<sup>151</sup> Med detta sätt att tänka kan hälsobegreppet ges en demokratisk dimension. Det är dock inte självklart att som lärare i ämnet idrott och hälsa associera demokrati till hälsa.

I några intervjuer framkommer att eleverna är med och planerar samt leder aktiviteter i undervisningen, vilket kan vara ett sätt att arbeta med demokrati och medbestämmande så att de i

---

<sup>148</sup> Se även Olle Åhs artikel kapitel 13 i *Idrott, människosyn och värdegrund* i *Pedagogiska perspektiv på idrott* red Engström, L-M och Redelius, K. (2002). Viktiga faktorer för att skapa en god hälsa är bl. a meningsfullhet som exempelvis författaren Viktor Frankel tar upp i boken *Livet måste ha en mening*. Stockholm. Natur och Kultur. (1996).

<sup>149</sup> Lpo 94, Lpf 94, s. 5.

<sup>150</sup> Se även Larsson, H. & Redelius, K. (2004) s. 227-239. Lundvall, S., m.fl. (2002).

<sup>151</sup> Nilsson, L. (2003). s. 225.

förlängningen kan påverka möjligheterna att ta ansvar för sin hälsa. Lärarna talar också om att de försöker att organisera undervisningen så att så många som möjligt kan, vill och vågar delta. Ämnet ger stora möjligheter att arbeta med värdegrundsfrågor<sup>152</sup> och i intervjuerna framkommer att man försöker möjliggöra att alla ska kunna delta på sina villkor, underlätta för rörelseovana att delta, samt hitta andra/nya uppgifter för idrottsvana elever. Lärarna beto- nar exempelvis att alla kan bli godkända i ämnet och det är få elever som inte får betyg i ämnet.<sup>153</sup>

Frågan kvarstår dock vilka grupper som har inflytande över undervisningen. Jag skrev tidi- gare om att idrottsaktiva flickor samt pojkar påverkar innehållet utifrån mitt sätt att förstå lärarnas tal om undervisningen och att ämnet bedrivs till stor del på pojkars villkor. Eftersom fler pojkar än flickor har högre betyg i ämnet kan man utifrån betygskriterierna fråga sig om exempelvis fler pojkar än flickor:

[...] använder sina kunskaper om livsstil, livsmiljö och hälsa för att bedöma värdet av olika idrotts- och friluftaktiviteter.<sup>154</sup>

Naturligtvis är det fler kriterier som ingår i bedömningen i ämnet och dessutom ska varje skola ha utarbetat egna lokala betygskriterier. En viktig iakttagelse är att de högre betygen baseras på mätbara fysiska prestationer. I uppsatsens teoridel beskrevs ramfaktorteorin där både konstitutionella och organisatoriska ramar kommer att påverka lärarnas utformning av undervisningen. Jag anser att betygssättning och även gruppindelningen av klasser är ram- faktorer som i hög grad påverkar realiseringen av undervisningen. Det uppstår en motsägelse- fullhet mellan hur lärarna talar kring mål och innehåll och hur de talar kring betygssättningen. Glappet som uppkommer mellan å ena sidan formuleringen av läroplanen, å andra sidan trans- formering och realiseringen av läroplanen och undervisningen, vilket kan förklaras med de svårigheter som lärarna har, att hitta former för att sätta de högre betygen i ämnet. Lärarna tar hjälp av de metoder och den erfarenhet man har från idrottsrörelsen (och även utbildningen) där mycket av aktiviteterna går att mäta i form av fysisk prestation. Ytterligare en förklaring kan vara att Lpo 94 infördes utan särskilda förberedelser för lärarna att axla det ansvar som den nya läroplanen innebar. Läroplanen uttrycker mål att sträva mot och begreppet hälsa åter- finns på formuleringsarenan av ämnet. Däremot har jag svårt att finna att hälsobegreppet transformeras av lärarna på ett medvetet sätt i mitt empiriska material. Det ges få riktlinjer för att kunna transformera och realisera strävans- och uppnåendemålen i undervisningen, varför det blir än viktigare för lärarna själva att formulera och synliggöra vad de vill åstadkomma med undervisningen. Det kräver tid att diskutera och reflektera över mål och innehåll och lärarna har fått få konkreta ”verktyg” att åstadkomma det läroplansmakarna formulerat i läro- planen. Dessutom kan det finnas ett motstånd att släppa det man känner sig kunnig och bekräftad i, i detta fall idrottsliga aktiviteter. Att försöka tänka i nya banor där man kanske har liten eller obefintlig erfarenhet blir näst intill omöjligt. Frågan är om ämnet verkligen är i en hälsosofas som det ibland beskrivs i litteratur<sup>155</sup> eller om det är så att hälsa endast behandlas i Lpo 94 och lokala kursplaner. Eller är det så att lärarna har realiserat läroplanens intentioner men inte uttrycker det i intervjuerna eller ser sin undervisning utifrån ett hälsoperspektiv?

---

<sup>152</sup> Åhs, O. (2002).

<sup>153</sup> Presentation av Skola – Idrott – Hälsa. 2001 vid konferens vid högskolan i Jönköping mars 2003.

<sup>154</sup> Lpo 94 *Kriterier för betyg Mycket väl godkänd*. <http://www.skolverket.se/kursplan/grundskolan/amnet>. Se även bilaga.

<sup>155</sup> Se vidare Annerstedt (2000).

#### 7.4 Vad är kunskap i ämnet?

Vid planeringen och genomförandet av studiens empiriska material var tanken att endast hälsa skulle behandlas i uppsatsen. Efter hand har även andra intressanta resultat framträtt. Jag har därför valt att diskutera några av de resultat som jag funnit intresseväckande.

Jag har tidigare nämnt att det i lärarintervjuerna framkommer att är viktigt att ha roligt, byta om, svettas och anstränga sig på lektionerna. Däremot framgår det inte särskilt tydligt vad lärarna vill uppnå i form av kunskaper och färdigheter. Det är ett resultat som jag tycker är intressant och skulle därför vilja sätta det i relation till läroplansteori och hur andra ämnen transformeras och realiserar. I en nyligen framlagd avhandling, *Matematikundervisningens konkreta gestaltning* skriver Marianne Löwing att lärarna inte använder sina didaktiska kunskaper optimalt, utan ofta motverkar deras val av arbetssätt och arbetsformer varandra.<sup>156</sup> Dessutom visar hon att det ofta är otydliga mål med vad man vill åstadkomma med undervisningen. Hon skriver att läroplanen ger liten vägledning och det blir snarare viktigt att visa hur långt man har kommit i boken istället för att understryka och följa upp om eleverna har förstått. Följden blir sämre resultat och de som redan kan eller har stor förmåga att klara sig själva är de som klarar sig bäst. Här ser jag paralleller med den otydlighet som finns i kursplanen för idrott och hälsa och också svårigheten att uttyda vad lärarna vill åstadkomma i form av kunskap och färdighet i ämnet. Faktorer så som lärares och elevers sätt att jämföra sig med andra samt föräldrar och skollära förväntningar påverkar också realiseringen av undervisningen.

Det finns säkert en strävan hos andra lärare att exempelvis förmedla läsglädje/språkglädje i ämnen som svenska och engelska och räkneglädje i matematik. Skillnaden är dock att man troligtvis inte behöver motivera ämnet utifrån att det ska vara roligt utan kan ta fasta på lärandet i de olika ämnena. En teoretisk utgångspunkt var att elevernas och omgivningens förväntningar kommer att påverka realiseringen av undervisningen, vilket kan förklara lärarnas tal om vikten av att ha roligt på lektionerna. Att ha roligt genom fysisk aktivitet är dock ett mål som i sig kan vara svårt att legitimera ämnet idrott och hälsas plats på skolschemat, vilket också Annerstedt tar upp i sin avhandling. Cothran och Ennis berör även denna fråga när de visar att en undervisning där eleverna har roligt, träffar kamrater och bara utför de aktiviteter de redan kan, till sist blir urvattnad, meningslös och tråkig.<sup>157</sup>

Det visade sig att sex av de intervjuade lärarna i undersökningen har en yrkeserfarenhet som överstiger 20 år. Dessa lärare vittnar om en förskjutning av innehållet i ämnet från idrott, som var till för några och där prestation, rangordning och tävling mer betonades, till ett innehåll med mer lek och aktiviteter där betoningen är att alla ska kunna delta. Två lärare uttryckte det på följande sätt:

Ja men när jag började, det är ju trettio år sen då hade man alla olika redskap och sen hade man betygsättning i alltihopa. Man hade olika gränser då på den tiden. [...] sen så gick det över till ettan till femman och då hade man olika nivåer, olika serier man skulle klara av i de olika redskapen för att uppnå betyg. Sånt har man inte nu. (Lärare 5)

[...] men ämnet är väldigt mycket annorlunda i alla fall och det tror jag inte bara är hos mig utan man var seriösare på att få fram riktiga produkter av olika ämnen inom idrotten, nu är det mer totalt att det är viktigt att dom kommer igång och det är på nåt sätt viktigare också just som det är nu. (Lärare 15)

<sup>156</sup> Löwing, M. (2004): *Matematikundervisningens konkreta gestaltning*. Diss. Institutionen för Pedagogik och Didaktik. Göteborg.

<sup>157</sup> Annerstedt, C. (1991). Cothran & Ennis (1997). Implementing curriculum within a context of fear and disengagement. *Journal of Teaching in Physical Education* 17(1), 52-57.



Tidigare hade man specifika färdighetsmål för undervisningen, vilka eleverna tränades i att klara av. Dessa var också betyggrundande. Idag verkar det inte finnas en systematisk träning av övningar i syfte att uppnå exempelvis vissa gymnastiska moment så som handstående, hjulningar eller kullerbytta. Det kan i sin tur bero på att kursplanerna inte är lika specificerade utan mer övergripande och det viktigaste idag är att alla deltar.

Lärare som verkat länge i yrket ser en förskjutning från ett ämne som mer betonade färdighetsträning till ett ämne som inte ställer lika höga krav på motoriskt kunnande och fysisk prestation. Jag ser här paralleller till läroplansteori som tar upp att ramfaktorer så som ideologiska motiv, i detta fall individualisering och de målrelaterade kursplanerna, påverkar transformering och realisering av undervisningen. De läroplanskoder som framträder är realistiska läroplanskoden och den rationella läroplanskoden.<sup>158</sup> Lärarna är väl medvetna om att övning ger färdighet. Att man ändå avstår från färdighetsträning kan bero på, att man först och främst vill att eleverna ska uppfatta ämnet som roligt och ha möjligheter att lyckas. Håller man på med aktiviteter som man tror inte är lika uppskattade exempelvis gymnastik och dans, finns det en rädsla att eleverna tröttnar. Dessutom ställer många övningar krav på motorisk färdighet som kanske få elever besitter. Undervisning med allsidig motorisk träning kan vara en större didaktisk utmaning än att genomföra undervisning i olika bollspel som eleverna känner till. Att ändra undervisningsformer kräver en stor psykologisk mognad och trygghet hos lärarna. Lärarnas vetskap om elevernas utsatthet i ämnet kan vara en orsak till att man inte vill genomföra undervisning som tydligt synliggör kunskapsbrister för såväl klasskamrater som eleven själv. Lärarna är väl medvetna om ”att övning ger färdighet” men eftersom det ges få uttalade färdighetskrav i Lpo 94 och inga tydliga motiv till varför man ska träna specifika färdighetsmoment som ska utföras korrekt, är det svårt att vidhålla färdighetsträning om man inte själv har en stark övertygelse och motivation varför specifika moment ska tränas. Här kommer lärarens erfarenhet och utbildning tillsammans med samhällsintressen på både mikro- och makronivå, att påverka transformeringen och realiseringen av ämnet. På transformeringsarenan har lärarnas utbildning, erfarenhet samt inställning till ämnet ett stort inflytande vid både skrivandet av den lokala kursplanen och talet om vad man gör i ämnet. Att ämnesinnehållet har förändrats där redskapsgymnastik givit vika för mer bollspel är helt klart. Det framgår att lärarna ser förändringar i form av färre tävlingar och lägre krav i exempelvis gymnastiska moment. Oavsett om man har verkat länge i yrket eller inte, anser man att det som är minst intressant att förmedla i ämnet är att tävla och konkurrera. Lärarna vill däremot lära elever att ta med- och motgångar för att på så sätt förbättra självkänslan.<sup>159</sup> Trots det använder man prestation och tävlingsmoment när man sätter betyg, vilka många gånger påminner om de aktiviteter som utförs inom idrottsrörelsen.

En förklaring till att lärarna säger att det numera är lägre krav på korrekt utförande av motoriskt kunnande, prestation och tävling, kan förstås utifrån att vi idag arbetar med målrelaterade betyg vilket synliggör att alla kanske inte når målen. Istället för att ha en liten skara elitutövare och många ”bänknötare”, strävar man efter en undervisning där alla kan delta på sina egna villkor och att alla ska kunna nå godkänt. Lärarnas utsagor blir dock motsägelsefulla eftersom de vill genomföra undervisningen så att alla elever lyckas nå målen i ämnet och samtidigt är tvungna att sätta betyg med liten vägledning från läroplanen.

En läroplansteoretisk utgångspunkt och ett sätt att förklara hur ämnet transformeras är att se vad som påverkat ämnet och hur det kategoriseras. Idrott och hälsa går under kategorin praktiskt estetiskt ämne där man kan säga att det praktiska är kroppsrörelsen och det estetiska

<sup>158</sup> Se vidare Linde, G. (2000) och kapitel 3 s. 20 i denna uppsats.

<sup>159</sup> Se även Lundvall, S., m.fl. (2002).

själva upplevelsen av kroppsrörelsen. Både den praktiska kroppsrörelsen och den estetiska upplevelsen är svår att sätta ord på.<sup>160</sup> I boken *Pedagogiska perspektiv på idrott* beskriver Engström och Redelius idrott och dess pedagogiska konsekvenser utifrån några idrottspraktiker.<sup>161</sup> I denna studie återfinns jag först och främst tre av dessa praktiker som lärarna talar om att ämnet innehåller, nämligen *Fysisk träning*, *Lek och rekreation* och *Tävling och rangordning*. I intervjuerna betonar man att man inte ägnar sig åt praktiken *Tävling och rangordning*, samtidigt som det framkommer att ämnet ändå innehåller viss tävling och rangordning. Det man talar minst om är praktikerna *Färdighetsinlärning*, *Friluftsliv* och *Fysisk utmaning och äventyr*. Alla dessa praktiker kan på olika sätt bidra till att synliggöra vad man vill åstadkomma med ämnet både utifrån idrott och hälsa. Mycket av kunskapsutvecklingen i ämnet har blivit så kallad ”tyst kunskap”, men trots svårigheter att verbalisera och uttrycka upplevelser och kroppsrörelser från utövarens sida är det viktigt att visa på vad man vill åstadkomma i ämnet och vilken kunskapsutveckling man vill få till stånd. Ingrid Carlgren och Ference Marton diskuterar i boken *Lärare av i morgon* vad som kommer att krävas av morgondagens lärare. Carlgren och Marton menar att vi måste lära oss att leva med att det inte finns något självklart rätt och fel och utveckla förnuftiga sätt att hantera den vetskapen. De menar att;

Lärarnas professionella begrepp är lärandet, dvs. utveckling av olika förmågor och förhållnings-sätt hos eleverna.<sup>162</sup>

De skriver vidare att;

Lärarnas förståelse av hur elever fungerar och insikter om vad som krävs för att de ska utvecklas till kunniga människor som är till glädje för sig själva och för andra kommer enligt vår åsikt att fortsätta vara läraryrkets centrala fråga.<sup>163</sup>

Ämnet har stora potentiella möjligheter att hitta former för ökat lärande och fortfarande uppfattas som roligt och stimulerande för eleverna, men det behövs ytterligare diskussioner om vad som ämnet ska innehålla. Vilka kunskaper och lärande ska bearbetas i ämnet och på vilket sätt ska det göras? Ska betygen tas bort eller vad ska betygsättas i ämnet? Sker bollspel idag på bekostnad av lärandet av viktiga motoriska färdigheter eller är bollspel ett sätt att lära social fostran och motorisk utveckling? I intervjuerna framkommer att aktiviteter är i fokus men sällan framträder vad man vill förmedla kunskapsmässigt med aktiviteterna. Det är görandet och inte lärandet som poängteras. Carlgren och Marton beskriver hur man kan se på läraryrkets karaktär. De beskriver arbetets bägge sidor – den intentionella, att åstadkomma lärande, och den betingade, att arbetet sker under särskilda villkor.<sup>164</sup> I intervjuerna förefaller det att lärarna oftast utgår från betingelserna när man planerar och genomför undervisningen. Andra är medvetna om betingelserna men har mer fokus på att åstadkomma lärande eller kanske snarare åstadkomma fysisk aktivitet. En diskussion om just att åstadkomma lärande, vad man ska lära och på vilket sätt man ska lära inom ämnet, skulle kunna bidra till ämnets utveckling. Det skulle också kunna ses som en strategi att befrämja ett hälsofrämjande arbete där individen själv ges möjlighet till kunskapsutveckling som kan påverka hälsan.

Det vore önskvärt att tydligare utröna hur lärarna tänker sig kunskapsutveckling, hur planering av aktiviteter går till samt hur de väljs ut, systematiseras och följs upp. Ämnet sträcker

<sup>160</sup> Se vidare exempelvis Arnegård, J. Sportutövning som upplevelse. Meckbach, J., Söderström, S. Estetik och kroppsrörelse. Kapitel 7 respektive 12 i boken *Pedagogiska perspektiv på idrott*. Red. Engström, L-M. & Redelius, K. HLS Förlag. Stockholm. 2002.

<sup>161</sup> Engström, L-M. & Redelius, K. (2002): s. 271 ff.

<sup>162</sup> Carlgren, I. & Marton, F. (2000). s.26

<sup>163</sup> Ibid., s. 12

<sup>164</sup> Ibid. s. 32.

sig över många olika moment av skilda slag. Det är kanske dags att våga välja bort aktiviteter och tydliggöra kunskaper och färdigheter man vill förmedla i ämnet. Att i ord kunna formulera och besvara de didaktiska frågeställningarna för olika ämnen är en fråga som ständigt måste diskuteras. Det ska naturligtvis vara en återkommande fråga i lärarutbildningen och bland lärarutbildare. Än viktigare blir det i ämnet idrott och hälsa eftersom många elever (dock inte alla) och de flesta lärare har erfarenhet från fritiden där det är idrottsrörelsen och den kommersiella idrotten som sätter sin prägel på utövandet. Erfarenheten av den fria tidens idrott avspeglas i lektionerna. Det gör det än viktigare att undervisande lärare tydliggör och erövrar tolkningsföreträdet över ämnet, förutsatt att det anses viktigt att ämnet kan erbjuda något annat än den fria tidens fysiska aktivitet. Det ger också större möjligheter att precisera undervisningsmetoder där lärarna inte enbart informerar och ”undervisar om” exempelvis stretching utan istället har fokus på elevernas läroprocesser och kunskapsprogression i ämnet med inriktning på både idrott och hälsa.

Hur ser då lärarnas ”idealbild” ut av lektioner i ämnet idrott och hälsa? Ja, återkommande i alla lärarintervjuerna är att man betonar att det ska vara roligt på lektionerna, där det sjuder av kroppslig aktivitet och där man svettas, anstränger sin kropp och gör sitt bästa. Alla ska delta utifrån sin egen förmåga och aktiviteterna ska präglas av att man hjälper varandra. Är man mer kunnig i ämnet betonas att man ska hjälpa svagare elever. Lektionsinnehållet ska gå i lekens tecken och lärarna understryker att ämnet idrott och hälsa är något annat än idrott och fysisk aktivitet under den fria tiden. Undervisningen ska leda till ett bestående intresse för idrott, motion och fysisk aktivitet. Att det i sin tur kan leda till bättre hälsa är det dock endast en lärare som säger. Ämnet ses också som rekreation till andra ämnen. Det betonas att ämnet inte får uppfattas som tråkigt eller prestationsinriktat. Målet är inte ett färdighetsmässigt kunnande i form av kroppskompetens och korrekt utförande av övningar. De framhåller inte att övningar ska upprepas för att man ska kunna lära sig en övning eller leda till en uttalad färdighet, vilket kan jämföras med andra ämnen där man exempelvis tränar multiplikationstabellen mer än en gång för att lära sig räkna och där det förmodligen även finns en önskan av att göra detta på ett lustfyllt sätt men att det inte är ett krav. Däremot försöker man integrera teori och praktik genom att beskriva vad som händer i kroppen när man utför kroppsövningar. Det kan ses som ett medvetet pedagogiskt grepp att förstärka läroprocesser i ämnet. I villkoren för och utformningen av ämnet kommer elevers erfarenheter från den fria tidens fysiska aktivitet att påverka hur ämnet utformas och hur betygssättning sker. Dessutom är lärarnas utbildning, erfarenhet i allmänhet och av idrottsrörelsen i synnerhet, faktorer som påverkar utformningen av undervisningen. Läroplanen lämnar vida ramar och stora möjligheter för lärarna själva att fritt tolka, utforma och möjliggöra den form av idrott och hälsa man själv anser viktig att bedriva i ämnet. Elever och lärare som i samverkan ska realisera intentionerna i läroplanen kommer att vara tvungna att förhålla sig till flera olika diskurser som råder i idrottsrörelsen, såväl som i samhället och som också framträder i läroplanen. Att förhålla sig till detta samtidigt som läroplanen ger liten vägledning och undervisningstiden i ämnet har minskat,<sup>165</sup> framstår som en grannlaga uppgift.

Många lärare i idrott och hälsa gör ett fantastiskt arbete varje dag med sina elever. Inte minst genom att de lyckas få så många att delta i undervisningen och uppleva att den är rolig, stimulerande, samt att eleverna lär sig om hur kroppen fungerar och hur man kan fungera tillsammans. Samtidigt erbjuder ämnet stora möjligheter till ökad kunskapsutveckling för eleverna inom exempelvis motorisk utveckling, fysisk aktivitet, friluftsliv och livsstilens bety-

---

<sup>165</sup> 1994 reducerades timtalet i grundskolan från 537 till 460. Det särskilda anslagna tiden för friluftsvksamheten togs bort. Ämnet fick en ökning på 40 timmar 1998. Den totala tiden i ämnet uppgår nu till ca 90 min per vecka. Se vidare Engström & Redelius (2002), Lundvall, S. m.fl. (2002), Eriksson m.fl. (2003).

delse för hälsan. Det är hög tid att lärare i ämnet idrott och hälsa tar möjligheten att själva beskriva vilken kunskapsutveckling och vilka lärprocesser som ska råda i ämnet, både vad det gäller ämnet i allmänhet och hälsodelen i synnerhet. Det kräver både psykisk mognad och djup ämneskunskap att våga ta ställning, våga välja och våga välja bort, samt utforma undervisningen så att eleverna får grundläggande kunskaper att bygga vidare på i sitt livslånga lärande. Risker är annars att ämnet blir urvattnat och mer liknar ett antal aktiviteter ryckta ur sitt sammanhang där möjligheterna till lärande minimeras. Risker är också att andra får tolkningsföreträde över ämnet så att mål och innehåll styrs av andra än pedagoger med lång och gedigen utbildning och erfarenhet.

### **7.5 Fortsatt forskning**

Min önskan med denna uppsats har varit att få svar på frågan *Vad är hälsa i ämnet idrott och hälsa?* Jag anser mig till viss del ha fått svar på den frågan, samtidigt som det har gett nya frågeställningar och uppslag till fortsatt forskning. Det är möjligt men inte säkert att det hade framkommit ytterligare dimensioner av hälsa om jag hade intervjuat fler lärare. Det vore därför intressant att gå vidare med undersökningens frågeställningar, genom att studera lokala arbetsplaner, genomföra observationer och intervjuer bland såväl elever som lärare, om hur mål och innehåll utformas i undervisningen. Det vore också intressant att studera hur hälsa kommer till uttryck i hela skolans verksamhet, eftersom skolan har ansvaret för att alla elever efter genomgången grundskola ska ha kunskaper om grundläggande förutsättningar för en god hälsa, samt förståelse för den egna livsstilens betydelse för hälsan. Det är med andra ord något som ska genomsyra hela grundskolans verksamhet och inte endast ämnet idrott och hälsa. Vidare vore det intressant att studera hur hälsobegreppet kommer till uttryck i lärarutbildningen i allmänhet och i utbildningen för blivande lärare i idrott och hälsa i synnerhet.

## 8. Litteraturförteckning

- Annerstedt, C. (1991): *Idrottslärarna och idrottsämnet: Utveckling, mål, kompetens – ett didaktiskt perspektiv*. Diss. Göteborg. Acta Universitatis Gothoburgensis.
- Annerstedt, C., Peitersen, B., Roholt, H. (2001): *Idrottsundervisning: ämnet idrott och hälsas didaktik*. Göteborg. Multicare.
- Antonovsky, A. (1991): *Hälsans mysterium*. Stockholm. Natur och Kultur.
- Antonovsky, A. (1996): The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health promotion international*, 11 No.1. s.11-18.
- Arnegård, J. (2000): Sportutövning som upplevelse i *Pedagogiska perspektiv på idrott*. red. Engström, L-M., Redelius, K. Stockholm. HLS Förlag. s. 106-134.
- Arfwedson, G. (1994): *Nyare forskning om lärare*. Stockholm, Didactica 3, HLS förlag.
- Backman, Erik. (2003): *Är det inne att vara ute?* D-uppsats vid Lärarhögskolan i Stockholm.
- Bernstein, B. (1971): ”On Classification and Framing of Educational Knowledge” i *Knowledge and Control: New Directions for Sociology of Education*, pp.47-69. Young, FD London:Collier McMillen.
- Carlgren, I. & Marton, F. (2000): *Lärare av i morgon*. Stockholm. Lärarförbundets Förlag.
- Duesund, L. (1996): *Kropp, kunskap och självuppfattning*. Stockholm. Liber. Utbildning.
- Ekberg, J-L. & Erberth, B. (2000): *Fysisk bildning – om ämnet Idrott och hälsa*. Lund. Studentlitteratur.
- Engström, L-M. (1969): *Gymnastikundervisningen i årskurs 8. Resultat från en enkät till gymnastiklärare rörande ämnets innehåll och målsättning*. Rapport nr. 42 Stockholm Pedagogisk-psykologiska institutionen LHS.
- Engström, L-M. & Ljunggren, S. (1980): *Ämnet gymnastik i gymnasieskolan* Stockholm: GIH/LHS.
- Engström, L-M. (1999): *Idrott som social markör*. Stockholm. HLS förlag.
- Engström, L-M. & Redelius, K. (2002): *Pedagogiska perspektiv på idrott*. Stockholm. HLS Förlag.
- Engström, L-M. (2004): Förordet i *Mellan nytta och nöje. Bilder av ämnet idrott och hälsa*. Red. Larsson, H. & Redelius, K.
- Eriksson, C.; Gustavsson, K.; Johansson, T.; Mustell, J.; Quennerstedt, M.; Rudsberg, K.; Sundberg, M.; Svensson, L.: (2003) *Skolämnet idrott och hälsa i Sverige – en utvärdering av läget hösten 2002*. Örebro universitet: Institutionen för idrott och hälsa.

- Eriksson, K. (1984): *Hälsans idé*. (2 ed.) Stockholm: Almqvist & Wiksell.
- Fagrell, B & Nilsson, P. (1998): *Talet om kroppen. En antologi om kropp, idrott och kön*. Stockholm. HLS Förlag.
- Folkhälsorapporten 1994. Stockholm. Socialstyrelsen.
- Folkhälsorapporten 2001. Stockholm. Socialstyrelsen.
- Fornäs, J. Lindberg, U. Sernhede, O. ( 1991): *Ungdomskultur identitet och motstånd*. Stockholm. Brutus Östlings Bokförlag. Symposium Bibliotek.
- Gustafsson, T. (2000): *Idrottsämnet i gymnasieskolan; En analys av styrningsmentaliteten i tre kursplaner för idrottsämnet 1933-1994*. C-uppsats vid Högsolan i Dalarna.
- Hammarberg, L. (2001): *En sund själ i en sund kropp. Hälsopolitik i Stockholms folkskolor 1880-1930*. Diss. Stockholm. HLS förlag.
- Huizinga, J. (1945): *Den lekande människan (Homo ludens)* översättning Gunnar Branell. Stockholm. Natur och kultur.
- Johannison, K. (1997): *Kroppens tunna skal: Sex essäer om kropp, historia och kultur*. Stockholm. Nordstedt.
- Karlefors, I. (2002): *Att samverka eller..? Om idrottslärare och idrottsämnet i den svenska grundskolan*. Diss. Pedagogiska institutionen, Umeå universitet. Universitetstryckeriet Luleå.
- Kvale, S. (1997): *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund. Studentlitteratur.
- Larsson, H. (2004): *Vad lär man sig på gympan? Elevers syn på idrott och hälsa i år 5 i Mellan nytta och nöje. Bilder av ämnet idrott och hälsa*. Red. Larsson, H. & Redelius, K. Idrottshögskolan, Stockholm.
- Larssons, H. (2004): *Lokala arbetsplaner i idrott och hälsa – en ny typ av styrning i Mellan nytta och nöje. Bilder av ämnet idrott och hälsa*. red. Larsson, H. & Redelius, K. Idrottshögskolan, Stockholm.
- Liedman, S-E. (2002): *Ett oändligt äventyr. Om människans kunskaper*. Albert Bonniers Förlag.
- Lindberg, T. & Jagtoien, G.L. (2000): *Barn i rörelse. Fysisk aktivitet och lek i förskolan och skolan*. Lund. Studentlitteratur.
- Linde, G. (2000): *Det ska ni veta! En introduktion till läroplansteorier*. Lund. Studentlitteratur.
- Lindensjö, B. & Lundgren, U.P. (2000): *Utbildningsreformer och politisk styrning*. Stockholm. HLS förlag.

- Ljunggren, S. (1985): *Idrott i skolan: en kartläggning av idrottsundervisningen i skolan, dess innehåll och de villkor som gäller för ämnet och idrottslärarna*. Stockholm: GIH/LHS.
- Lundgren, U.P. (1979): *Att organisera omvärlden. En introduktion till läroplansteori*. Liber Förlag. Stockholm.
- Löwing, M. (2004): *Matematikundervisningens konkreta gestaltning*. Diss. Institutionen för Pedagogik och Didaktik. Göteborg.
- Mattsson, L. (1993) *Den nationella utvärderingen av grundskolan: idrott huvudrapport*. Skolverkets rapport nr 25. Stockholm: Liber.
- Meckbach, J. & Söderström, S. (2000): Estetik och kroppsrörelse kapitel i *Pedagogiska perspektiv på idrott*. Red. Engström, L-M. & Redelius, K. Stockholm. HLS förlag.
- Medin, J. & Alexanderson, K. (2000): *Begreppen Hälsa och hälsofrämjande – en litteraturstudie*. Lund. Studentlitteratur.
- Merleau-Ponty, M. (1962): *Phenomenology of Perception*. London. Routledge & Kegan.
- Nilsson, A. (1996): *Är Pippi Långstrump en hälsoupplýsning eller hälsorisk? En antologi om hälsoarbete i skolan*. En antologi sammanställd av Agneta Nilsson. Liber Distribution.
- Nilsson, Per. (1994): *Den allvarsamma fritiden*. Statens ungdomsråd. Stockholm.
- Nilsson, P. (1998): Kroppen och samtiden kapitel i *Talet om kroppen. En antologi om kropp, idrott och kön*, red Fagrell, B. & Nilsson, P. Stockholm. HLS Förlag.
- Nilsson, L. (2003): *Hälsoarbetes möte med skolan i teori och praktik*. Diss. Örebro universitet. Universitetsbiblioteket.
- Nationalencyklopedin. Nionde bandet. Höganäs: Bokförlaget Bra Böcker. 1992.
- Olofsson Knutsdotter, B. (1987): *Lek för livet*. Stockholm. HLS förlag.
- Olofsson Knutsdotter, B. (1991): *Varför leker inte barnen?* Stockholm. HLS förlag.
- Olsson, U. (1997): *Folkhälsa som pedagogiskt projekt. Bilden av hälsoupplýsning i statens offentliga utredningar*. Diss. Uppsala universitet. Gotab.
- Orlenius, K. (2001): *Värdegrunden – finns den?* Stockholm. Runa förlag.
- Palmblad, E. & Eriksson B.E. (1995): *Kropp och politik*. Stockholm. Carlson.
- Pedagogisk uppslagsbok. Från A till Ö utan pekpinnar. Stockholm. Informationsförlaget, Lärarförbundets Förlag. 1996.
- Redelius, K. (2002): *Ledarna och barnidrotten . Idrottsledarnas syn på idrott, barn och fostran*. Diss. Stockholm. HLS Förlag.

Redelius, K. (2004): Bäst eller pest! Ämnet idrott och hälsa bland elever i grundskolans senare år. *Mellan nytta och nöje Bilder av ämnet idrott och hälsa*. red. Larsson, H. & Redelius, K. Idrottshögskolan, Stockholm.

Richardsson, G. (1999): *Svensk utbildningshistoria*. Stockholm. Studentlitteratur.

Riksidrottsförbundet (1996): Idrotten vill. Verksamhetsidé och riktlinjer för idrottsrörelsen in i 2000-talet.

Shilling, C. (1993): *The Body and Social Theory*. London. Saga Publication.

Strandell, A. m.fl. (2001) *Sätt Sverige i rörelse. Delrapport om förskolan/skolan*. Stockholm. Folkhälsoinstitutet.

WHO. *Ottawa charter for health promotion*. Köpenhamn: WHO Europe, 1986. Ottawa-deklarationen .

WHO (1998): *Hälsa 21 – hälsa för alla på 2000-talet*. Pettersson. B, Schmidt. B, Filipsson. A-C, Engren. M, Karlsson. T, red. European Health for All Series No. 5.

Ziehe, T. (1991): Kulturell friställning och narcissistisk sårbarhet, i *Ungdomskultur identitet och motstånd*. Red.: Fornäs, J. Lindberg, U. Sernhede, O. Stockholm. Brutus Östlings Bok-förlag. Symposium Bibliotek.

Åhs, O. (2002): Idrott, människosyn och värdegrund i *Pedagogiska perspektiv på idrott*. Red. Engström, L-M., Redelius, K. Stockholm. HLS Förlag.

### **Undervisningsplaner, läroplaner och kursplaner**

*Undervisningsplan för rikets folkskolor. Den 31 oktober 1919*. Stockholm: Nordstedt & Söner., 1919.

*Läroplan för grundskolan, Lgr 62*. Stockholm: Kungl. Skolöverstyrelsen, 1962.

*Läroplan för grundskolan, Lgr 69*. Stockholm: Skolöverstyrelsen: Liber.1969.

*Läroplan för grundskolan. Lgr 80*. Skolöverstyrelsen. Liber.1980.

*Läroplan för det obligatoriska skolväsendet och de frivilliga skolformerna: Lpo 94: Lpf 94*. Stockholm: Fritzes, 1994.

*Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet: Lpo 94, anpassat till att också omfatta förskoleklassen och fritidshemmet* Stockholm: Fritzes, 1998.

### **Elektroniska källor**

<http://www.skolverket.se/kursplaner/grundskolan/amne>

[www.folkhalsoinstitutet.se](http://www.folkhalsoinstitutet.se)

<http://social.regeringen.se>

<http://www.who.int/about/definition/en>

[http://www. Skeptron.ilu.uu.se/broadly/see/b-upl.htm](http://www.Skeptron.ilu.uu.se/broadly/see/b-upl.htm)

### **Tidskrifter, tidning**

Annerstedt, C. (2000): Kropp, identitet och hälsa – dåtid, nutid och framtid i *Idrott, Historia och Samhälle*, SVIF-Nytt. Nummer 5, s. 10-26.



Bernstein, B. "On Classification and Framing of Educational Knowledge" i *Knowledge and Control: New Directions for Sociology of Education*, pp.47-69. Young, FD London: Collier McMillen. 1971.

Broadly, D. & Lindblad, S. (1999): På återbesök i ramfaktorteorin. Temaintroduktion i *Pedagogisk Forskning i Sverige*. Årg 4 nr 1 s. 1-4.

Cothran, D.J. & Ennis, C. (1997): Implementing curriculum within a context of fear and disengagement. *Journal of Teaching in Physical Education* 17(1), 52-57.

Cothran, D.J. & Ennis, C. "Nobody Said Nothing About Learning Stuff" – Students, Teachers and Curricular Change. *Journal of Classroom Interaction* Vol. 36, No. 1. 2001. Washington, DC.

Engström, L-M. En kortfattad beskrivning av bakgrund, syfte och uppläggning. *Svensk idrottsforskning nr 3 2002*. s. 4-6.

Engström, L-M. Hur fysiskt aktiva är barn och ungdomar? *Svensk idrottsforskning nr 3 2002*. s. 7-11.

Engström, L-M. Barn- och ungdomsidrott. *Svensk idrottsforskning nr 2 1998*. s. 4-7.

Green, K. Extra Curricular Physical Education in England and Wales: A sociological perspective on a Sporting Bias. *European Journal of Physical Education* 2000, vol. 5:2, pp 179-207.

Lundvall, S.: Meckbach, J.: Thedin Jakobsson, B.: Lärares syn på ämnet idrott och hälsa. Ett ämne i förändring? *Svensk idrottsforskning nr 3 2002*. s. 17-20.

Lönn, M. (2003). Fetare, svagare, sämre ... *Svenska Dagbladet den 8 september 2003*.

Quennerstedt, M. & Sundberg, M., Ett ämne för kropp och hälsan. *Svensk idrottsforskning nr.3 2003*. s.39-43.

Sandahl, B. (2002): Skolprojektet "Mellan teori och verklighet – Idrottsämnet i grundskolan". *Svensk idrottsforskning nr. 3 2002*. s. 12-16.

Sundblad, G. Inga barn på bänken! Medicinska aspekter på fysisk aktivitet under skolåret. *Svensk idrottsforskning nr. 3 2002*. s. 32-37.

### **Muntliga källor**

*I författarens ägo*

Egna anteckningar av samtliga intervjuer hösten 2002.

Bandupptagningar med intervjuutskrift av intervjuerna genomförda hösten 2002.

## 9. Bilaga

### *Ämnets syfte och roll i utbildningen*

Idrott, friluftsliv och olika former av motion och rekreation har stor betydelse för hälsan. Barn och ungdomar behöver därför utveckla kunskaper om hur kroppen fungerar och hur vanor, regelbunden fysisk aktivitet och friluftsliv förhåller sig till fysiskt och psykiskt välbefinnande. Ämnet idrott och hälsa syftar till att utveckla elevernas fysiska, psykiska och sociala förmåga samt ge kunskaper om den egna livsstilens betydelse för hälsan.

Under generationer har rörelseaktiviteter och friluftsverksamheter utvecklats. Ämnet ger kunskaper om deras framväxt, erfarenheter av att delta i dem och färdigheter i att bedriva dem. Ämnet skall även väcka nyfikenhet och intresse för nya aktiviteter. Ett grundläggande syfte med ämnet är också att skapa förutsättningar för alla att delta i olika aktiviteter på sina egna villkor, utveckla gemenskap och samarbetsförmåga samt förståelse och respekt för andra.

Fysiska aktiviteter utgör en gemensam nämnare för olika kulturer. Utbildningen i idrott och hälsa ger möjligheter till att stärka gemenskapen mellan barn och ungdomar i ett mångkulturellt och internationellt samhälle.

### *Mål att sträva mot*

Skolan skall i sin undervisning i idrott och hälsa sträva efter att eleven

- utvecklar sin fysiska, psykiska och sociala förmåga samt utvecklar en positiv självbild,
- utvecklar kunskap om vad som främjar hälsa,
- utvecklar en god kroppsuppfattning och kunskaper som gör det möjligt att se, välja och värdera olika former av rörelse ur ett hälsoperspektiv,
- stimuleras till ett bestående intresse för regelbunden fysisk aktivitet och tar ett ansvar för sin hälsa,
- utvecklar och fördjupar sin rörelseförmåga och lust att röra sig samt stimuleras att ge uttryck för fantasi, känslor och gemenskap,
- utvecklar förmågan att leka, motionera och idrotta på egen hand och tillsammans med andra,
- utvecklar kunskaper att kritiskt bemöta missförhållanden som kan förekomma i samband med olika typer av fysiska aktiviteter samt ges förutsättningar till ett personligt ställningstagande i idrotts- och hälsofrågor,
- utvecklar förmågan att organisera och leda aktiviteter,
- får inblickar i idrottens och friluftslivets historia samt lär känna olika former av lekar, danser och idrottsformer i olika kulturer,
- utvecklar kunskaper om handlande i nöd- och katastrofsituationer.

### *Ämnets karaktär och uppbyggnad*

Ämnet idrott och hälsa har ett brett innehåll. Ämnets kärna är idrott, lek och allsidiga rörelser utformade så att alla oavsett fysiska eller andra förutsättningar ska kunna delta, erholda upplevelser och erfarenheter samt utvecklas på sina egna villkor. Grundläggande är ett hälsoperspektiv som innefattar såväl fysiskt och psykiskt som socialt välbefinnande. Ämnet förmedlar därmed en syn på idrott och hälsa som har betydelse för både uppväxttiden och senare skeden i livet. Ämnet stimulerar och engagerar alla att själva ta ett ansvar för uppläggning och genomförande av motion och fysisk träning.

Det föreligger ett starkt samband mellan livsstil, livsmiljö, hälsa och livskvalitet. Ämnet förmedlar därför kunskaper om hur god hälsa och god livs- och arbetsmiljö kan främjas. I ämnet innefattas också utbildning för nödsituationer såsom livräddning och första hjälpen vid olycksfall.

Ämnet står för en helhetssyn på människan, dvs. att kropp, känslor, intellekt och tankar är beroende av varandra, och kan på så sätt medverka till att elevens kroppsuppfattning utvecklas. Ämnet erbjuder möjlighet att i ett naturligt sammanhang diskutera såväl hälsofrågor som etiska frågor som hör ihop med idrott och friluftsliv. Tillsammans med kunskap om de avarter och trender som är knutna till vår tids kroppsovningskultur ger ämnet möjligheter att ifrågasätta de idealbilder som sprids via olika medier. I ett etiskt perspektiv rymms också frågor om förståelse för människors olika förutsättningar när det gäller fysiska aktiviteter. Ett kulturellt perspektiv i ämnet speglar såväl egna traditioner och sätt att tänka som synsätt och rörelseuttryck i andra kulturer.

Att utveckla allsidiga rörelseaktiviteter är centralt i ämnet och en allsidig rörelserepertoar kan lägga grund för en aktiv och hälsofrämjande livsstil. En positiv upplevelse av rörelse och rytm är i sin tur en grund för individuella och kollektiva övningar och främjar på så sätt såväl den improvisatoriska och estetiska som den motoriska förmågan. Detta ger möjligheter att utveckla tanke och känsla, rörelse- och idrottsfärdigheter samt träna kondition, styrka och rörlighet.

Ämnet anknyter också till de starka kulturella traditioner som finns i Sverige när det gäller att vistas i naturen. Genom friluftsverksamhet och vistelse i skog och mark får eleverna upplevelser, kunskaper och erfarenheter som kan stimulera ett fortsatt intresse för friluftsliv, natur och miljöfrågor. Ämnet bidrar på så sätt till att väcka engagemang för betydelsen av att skydda och vårda natur och miljö.

### *Mål som eleverna skall ha uppnått i slutet av det femte skolåret*

Eleven skall

- behärska olika motoriska grundformer och utföra rörelser med balans och kroppskontroll samt kunna utföra enkla danser och rörelseuppgifter till musik,

- kunna simma och hantera nödsituationer vid vatten,
- kunna orientera sig och hitta i närmiljön genom att använda enkla hjälpmedel,
- ha grundläggande kunskaper om friluftsliv samt känna till principerna för allemansrätten,
- känna till något om och kunna ge synpunkter på arbetsmiljön i skolan,
- ha erfarenheter av några vanliga idrottsaktiviteter samt veta något om skaderisker och om hur skador kan undvikas.

*Mål som eleverna skall ha uppnått i slutet av det nionde skolåret*

Eleven skall

- förstå sambandet mellan mat, motion och hälsa och kunna tillämpa kunskaper i ergonomi i vardagliga sammanhang,
- kunna delta i lek, dans, idrott och andra aktiviteter och kunna utföra lämpliga rörelseuppgifter,
- kunna forma och genomföra aktiviteter för egen motion,
- kunna orientera sig i okända marker genom att använda olika hjälpmedel samt kunna planera och genomföra vistelse i naturen under olika årstider,
- ha kunskaper i livräddande första hjälp,
- ha kunskaper i vanliga rörelseaktiviteter och hur de kan bedrivas på ett säkert sätt.

## **Bedömning i ämnet idrott och hälsa**

### *Bedömningens inriktning*

Bedömningen i ämnet idrott och hälsa avser elevens kunskaper om hur den egna kroppen fungerar och hur eleven bland annat genom regelbunden fysisk aktivitet och friluftsliv kan bibehålla och förbättra sin fysiska och psykiska hälsa. Det innebär att elevens kunskaper om vilka faktorer som påverkar den egna hälsan är en viktig bedömningsgrund. Elevens förmåga att använda kroppen för sammansatta och komplexa rörelsemönster på ett ändamålsenligt sätt liksom bredden av fysiska aktiviteter ingår också i bedömningen.

Ytterligare en bedömningsgrund är elevens förmåga att utföra rörelser med kontroll och precision liksom att med hänsyn till rytm och estetik ge uttryck för känslor och stämningar. Även elevens förmåga att reflektera över och värdera fysiska aktiviteters betydelse för livsstil och hälsa utifrån både ett individ- och ett samhällsperspektiv är av vikt vid bedömningen.

### *Kriterier för betyget Väl godkänd*

Eleven reflekterar med hjälp av kunskaper om kropp och rörelse över hur hälsa och välbefinnande kan bibehållas och förbättras.

Eleven föreslår och genomför fysiska aktiviteter som befrämjar egen motion och hälsa.

Eleven använder ett ändamålsenligt rörelsemönster vid deltagandet i olika fysiska aktiviteter.

Eleven deltar i och tillämpar sina kunskaper om friluftsliv under olika årstider.

Eleven använder sina kunskaper för att förutse och avvärja risker i samband med olika fysiska aktiviteter.

### *Kriterier för betyget Mycket väl godkänd*

Eleven använder sina kunskaper om livsstil, livsmiljö och hälsa för att bedöma värdet av olika idrotts- och friluftaktiviteter.

Eleven komponerar, motiverar och genomför ett allsidigt och funktionellt motionsprogram.

Eleven organiserar motions-, idrotts- eller friluftaktiviteter tillsammans med andra med hänsyn till olika deltagares behov.

Eleven anpassar sina rörelser till de krav som olika aktiviteter och situationer ställer på exempelvis balans, precision och tempo.

Skolverket 2003-06-09 <sup>166</sup>

<sup>166</sup> <http://www.skolverket.se/kursplaner/grundskolan/amnet>