



Idrott och hälsa, eller bara idrott?

- en studie om idrottslärostudenters attityd till
ämnet idrott och hälsa

Emma Johnsson & Malin Kågström

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN
Självständigt arbete grundnivå 108:2013
Läroprogrammet 2010-2014
Seminariehandledare: John Hellström
Examinator: Pia Lundqvist Wanneberg

Sammanfattning

Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att undersöka idrottslärarstudenters attityd till ämnet idrott och hälsa.

1. Hur upplevde studenterna sin egen idrottsundervisning under grund- och gymnasieskolan?
2. Varför har studenterna sökt sig till lärarprogrammet med inriktning idrott och hälsa?
3. Hur skiljer sig attityden till momenten i det centrala innehållet i ämnet idrott och hälsa?
4. Kan man se skillnad mellan studenternas attityd hos de som är i början av sin lärarutbildning (år 1) och de som är i slutet (år 4-5)?

Metod

Studien är en kvantitativ undersökning baserad på en enkät med 11 slutna frågor. Resultatet sammanställdes i Excel. Enkäten har besvarats av 122 idrottslärarstudenter vid Gymnastik- och idrottshögskolan (GIH), studenterna gick år 1 och år 4-5. I undersökningen har vi valt att utgå från de centrala delarna i idrott och hälsa som innehåller momenten rörelse, hälsa och livsstil och friluftsliv och utevistelse.

Resultat

Studenterna var positiva till sin tidigare idrottsundervisning då över 50 procent av studenterna upplevde sin idrottsundervisning i grund- gymnasieskolan som mycket positiv och 36-38 procent som ganska positiv. 93 procent av studenterna valde idrottslärarprogrammet genom sitt idrottsintresse. Majoriteten av studenterna visade sig ha en positiv attityd till de centrala delarna inom ämnet, exempelvis var 36 procent av studenterna mycket positiva till momentet rörelse, 40 procent till momentet friluftsliv och 42 procent till momentet hälsa och livsstil. I jämförelsen mellan studenternas attityder i år 1 och år 4-5 så visade resultatet inte några större skillnader, förutom att studenterna i år 4-5 var något mindre negativa till de centrala delarna som ingår i ämnet.

Slutsats

Studenterna hade en positiv upplevelse av sin tidigare idrottsundervisning och det visade sig att de flesta hade valt att studera till lärare i idrott och hälsa på grund av sitt idrottsintresse. Studenterna hade en positiv attityd till alla centrala delar, mest positiv attityd till momentet hälsa och livsstil, därefter friluftsliv och utevistelse och därefter rörelse, men skillnaderna var små. Det var inga skillnader på studenternas attityder då år 1 och år 4-5 jämfördes.

Innehållsförteckning

Sammanfattning	2
1 Inledning.....	1
1.1 Introduktion.....	1
1.2 Bakgrund.....	2
1.2.1 Idrottslärares uppdrag.....	2
1.2.2 Kursplan idrott och hälsa.....	3
1.3 Forskningsläge	5
1.3.1 Attityder till idrott och hälsa	5
1.3.2 Erfarenhet av idrott och hälsa.....	7
1.4 Teoretisk utgångspunkt	8
1.5 Sammanfattande forskningsläge och hypotes	9
1.6 Syfte och frågeställningar.....	10
1.6.1 Syfte	10
1.6.2 Frågeställningar	10
2 Metod	10
2.1 Urval.....	11
2.2 Procedur	11
2.3 Etiska överväganden	12
2.4 Validitet.....	12
2.5 Reliabilitet	12
3 Resultat.....	13
3.1 Hur upplevde studenterna sin egen idrottsundervisning under grund- och gymnasieskolan?	13
3.2 Varför har studenterna sökt sig till lärarprogrammet med inriktning idrott och hälsa? ..	14
3.3 Hur skiljer sig attityder till momenten i det centrala innehållet i ämnet idrott och hälsa?	15
3.4 Kan man se skillnad mellan studenternas attityd hos de som är i början av sin lärarutbildning (år1) och de som är i slutet (år 4-5)?	18
4 Diskussion	22
4.1 Hur upplevde studenterna sin egen idrottsundervisning under grund- och gymnasieskolan?	22
4.2 Varför har studenterna sökt sig till lärarprogrammet med inriktning idrott och hälsa? ..	22
4.3 Hur skiljer sig attityden till momenten i det centrala innehållet i ämnet idrott och hälsa?	23
4.4 Kan man se skillnader mellan studenternas attityd hos de som är i början av sin lärarutbildning (år1) och de som är i slutet (år 4-5)?	26
4.5 Slutsats	28
4.5.1 Fortsatt forskning	29
Käll- och litteraturförteckning.....	30

Bilaga 1 Käll- och litteratursökning

Bilaga 2 Missivbrev

Bilaga 3 Enkät

1 Inledning

1.1 Introduktion

Idrott, friluftsliv och olika former av motion och rekreation har stor betydelse för både den enskilda individen och för folkhälsan. För att människan ska kunna ta ansvar för sin hälsa krävs grundläggande kunskaper och färdigheter inom dessa områden. Ämnet idrott och hälsa ger möjlighet att uppleva och förstå betydelsen av rörelseaktiviteter och dess samband med hälsa och välbefinnande (Skolverket, 2011b, s. 83). Tidigare studier visar att de föreställningar som finns tillsammans med läraryrket är de som berör läraren som en förebild, ledare, coach, kunskapsinnehavare och professionell yrkesutövare. Utöver detta nämns citatet ”barn gör som vi gör, inte som vi säger” vilket medför att en lärare ska föregå med gott exempel. I lärarhistorien har rollen som förebild alltid vara central. Därför ställs både outtalade och uttalade krav på lärarnas beteende både i skolan och utanför (Lundgren, 2008, s. 62-63). I ett examensarbete som beskriver *vem studenten på GIH är* kom man fram till att studenterna som söker sig till Gymnastik- och idrottshögskolan (GIH) har ett stort intresse av fysisk aktivitet och har en idrottsbakgrund (Andersson & Vångell, 2011, s.30-31). Forskning visar också att innehållet i undervisningen styrs utifrån lärarens individuella bakgrund, intressen och kompetens (Meckbach & Lundvall 2007, s. 27).

Vi anser att det vore intressant att undersöka studenternas attityd till ämnet idrott och hälsa, där inte bara fysisk aktivitet är övergripande utan där både rörelse, hälsa och livsstil samt friluftsliv och utevistelse ingår. Detta eftersom att vi själva har en föreställning om att studenterna på GIH har en mer positiv attityd till momentet rörelse än till de andra två momenten och detta kan i sin tur komma att avspeglar sig i deras framtida undervisning. Genom vår undersökning hoppas vi få en tydligare bild av hur attityder till ämnet ser ut och skiljer sig mellan de studenter som är i början av sin lärarutbildning och de som är i slutet. Vad har en blivande idrottslärares egentligen för attityd till ämnet?

1.2 Bakgrund

1.2.1 Idrottslärarens uppdrag

Lärares uppdrag utifrån läroplanen är bland annat att undervisningen ska bestå av både teoretiska och praktiska moment som främjar elevernas lärande (Skolverket, 2011b, s.10). Kraven som ställs på den som är lärare i idrott och hälsa har förändrats under åren, genom att det från början nästan enbart var krav på god fysisk förmåga och goda färdigheter till krav på pedagogiska kunskaper och att förkroppsliga en uppfostrartyp. Det som följt synen på idrottslärare under alla tider är att läraren ska ha goda färdigheter och kunna förevisa övningar för sina elever (Annerstedt, 2007, s. 60).

I GIH's utbildningsplan betonas att idrottslärare ska kunna stimulera till och hitta metoder för att utveckla en positiv inställning till fysisk aktivitet och förståelse för hur val av livsstil påverkar framtida hälsa (Gymnastik- och idrottshögskolan, 2011, s.4). Läroplan och materiella förutsättningar har fungerat som ett ramverk som satt gränser för vad som varit möjligt att genomföra på undervisningen i idrott och hälsa. Studier har visat att lärare och elever tillsammans styrt innehållet i undervisningen och att innehållet därför blivit riktat emot de aktiviteter som lärare och elever själva finner intressanta och roliga (Sandahl, 2004, s.66). I en studie gjorde av Annerstedt (1991) framkom en relation mellan hur läraren betraktar målen med verksamheten och den egna kompetensen. Anser man att ämnet legitimeras genom att eleverna lär sig saker som är specifika för idrottsämnet, har man också uppfattningen om att kompetensen handlar om att kunna undervisa och lära ut kunskaper och färdigheter så bra och effektivt som möjligt. Om läraren har uppfattningen att idrottsämnet legitimeras genom att tillgodose behov för stunden, anses kunskapen om att skapa en trivsamt miljö och god atmosfär under lektionerna som viktigast (Annerstedt, 2007, s. 62).

Två examensarbeten från GIH har undersökt: *Vem är idrottslärarstudenten på GIH?* och de båda undersökningarna kom fram till att majoriteten av alla studenter på GIH har en idrottsbakgrund. Johansson & Lindberg (2012, s.33, 37) drar slutsatsen att en majoritet av studenterna ägnar sin fritid till idrott och motion samt att studenterna sökt sig till GIH genom deras idrottsbakgrund och ett idrottsintresse. Andersson & Vångell examensarbete (2011, s.30-31) bekräftar Brun Sundblads (et.al 2009) då deras resultat visade på att majoriteten av studenterna i deras studie hade idrottserfarenheter på tävlingsnivå. I examensarbetet har de jämfört studenternas kunskaper och färdigheter inom ämnet idrott och hälsa, och resultaten

visade på en skillnad gällande studenternas upplevda kunskaper och färdigheter inom de olika delarna (hälsa och livsstil, rörelse och friluftsliv och utevistelse). Studenterna upplevde sig ha stora kunskaper och färdigheter inom simning, orientering och bollspel. Medan majoriteten upplevde lägre kunskap och färdighet om innehållet i friluftsliv så som längdskidåkning, långfärdsskridskor och paddling. Studenterna fick också besvara vilka kunskaper och färdigheter som de upplevde ha inom området hälsa och livsstil, resultatet visade att eleverna behärskade hur rökning, kost och sömn påverkar hälsan. De skattade också att de hade stora kunskaper inom sambandet mellan hälsa, livsstil och miljö (Andersson, Vångell, 2011, s. 17-24).

1.2.2 Kursplan idrott och hälsa

Centralt för innehållet i idrott och hälsa är att undervisningen ska behandla flera delar. I Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet (Lgr11) är kursplanen i idrott och hälsa uppdelad i tre kategorier: rörelse, livsstil och hälsa samt friluftsliv och utevistelse (Skolverket, 2011a, s.52). Kategoriseringen av ämnet finns inte i kursplanen för gymnasiet men tittar man på det centrala innehållet som undervisningen ska innehålla kan de också delas upp efter dessa kategorier. Undervisningen i idrott och hälsa ska bidra till att *"eleverna utvecklar sin kroppsliga förmåga samt förmågan att planera, genomföra och värdera olika rörelseaktiviteter som allsidigt främjar den kroppsliga förmågan"*. Eleverna ska genom ämnet utveckla sitt intresse för att använda olika typer av rörelseaktiviteter, utemiljöer och naturen som en källa till välbefinnande. Förutom rörelseaktiviteter och vistelser i utemiljöer ska eleverna utveckla kunskaper i hur den egna kroppen fungerar vid arbete, om livsstilens betydelse och om vilka konsekvenser fysisk aktivitet och inaktivitet kan bidra till. Säkerhet och åtgärder vid nödsituationer finns också nämnt. Undervisningen ska bidra till att eleverna utvecklar förmågan att kunna anpassa fysiska aktiviteter utifrån sina behov, syften och mål. I undervisningen ska erfarenheterna kunna kopplas till fakta och teorier. (Skolverket, 2011b, s.83-85)

Sammanfattningsvis ska undervisningen i idrott och hälsa, enligt Lgr 11 (Skolverket, 2011a, s.52-54) och Gy11 (Skolverket, 2011b, s.84-85), innehålla följande: Momentet rörelse ska innehålla motoriska grundformer i kombination med gymnastikredskap och andra redskap. Undervisningen ska innehålla olika lekar, spel och idrotter, både inomhus och utomhus samt rörelser och dans till musik. Momentet rörelse innefattar också vattenvana samt simning i både mag- och ryggsläge. I årskurs 7-9 samt gymnasiet ska undervisningen även innehålla

moment som mental träning, rörlighetsträning, styrke- och konditionsträning och hur dessa aktiviteter påverkar hälsan.

Under momentet hälsa och livsstil berörs ord, begrepp och definitioner av hälsa i samband med och vid upplevelser av fysisk aktivitet. Kosthållning berörs också samt vad som påverkar våra val av fysisk aktivitet och vilka effekter vi får av olika träningsformer. Undervisningen ska innehålla hur människor påverkas av kroppsidealen inom idrotten och i samhället. Ergonomi, säkerhet och hur man agerar i nödsituationer i samband med fysisk aktivitet och friluftsliv är även en del inom detta moment. Undervisningen ska också bidra till kunskap om sambandet mellan rörelse, kost och hälsa samt sambandet mellan beroendeframkallande medel gentemot prestation och ohälsa. (Skolverket, 2011b, s.84-85)

Momentet friluftsliv och utevistelse innebär att eleverna ska kunna orientera med hjälp av kartor i både närmiljön och i okända miljöer. Eleverna ska ha kunskap om allemansrätten gällande rättigheter och skyldigheter. Undervisningen ska ske i skiftande miljöer under olika årstider och eleverna ska få kunskap om hur friluftaktiviteter kan planeras, organiseras och genomföras samt vilka traditioner det finns inom friluftsliv och utevistelse. Även här är säkerheten och hantering av nödsituationer viktig med fokus på hantering av nödsituationer vid vatten med hjälpredskap. (Skolverket, 2011b, s.84-85)

Något som finns överallt i samhället och i skolan är normer. Dessa normer bestämmer och upprätthåller vad som anses normalt eller vad som är avvikande. Skolans uppdrag är att upprätthålla de normer som samhället identifierat och anser som viktiga, exempelvis som jämställdhet (Martinsson & Reimers, 2008, s. 7). Läroplanen är därför en viktig del av de normer som finns på skolorna då den bestämmer hur både lärare och elever ska arbeta (Ibid, 2008, s. 14). Utifrån tidigare studier kan man se hur normer inom läraryrket skapats, då läraren framställs som lagom och vanlig. Lever inte läraren upp till de normer som skolan, elever eller andra lärare har om hur en lärare ska vara, så kan lämpligheten som lärare ifrågasättas (Ibid, 2008, s. 113).

1.3 Forskningsläge

1.3.1 Attityder till idrott och hälsa

I en studie gjord på studenter vid Umeå universitet visar det sig att idrott är en populär fritidsaktivitet bland studenter. Här kunde man se en skillnad mellan olika inriktningar på universitet där exempelvis idrottsstudenterna var mer aktiva än andra. I en vidare intervju visade det sig att idrottsstudenter har ett gemensamt intresse för idrott och hälsa vilket skapar en stark grupp känsla. (Löfgren, 2001, s. 178,182)

En studie gjord på hälsoförespråkare visar att de som själva är fysiskt aktiva med större sannolikhet ger sina patienter rådgivning angående de positiva effekterna av fysisk aktivitet. De professionella inom området måste själva vara fysiskt aktiva, inte bara ifråga om den egna hälsan, utan också på grund av deras position som förebilder. I en studie gjord på sjukgymnaster, assisterande sjukgymnaster och sjukgymnaststudenter så visade det sig att de var mer aktiva i jämförelse med en studie gjord på befolkningen samt andra professioner inom hälsoområdet. De som ligger bakom studien har en hypotes om att utbildning är en viktig influens till hälsa och ökar möjligheten att ta in och tolka information angående hälsa. Så utbildningen ligger kanske till grund för sjukgymnasternas fysiska aktivitetsnivå, eller handlar det om att människor som är fysiskt aktiva dras till denna typ av utbildning där fysisk aktivitet är en central roll? Slutsatsen av studien är att sjukgymnaster är bra förebilder då de själva är fysiskt aktiva. I studien nämns även att det finns forskning som visar att de som är fysiskt aktiva på jobbet med större sannolikhet också är aktiva under sin fritid. (Chevan, Haskvitz, 2010, s. 726)

Utifrån ett antal studier som Skolöverstyrelsen finansierade i slutet av 1960 talet, kom Lars-Magnus Engström fram till att innehållet i idrottsundervisningen i stor utsträckning styrdes av lärarens individuella bakgrund, intressen och kompetens. Engströms studie visade också att tidsfördelningen till de olika delarna inom idrottsämnet, varierade stort (Meckbach & Lundvall 2007, s. 27). Vidare beskriver Engström (Ibid. 2007 s.46) att undervisningen i friluftsliv inte riktigt funnit sin plats i skolan sedan friluftsdagarna togs bort, trots att det är en central del i kursplanen för idrott och hälsa. Resultat från intervjustudier visar att få elever ser friluftsliv som ett innehåll i ämnet, då eleverna inte uppfattar friluftsliv som idrott även om undervisningen i friluftsliv sker inom ramen för idrott och hälsa (Ibid. 2007 s.47). Hälsa och livsstil är en av delarna i det centrala innehållet i ämnet idrott och hälsa, men för många lärare

verkar begreppet hälsa vara otydligt. Vissa lärare anser att idrott och fysisk aktivitet är eller leder till hälsa medan andra anser att hälsa handlar om undervisning i kost, droger, avslappning och behandling av skador m.m. Lärare som inte själva funderat över hälsobegreppets betydelse har därför svårare att undervisa i hälsa (Thedin-Jakobsson, 2007, s.179).

I Lena Larssons avhandling (2009, s. 196) visar resultatet att lärarstudenters inställning till sitt kommande yrke överlag är positiva och studenterna ser fram emot att arbeta som lärare. Dock visade det sig att idrottslärarstudenterna är något mindre positiva jämfört med andra lärarstudenter. Idrottslärarstudenterna tycks vara mer intresserade av sitt egenvärde i idrottandet än att utveckla kunskaper för deras framtida yrkesroll (Ibid, s.224). Många av de som väljer att studera till idrottslärare ser hälsa och kropp som ett livsprojekt. Det viktiga är att idrott är inkluderat i yrkesvalet, inte själva yrket i sig utan att man får möjlighet att fortsätta träna (Ibid, s.221). Detta visar sig även hos idrottslärarstudenter som är i slutet av sin utbildning och ser det som att man kan använda kunskapen i både det kommande yrket och i andra sammanhang (Ibid, s.251). Majoriteten av studenterna som deltog i studien hade en positiv upplevelse av sin egen idrottsundervisning. Detta tycks främst bero på att de hade möjlighet att utöva idrott, inte att de lärde sig något inom exempelvis hälsa (Ibid, s. 223). I samma studie då man studerar studenternas motionsvanor är det en stor del av studenterna som ägnar sig åt organiserat bollspel medan endast en liten del ägnar tiden åt friluftsliv (Ibid, s.206). Friluftsliv är en betydande del av ämnet idrott och hälsa, men detta ser inte de blivande studenterna (som inte har påbörjat sin utbildning) som värdefull kunskap för sitt yrkesutövande utan något som är värdefullt för deras personliga utveckling (Ibid, s.225). Vid slutet av utbildningen anser studenterna fortfarande friluftslivet vara värdefullt för deras personliga utveckling men nu även för yrkesrollen (Ibid, s.251).

Som kärna i den utbildning idrottslärarstudenterna ska påbörja ser de idrott som kroppslig praktik och anser det vara det största kunskapsområdet. De ser också utbildningen som en chans att prova på och lära sig flera olika idrottsliga aktiviteter. När de blivande idrottslärarstudenterna fått ge sin bild av hälsoområdet, tror de att det till största delen kommer handla om teoretisk kunskap och kunskaperna ska beröra den fysiska hälsan och hur kroppen fungerar i arbete. Psykisk och social hälsa är inget studenterna nämner överhuvudtaget (Larsson, 2009, 226-229). Många av idrottslärarstudenternas berättelser i slutet av utbildningen handlar också om idrott och idrottslig kompetens, vilket kan kopplas till

att studenterna ser ämnet idrott och hälsa som ett praktiskt ämne. De beskriver att idrottsläraren både måste ha kunskap och kunna utföra olika aktiviteter och idrotter (Ibid. 2009, s.254). Majoriteten av idrottslärarstudenterna känner sig väl förbereda inför de praktiska momenten även till dem de haft negativ inställning till tidigare (Ibid, s.256). Hos de idrottslärarstudenter som genomfört stora delar av sin utbildning har hälsa en betydligt mer framträdande roll i undervisningen än hos de som inte börjat än (Ibid, s.266). Oberoende av vad målet med undervisningen i idrott och hälsa må vara, anser de blivande idrottslärarna att fysisk aktivitet är ett medel för att nå målet (Ibid, s. 264).

1.3.2 Erfarenhet av idrott och hälsa

I en studie genomförd vid GIH 2005 på idrottslärarstudenter (antagna 2004), visar undersökningen att majoriteten av studenterna hade varit aktiva inom bollspelsaktiviteter medan ett fåtal hade erfarenheter från simning, gymnastik, friidrott, dans och ridning. Vid tiden då studien gjordes uppgav 83 procent av studenterna att de fortfarande var idrottsligt aktiva, men ett fåtal endast på elitnivå (5%). Studenterna från studien är ganska förtrogna med uppgifterna som gäller för idrottslärare i frågan om idrottsliga kunskaper så som bollspel, simning, orientering samt att förstå samband mellan fysisk aktivitet och hälsa. Däremot var det inte lika förtrogna inom områden som handikappidrott, dans och längdskidåkning. De flesta av studenterna ansåg också att promenader var tillräcklig aktivitet för att uppnå hälsa och välbefinnande (Meckbach & Wedman, 2007). I en annan studie genomförd på flera olika lärosäten i Sverige där idrottslärarutbildningen bedrivs har det visat sig att studenterna anser sig ha goda kunskaper om hur kost, rökning och sömn påverkar hälsan. Den minsta kunskapen fanns inom området ergonomi som studenterna ansågs behärska dåligt. De ansåg sig också vara ganska kunniga inom området friluftsliv (Meckbach, Wahlgren, Wedman, 2006, s. 200).

Tidigare studier visar också att en stor andel av de studenter som studerar på GIH har erfarenhet från tävlingsidrott och majoriteten av studenterna har en idrottslig bakgrund och ett intresse för fysisk aktivitet och motion. Exempelvis så hade 87% (n=77) erfarenhet av tävlingsidrott och majoriteten av dessa utövade även idrott på distrikt och regionnivå (Brun Sundblad et.al 2009 s.10).

1.4 Teoretisk utgångspunkt

Hur formas en attityd? Begreppet attityd definieras som en ”*känslomässig inställning*” och alla människor har både positiva och negativa attityder. En attityd innehåller tre delar, den första delen handlar om *kunskap*. Vi får kunskap genom erfarenheter i livet, från sådant vi upplever, läser, hör eller ser. Denna kunskap kan vara mer eller mindre riktig. Den andra delen i vår attityd handlar om att vår attityd är *känslofärgad*. Vilket innebär att alla individer tycker bra eller dåligt om olika saker. Den tredje delen i attityden handlar om *handling*, d.v.s. vår benägenhet att handla på ett visst sätt. En positiv attityd leder i sin tur att man handlar därefter, exempelvis om man har en god attityd till fysisk aktivitet, så är chansen större att man själv är fysisk aktiv. Attityder förändras, både medvetet och omedvetet, och påverkas genom familj, skola, kompisar och media. Hela den sociala miljö som vi lever i påverkar och förändrar våra attityder. Våra attityder bestämmer hur vi tolkar information omkring oss, den påverkar vår uppfattning om andra, de grupper vi väljer att umgås med, vilka yrken vi väljer och vilken livsstil vi har. Människor förändrar ofta sina attityder när de hamnar i nya grupper och framförallt i grupper där människan upplever samhörighet. (Sjödén, 2007, s.224-225)

Den sociala inlärningsteorin, som är en inriktning inom inlärningsteorin, har från början haft fokus på direkta erfarenheter som förklarar till olika beteenden. Nu inriktar de sig även på indirekta erfarenheter som innebär att man lär sig genom att observera hur andra agerar och beter sig: ”*barn gör som du gör, inte som du säger*” (Hwang & Nilsson 2011, s.39-44). Teorin bygger på att individer lär sig attityder, beteenden och värderingar av individer, förebilder och modeller i sin omgivning.(Hwang & Nilsson 2010, s.29-33). Livet är en ständigt pågående inlärningsprocess och det finns många teorier om hur man utvecklas från foster till vuxen (Hwang & Nilsson 2010, s.29). När inlärningspsykologer söker en förklaring till ett beteende tittar de på orsaker till beteendet, vilka konsekvenser det får och vilka faktorer i miljön som förstärker beteendet. Utifrån teorin kan man förklara varför en människa gör som den gör genom att beteenden kopplas eller betingas till olika stimuli. Betingningen kan vara av två olika slag: klassisk eller instrumentell. Den instrumentella betingningen innebär att en individ lär sig att ett visst beteende leder till en viss respons. Om responsen är positiv kommer individen att utföra eller upprepa det beteendet för att nå samma respons hos de i sin omgivning. Vårt beteende styrs alltså av de konsekvenser det får och vad vi vill uppnå med beteendet. Det som ökar chansen för att ett beteende ska upprepas och till slut läras in är positiv förstärkning. En negativ förstärkning innebär att sannolikheten minskar för att

beteendet ska upprepas. Miljön har den största inverkan enligt inlärningsteorin, då det är från vår omgivning vi får positiva eller negativa förstärkningar på vårt beteende. (Hwang & Nilsson 2011, s.39-44) Vi tror att studenterna på GIH formas genom den skolmiljö som de vistas i. Där elever, lärare och normer sätter prägel på hur man bör och ska vara som högskolestudent på GIH. Vi tänker använda oss av vår teoretiska utgångspunkt genom att dra paralleller från den; har de studenterna som snart avslutar sin utbildning en mer positiv attityd till ämnet? Har miljön påverkar dem? Tillsammans med tidigare forskning kommer vi koppla teorin mot vårt resultat och genom detta hoppas vi få svar på vårt syfte och våra frågeställningar.

1.5 Sammanfattande forskningsläge och hypotes

Ovanstående forskning visar att studenterna på GIH har ett stort idrottsintresse och därför sökt sig till skolan. Studenterna har en positiv inställning till yrket, men i jämförelse med andra lärarstudenter är de mindre positiva och studenterna upplever att det är viktigare att få fortsätta idrotta, än själv läraryrket i sig. Det man också kan se från ovanstående forskning är att majoriteten av studenterna på GIH är fysiskt aktiva och har en idrottsbakgrund. Studenterna upplever sig ha både goda men också lägre kunskaper och färdigheter i de olika momenten i ämnet idrott och hälsa. Lena Larssons avhandling (2009) påminner om vår undersökning och vi kommer att använda hennes resultat för att tolka vårt eget då vi endast undersöker idrottslärarstudenterna vid GIH i Stockholm och inte idrottslärarstudenter generellt.

Forskningen tyder på att det finns ett samband mellan erfarenhet och attityd. Eftersom studier visar att en stor andel av studenterna på GIH har erfarenhet från tävlingsidrott och ett intresse för fysisk aktivitet och motion, så är vår hypotes att majoriteten av studenterna på GIH har en övervägande positiv attityd till momentet rörelse och är mindre positiva till momenten hälsa och livsstil samt friluftsliv och utevistelse.

1.6 Syfte och frågeställningar

1.6.1 Syfte

Vårt syfte med studien är att undersöka idrottslärarstudenters attityd till ämnet idrott och hälsa.

1.6.2 Frågeställningar

- Hur upplevde studenterna sin egen idrottsundervisning under grund- och gymnasieskolan?
- Varför har studenterna sökt sig till lärarprogrammet med inriktning idrott och hälsa?
- Hur skiljer sig attityden till de olika momenten i det centrala innehållet i ämnet idrott och hälsa?
- Finns det skillnader mellan studenternas attityd hos de som är i början av sin lärarutbildning (år1) och de som är i slutet (år 4-5)?

2 Metod

För att besvara dessa frågeställningar har vi gjort en enkätstudie med frågor om attityder samt erfarenhet och kunskap. Syftet med kvantitativ forskning är att få fram mer yttlig information om t.ex. en större grupp individer, händelser och situationer. Med hjälp av informationen kan man sedan hitta det som är gemensamt och representativt för en population (Hassmén & Hassmén, 2008, s.85). Då det kommer till kvantitativa studier ska insamling av information vara utformad på samma sätt för alla som deltar i studien, dvs. alla mätningar som görs ska ske under så identiska förhållanden som möjligt (Ibid. 2008, s. 92).

Vi anser att en enkätundersökning är den metod som är bäst lämpad för vår studie då vi vill kartlägga GIH studenternas attityd till ämnet idrott och hälsa. Genom att använda oss av enkätundersökning som metod når vi ut till fler studenter än om vi skulle valt att genomföra en intervjustudie. Vår enkät är utformad med fasta svarsalternativ och vi är medvetna om att det inte går att ställa alltför djupgående och komplicerade frågor vid en sådan enkätstudie (Ejlertsson, 2005, s.11). Ett problem som kan uppstå vid kartläggning av människors beteende är att det finns en generell ovilja att medge sådant som anses negativt, medan det ofta sker en överrapportering av beteenden som betraktas som positiva. Vad som är positivt och negativt skiljer sig självklart åt beroende på vem frågan ställs till (Hassmén & Hassmén, 2008, s. 230).

För att hantera detta fanns vi på plats då undersökningen genomfördes för att förklara syftet med studien och för att kunna svara på eventuella frågor från studenterna.

2.1 Urval

Urvalet till vår undersökning blev studenter som studerar vid idrottsläroprogrammet på GIH i Stockholm, de studenter vi lämnat ut enkäten till går år 1 samt år 4 och 5. Vi har valt att göra ett tillgänglighets urval, vilket innebär att vi utifrån vår målpopulation (alla idrottsläroprogramstudenter som läser år 1, 4 och 5) använde oss av de studenter som var tillgängliga vid undersökningstillfället (Hassmén & Hassmén, 2008, s.94). Totalt genomfördes undersökningen på 122 studenter, var av 63 studenter går år 1 och 59 studenter går år 4-5.

2.2 Procedur

Efter att ha läst in oss på nuvarande forskningsläge och tittat på hur tidigare enkäter sett ut utformade vi en egen enkät som undersökningen baseras på. Därefter gjordes en pilotstudie på ett tiotal studenter som inte ingick i urvalsgruppen. Efter sammanställning och kommentarer av dessa enkäter reviderade vi enkäten innan den lämnades ut. Enkäten bestod av totalt elva frågor, där de första frågorna handlade om studenternas bakgrund och sedan frågor gällande erfarenhet och kunskap samt attityder. Vi kontaktade lärarna för idrottsläroprogramstudenter via mail och frågade om det gick bra att vi kom och genomförde vår undersökning under tio minuter i början av deras lektion. Många lärare hade svårt att avsätta denna tid till vårt förfogande därför skedde undersökningen i vissa klasser i början av lektionen och i vissa klasser i slutet. Det varierade också vilken typ av lektion studenterna befann sig på, några klasser besvarade enkäten i en idrottshall medan några var i en teorisal. Innan studenterna svarade på enkäten presenterade vi oss och informerade om syftet med studien. I samband med att vi delade ut enkäten fick studenterna också ett missivbrev med information om oss och studien. Det var endast en av oss två skribenter som var närvarande vid genomförandet av undersökningen. Vi fanns på plats för att kunna svara på eventuella frågor som dök upp samt att vi samlade in alla enkäter direkt när studenterna hade fyllt i dem.

När alla enkäter som skulle lämnas ut var insamlade påbörjades databearbetningen. Vi har använt oss av och arbetat i Excel när vi sammanställt vår data. Sammanställningen har skett i tre led, den första omfattade alla deltagande studenter, den andra de studenter som går sitt första år på utbildningen och en tredje sammanställning för de studenter som är inne på sitt fjärde eller femte år på utbildningen. Efter sammanställningen av svaren på alla frågor

räknades procentsatsen ut för att underlätta redovisningen av resultatet. Av de enkäter som undersökningen är baserad på fanns inget objektivi t bortfall, då alla de enkäter som delades ut besvarades. Däremot finns det partiellt bortfall, då det saknas variabelvärden på en eller flera frågor i några av enkäterna (Jap ec, Ahtiainen, Hörngren, Lindén, Lyberg & Nilsson, 1997, s. 20). Det eventuella bortfallet i varje fråga redovisas genom procentsats i undersökningens resultatdel.

2.3 Etiska överväganden

Vid genomförandet av vår studie har vi tagit hänsyn till följande forskningsetiska aspekter (Gymnastik- och idrottshögskolan, 2013, s. 5). Deltagarna i studien fick innan deltagandet information om undersökningens syfte och att det handlade om en enkätstudie. Denna information gavs både muntligt och skriftligt. Deltagarna fick också information om att studien var frivillig att delta i och att resultatet bearbetas anonymt vid sammanställningen. Vi fanns även på plats när undersökningen genomfördes och på så sätt hade deltagarna möjlighet att ställa frågor innan, under och efter de svarat på enkäten.

2.4 Validitet

Vi mäter det vi avser att mäta genom att utforma vår enkät med slutna frågor utifrån våra frågeställningar. Det ges ingen möjlighet till personliga åsikter och kommentarer som inte har med ämnet att göra. Att vi valde att göra studien på studenter i vår närhet samt att urvalet inte var slumpmässigt kan dock ha påverkat mätresultat och gör att studien inte går att generalisera till att gälla alla idrottslärorestudenter.

2.5 Reliabilitet

Studie kan göras om och förhoppningsvis visar den i sådana fall på liknande resultat om den görs på liknande urval. Enkäten delades ut till de studenter som läser år 1, 4 och 5 på GIH och det kan ha påverkat resultat eftersom studenterna som studerar år 2 och 3 uteslöts. Eftersom studien handlar om studenternas erfarenheter och attityder och att studenterna utgår från sig själva, går det aldrig veta om de svarat sanningsenligt. Vi använde oss inte av en färdig och beprövad enkät utan valde att göra en egen, vilket gör att det inte går att veta om utformningen av enkäten har påverkat resultatet på något vis. Däremot besöktes alla klasser och informerades om studien och enkäten lämnades ut på plats. Vi var dessutom kvar och samlade in enkäten direkt och om någon hade frågor angående enkäten och själva undersökningen fanns vi där för att svara. Att enkäten delades ut av oss till några klasser var

och att alla studenter inte svarade på enkäten under liknande former kan ha påverkat tillförlitlighet negativt. Eftersom enkäterna sammanställts av oss gör det, trots noggrann sammanställning, att viss felprocent kan förekomma på grund av den mänskliga faktorn.

3 Resultat

I undersökningen deltog sammanlagt 122 studenter från år 1 och år 4-5 på GIH i Stockholm, varav 68 var män och 54 var kvinnor. Medelåldern i undersökningen var 23 år med ett spann på 19-38år.

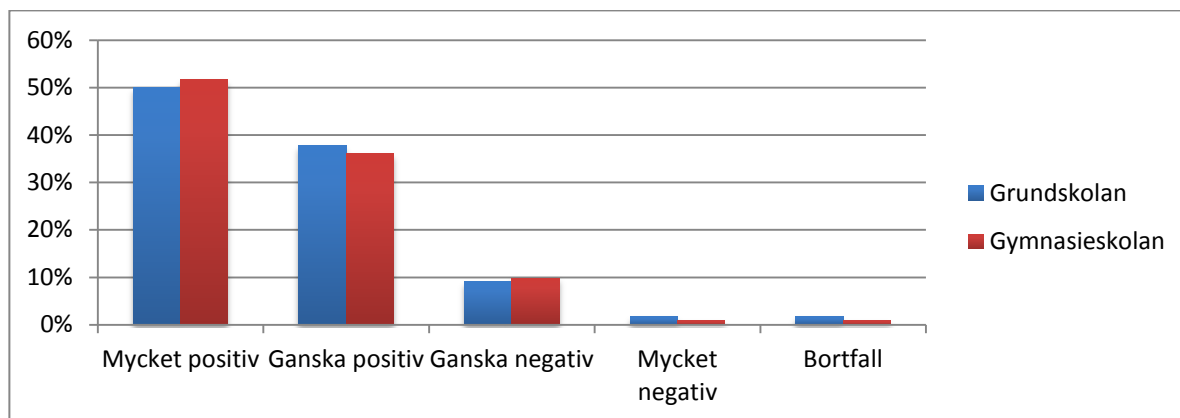
I kommande resultatredovisning så har vi benämnt och tolkat resultatet som sådant:

- 1** - mycket negativ/ ingen erfarenhet
- 2** – ganska negativ/ganska lite erfarenhet
- 3** – neutral (varken positiv eller negativ) / erfarenhet
- 4** – ganska positiv/ ganska mycket erfarenhet
- 5** - mycket positiv, mycket erfarenhet.

Sammanställningen av erfarenhet/kunskap och attityd delas upp och redovisas var för sig genom varje central del inom ämnet idrott och hälsa (se **figur 5-7**).

3.1 Hur upplevde studenterna sin egen idrottsundervisning under grund- och gymnasieskolan?

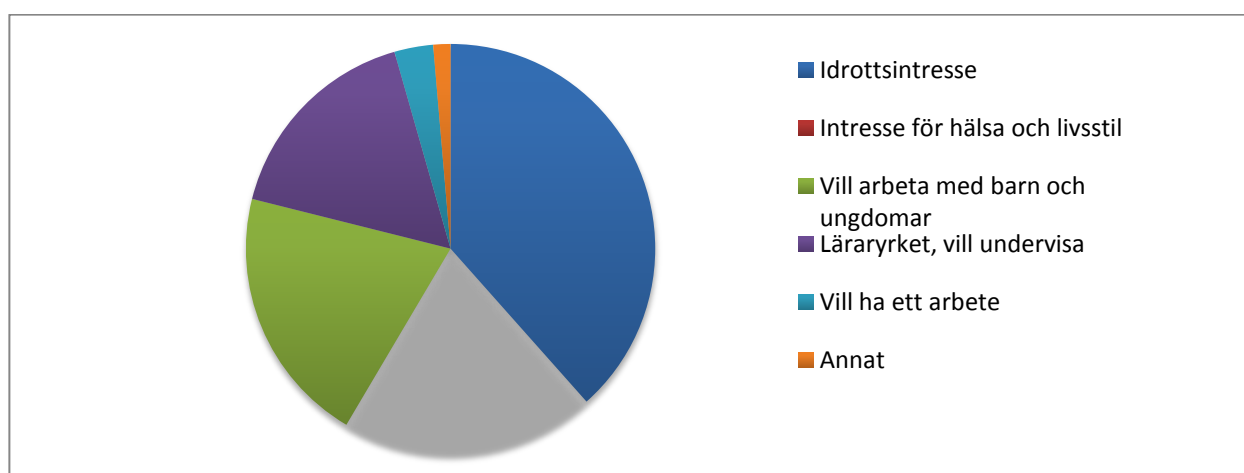
Vi ville ta reda på hur studenterna upplevde sin undervisning i idrott och hälsa under både grund- och gymnasieskolan. Studenterna fick svara vilket betyg de fått under grund- och gymnasieskolan i idrott och hälsa. Det visade sig att 81 procent av studenterna har betyget mycket väl godkänt (Mvg), att 16 procent hade väl godkänt (Vg) och att 2 procent hade godkänt (G) i grundskolan. På gymnasiet hade 85 procent av studenterna betyget Mvg, 11 procent Vg och 3 procent G. 50 procent av studenterna hade en mycket positiv upplevelse i grundskolan och 52 procent en mycket positiv upplevelse i gymnasieskolan från sin idrottsundervisning. 36-38 procent svarade sig ha en ganska positiv upplevelse och 9-10 procent av studenterna hade en ganska negativ upplevelse av undervisningen. (se **figur 1**)



Figur 1. Hur upplevde du din idrottsundervisning i grund-och gymnasieskolan?

3.2 Varför har studenterna sökt sig till lärarprogrammet med inriktning idrott och hälsa?

Studenterna fick svara på varför de vill bli idrottslärare, det fanns 6 olika alternativ och det var tillåtet att svara på flera. Resultatet redovisas i hur många procent av studenterna som svarat på varje alternativ. Resultatet visade att 93 procent av alla studenter ville bli idrottslärare genom sitt idrottsintresse, 48 procent genom sitt intresse för hälsa och livsstil, 49 procent för att de vill arbeta med barn och ungdomar, 40 procent ville bli idrottslärare på grund av läraryrket och för att de vill undervisa och 7 procent svarade att de ville bli idrottslärare för att ha ett arbete. 3 procent svarade under kategorin annat, där några av anledningarna till idrottsläraryrket var: ”Man får ha lång semester”, ”intressant med ledarskap och utveckling”, ”socialt” och ”en bra grund för andra utbildningar”. (se figur 2)

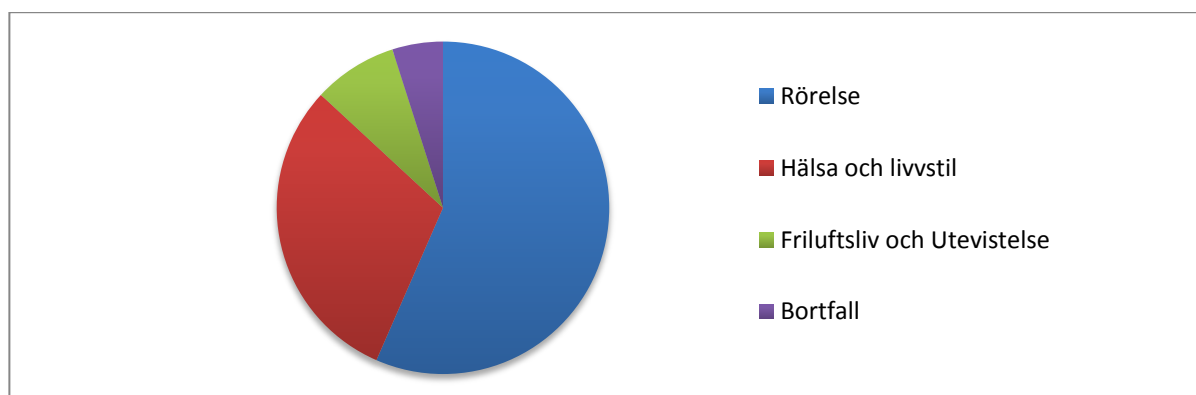


Figur 2. Varför vill du bli idrottslärare?

3.3 Hur skiljer sig attityder till momenten i det centrala innehållet i ämnet idrott och hälsa?

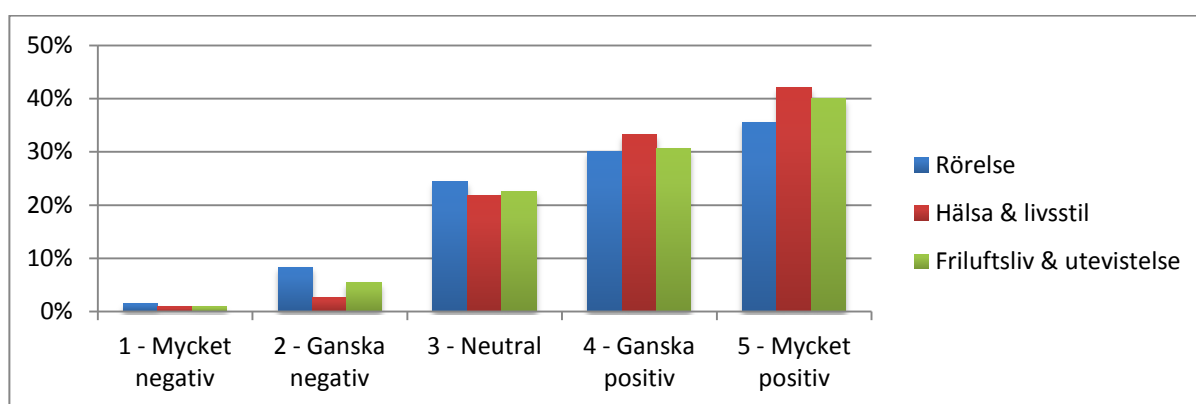
En fråga om ställdes var; ”Vad har du för attityd till teoriundervisning?” 26 procent svarade att de hade en mycket positiv attityd, 57 procent svarade att de hade en ganska positiv attityd och 16 procent svarade att de hade en ganska negativ attityd till teoriundervisning (bortfall 1 procent). De frågor som behandlas nedan är: *Vad intresserar studenterna mest av det centrala innehållet i idrott och hälsa?* (**figur 4**) och *Studenternas sammanlagda attityd till de centrala delarna i ämnet idrott och hälsa* (**figur 5**). Dessa frågor liknar varandra och vi vill tydliggöra dem innan vi presenterar vårt resultat. I figur 4 har studenterna fått välja ett alternativ som intresserar de mest, alternativen är de centrala delarna i ämnet idrott och hälsa (rörelse, hälsa och livsstil och friluftsliv och utevistelse). I figur 5 har studenterna fått skatta sin attityd till de aktiviteter som ingår inom varje central del och slutligen har vi räknat ihop den sammanlagda attityden till varje moment och därifrån fått vårt resultat. Nedan har vi därför valt att redovisa både attityden till aktiviteterna inom varje moment (se **tabell 1, 2, 3**) och den sammanlagda attityden till varje moment (se **figur 5**). Detta för att få ett bredare perspektiv på hur attityderna ser ut inom varje moment, då de i sig innehåller flera olika delar. Tabeller redovisas i antal i stället för procent för att få en tydligare överblick av hur många som svarat på varje alternativ.

Resultatet visar att det som intresserade studenterna mest av de centrala delarna i ämnet idrott och hälsa var rörelse, vilket 57 procent svarade. Därefter kom hälsa och livsstil som 30 procent intresserade sig mest för och 8 procent svarade friluftsliv och utevistelse på frågan (bortfall 5 procent) (se **figur 4**).



Figur 4. Vad intresserar studenterna mest av det centrala innehållet i idrott och hälsa?

Studenternas attityd till de centrala delarna i ämnet idrott och hälsa visar att de flesta studenter har en ganska positiv eller mycket positiv attityd till både rörelse, hälsa och livsstil och friluftsliv och utevistelse. Mycket positiv attityd till rörelse hade 36 procent av studenterna, 42 procent till hälsa och livsstil och 40 procent till friluftsliv och utevistelse. Ganska positiv attityd till rörelse hade 30 procent av studenterna, till hälsa och livsstil 33 procent och till friluftsliv och utevistelse 31 procent. Neutrala, dvs. varken positiva eller negativa, var 24 procent till rörelse, 22 procent till hälsa och livsstil och 23 procent på rörelse. Negativ attityd hade 8 procent till rörelse, 3 procent till hälsa och livsstil och 5 procent till friluftsliv och utevistelse (se figur 5).



Figur 5. Studenternas sammanlagda attityd till de centrala delarna i ämnet idrott och hälsa.

Tabellerna nedan (se tabell 1, 2 och 3) visar studenternas attityd till aktiviteterna inom varje moment, siffrorna står för hur många (antal) studenter som kryssat i varje alternativ. Det vi vill visa med dessa tabeller är att svarsfrekvensen skiljer sig mellan de olika aktiviteterna inom varje moment.

Undersökningen visar att majoriteten av studenterna skattat sig vara ganska positiva eller mycket positiva till momentet rörelse. Det går också att se att attityderna till aktiviteterna skiljer sig åt, exempelvis vid en jämförelse av målspel och dans. Här skattade 59st av studenterna att de har en mycket positiv attityd till målspel och 36st av studenter skattade detta till dans. Övervägande kan vi se att målspel och lekar är de aktiviteter som studenterna skattat sig vara mest positiva till (se tabell 1).

Tabell 1. Studenternas attityder till olika delar inom momentet rörelse.

Rörelse	1	2	3	4	5	Antal (n)
Simning	2	7	29	36	47	121
Dans	6	19	26	34	36	121
Målspel	1	12	19	30	59	121
Friidrott	2	8	43	36	31	120
Nätspel		4	31	44	39	118
Gymnastik	1	12	22	45	41	121
Slagspel		16	33	45	26	120
Lekar	1	3	32	30	54	120
Styrketräning	6	5	31	29	46	117
Konditionsträning		14	26	32	48	120

Även i momentet hälsa och livsstil så skiljer sig resultaten mellan hur positiva studenterna är till de olika aktiviteterna som ingår. Exempelvis hade 60 studenter en mycket positiv attityd till sambandet mellan hälsa, kost och rörelse medan 29 studenter hade en mycket positiv attityd ergonomi. Detta visar på att studenterna hade en lägre attityd till just ergonomi, annars var studenternas attityd till momentet hälsa och livsstil också positiv överlag (se **tabell 2**).

Tabell 2. Studenternas attityder till olika delar inom momentet hälsa och livsstil.

Hälsa & Livsstil	1	2	3	4	5	Antal (n)
Kosthållning		3	25	34	58	120
Doping och droger	4	6	26	39	46	121
Begreppet hälsa	1	4	19	45	51	120
Hjärt- och lungräddning (HLR)	1	2	22	41	55	121
Effekter av träning	1	2	19	45	54	121
Förebyggande av skador	1	1	29	39	50	120
Ergonomi		5	43	43	29	120
Samband mellan rörelse, kost och hälsa		2	25	32	60	119

Utifrån tabellen nedan så ser man att vinterfriluftsliv är den aktivitet som flest studenter var mycket positiva till (64st), medan allemansrätten (38st) fick en lägre svarsfrekvens. Studenternas attityd till momentet friluftsliv och utevistelse var positivt, då majoriteten av studenterna skattat sig vara ganska positiva eller mycket positiva (se **tabell 3**).

Tabell 3. Studenternas attityder till olika delar inom momentet *friluftsliv och utevistelse*.

Friluftsliv & Utevistelse	1	2	3	4	5	Antal (n)
Orientering	6	12	26	37	40	121
Nödsituationer i/vid vatten		7	23	40	49	119
Allemansrätten	2	8	33	39	38	120
Planering av friluftsliv		5	42	34	40	121
Sommarfriluftsliv (paddling, vandring)		1	19	40	57	117
Vinterfriluftsliv (skidåkning, skridskor, vandring)		11	16	29	64	120
Säkerhet i samband med friluftsliv		2	31	39	49	121

3.4 Kan man se skillnad mellan studenternas attityd hos de som är i början av sin lärarutbildning (år 1) och de som är i slutet (år 4-5)?

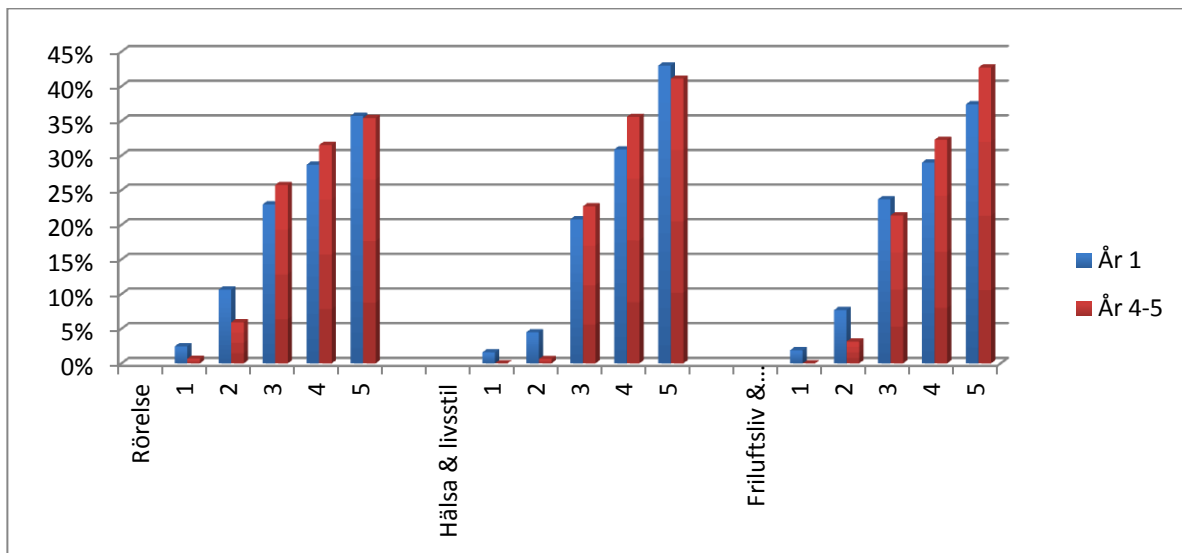
Utifrån den teoretiska utgångspunkten är det rimligt att tro att studenterna som befinner sig i slutet av utbildningen har en mer positiv attityd till ämnet idrott och hälsa än de som är i början av sin utbildning. Detta eftersom inlärningsteorin har erfarenheter som förklaring till olika beteenden och att teorin bygger på att människan lär sig attityder, beteenden och värderingar av individer, förebilder och modeller i sin omgivning (Hwang & Nilsson 2011, s.29-44). Våra attityder förändras både medvetet och omedvetet och påverkas av den sociala miljö vi lever i genom familj, skola, kompisar och media. Människor förändrar ofta sina attityder när de hamnar i nya grupper och upplever samhörighet (Sjödén, 2007, s.224-225). De som är i slutet av sin utbildning har under längre tid vistats i den sociala miljön på GIH och samlat på sig mer erfarenhet genom utbildningen. För att undersöka om detta stämmer på GIH studenterna har vi jämfört resultaten från studenterna i år 1 med resultaten från studenterna i år 4-5.

Resultatet för rörelsemomentet visar att studenterna oberoende av vilket år de läser hade liknande attityd till momentet då det handlar om de positiva och neutrala alternativen. 36 procent av studenterna i år 1 hade en mycket positiv attityd till momentet medan 35 procent av studenterna i år 4-5 hade det. En ganska positiv attityd hade 29 procent av studenterna i år 1 och 32 procent av studenterna i år 4-5. 23 procent av studenterna i år 1 var neutrala medan

25 procent av de i år 4-5 gav detta svar. Den skillnad som gick att se var att studenterna i år 1 har en något mer negativ attityd till momentet. Av studenterna i år 1 svarade 11 procent att de hade en ganska negativa attityd och 2 procent hade en mycket negativ attityd till rörelse. Under samma svarsalternativ svarade 6 procent av studenterna i år 4-5 att de hade en ganska negativ attityd och 1 procent att de hade en mycket negativ attityd (**se figur 6**).

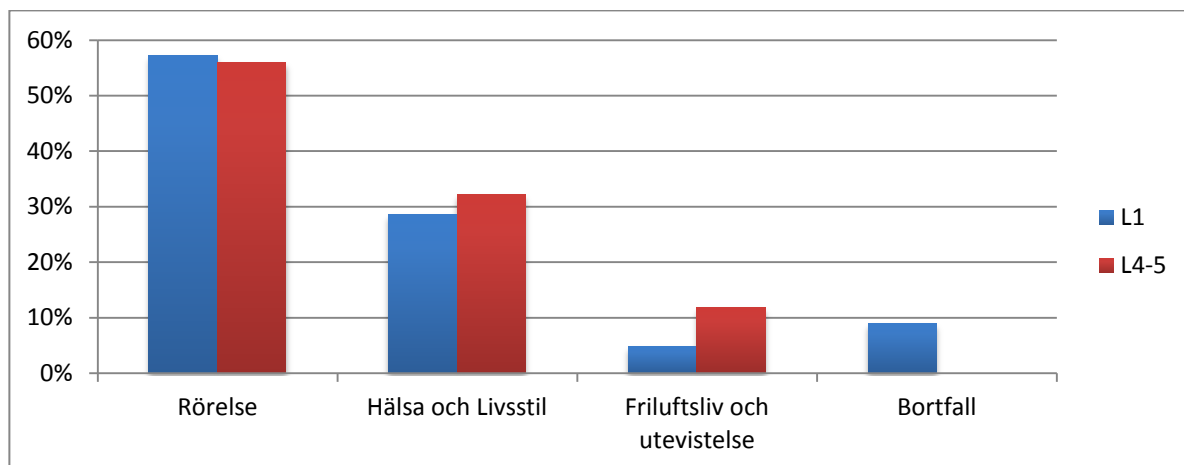
Resultatet för momentet Hälsa och livsstil visar att studenterna i år 1 var de som var allra mest positiva då 43 procent svarade att de hade en mycket positiv attityd medan 41 procent av studenterna i år 4-5 gav detta svar. Under svarsalternativet ganska positiv var det omvänd ordning och 36 procent av studenter i år 4-5 gav detta svar medan 31 procent av de i år 1 gjorde det., 21 procent av studenterna i år 1 hade en neutral attityd till momentet och 23 procent i år 4-5. Precis som under attityden till rörelsemomentet är det tydligast skillnader när det kommer till de negativa svaren och det är studenterna som är i början av sin utbildning som är mer negativt inställda till momentet. 5 procent av studenterna i år 1 hade en ganska negativ attityd och 2 procent hade en mycket negativ attityd medan 1 procent av studenterna som befinner sig i slutet av utbildningen hade en ganska negativa attityd medan ingen valde svarsalternativet mycket negativ (**se figur 6**).

Gällande resultatet för attityden till momentet friluftsliv och utevistelse visar det sig att studenterna som är i slutet av utbildningen hade en mer positiv attityd till momentet än de som precis har påbörjat sin utbildning. Bland studenterna i år 4-5 så svarade 43 procent att de hade en mycket positiv attityd och 32 procent svarade att de hade en ganska positiv attityd. Under samma svarsalternativ svarade 37 procent av studenterna i år 1 att de var mycket positiva till friluftsliv och utevistelse och 29 procent att de var ganska positiva. 21 procent av studenterna i år 4-5 hade en neutral attityd och 24 procent av studenterna i år 1. Studenterna i år 1 var även mer negativa till detta moment då 8 procent av studenterna svarade att de hade en ganska negativa attityd och 2 procent en mycket negativ attityd. 3 procent av studenterna i 4-5 hade en ganska negativ attityd och ingen av dem svarade att de hade en mycket negativ attityd (**se figur 6**).



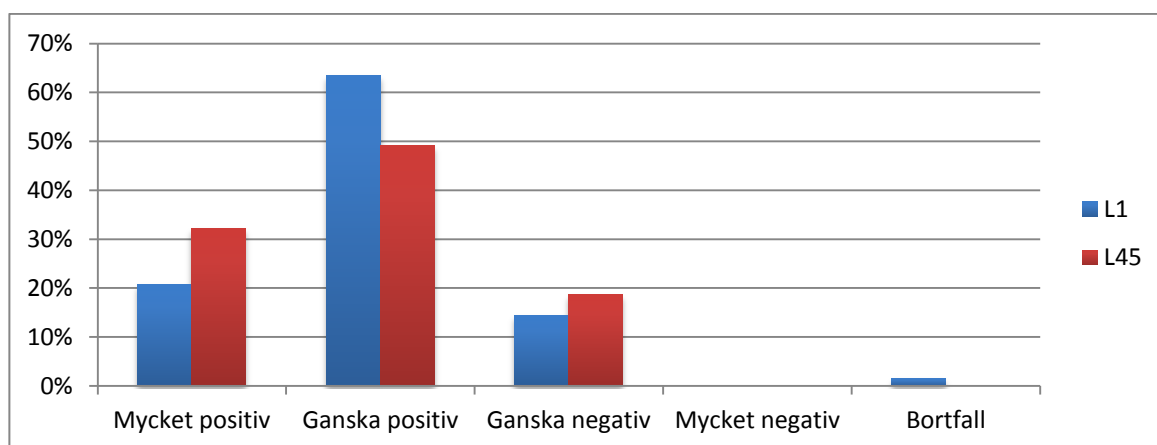
Figur 6. Studenternas attityder mellan de centrala delarna i ämnet idrott och hälsa, i år 1 jämfört med år 4-5.

På frågan om vilket av de tre momenten inom idrott och hälsa som intresserar studenterna mest, svarade majoriteten rörelse oberoende av var i utbildningen man befann sig. 57 procent av studenterna i år 1 och 56 procent av studenterna i år 4-5 svarade att rörelse var det moment som intresserade de mest. Efter rörelsemomentet var hälsa och livsstil det som intresserade studenterna mest och något fler studenter i år 4-5 där 32 procent gav detta svar medan 29 procent av studenterna i år 1 gjorde det. Momentet friluftsliv och utevistelse var det moment som minst antal studenter intresserade sig för och det var fler studenter i år 4-5 som ansåg detta moment mest intressant. Av studenterna i år 1 svarade 5 procent och i år 4-5 svarade 12 procent friluftsliv och utevistelse var det som intresserade dem mest. På denna fråga var det ett bortfall på 9 procent från studenterna i år 1 medan alla i år 4-5 besvarade frågan, detta kan gjort resultatet en aning missvisande (se figur 7).



Figur 7. Vad intresserar studenterna mest av det centrala innehållet i idrott och hälsa, jämförelse mellan år 1 och år 4-5.

När det handlar om attityden till teoriundervisning visade det sig att de studenterna som var i slutet av sin utbildning var de som var mest positiva då 32 procent svarade att deras attityd till teoriundervisning var mycket positiv och 21 procent av studenterna som är i början av utbildningen gav detta svar. Däremot svarade fler studenter i år 1 att de hade en ganska positiv attityd till teoriundervisning så majoriteten av studenterna i år 1 och år 4-5 hade en positiv attityd till denna form av undervisning. 63 procent av studenterna i år 1 och 49 procent av studenterna i år 4-5 gav svaret ganska positiv attityd. Inte någon av studenterna hade en mycket negativ attityd till teoriundervisning varken i år 1 eller i år 4-5. Däremot svarade några studenter att de hade en ganska negativ attityd till teoriundervisning och det var studenterna i år 4-5 som var något mer negativa då 19 procent svarat detta medan 14 procent i år 1 gav ganska negativ attityd som svar. I jämförelse med de andra frågorna är detta enda frågan där studenterna i år 4-5 har en mer negativ attityd än studenterna i år 1 (se figur 8).



Figur 8. Studenternas attityd till teoriundervisning

4 Diskussion

Syftet med studien var att undersöka idrottslärarstudenters attityd till ämnet idrott och hälsa. Diskussionsdelen är indelad i analyser utefter våra fyra frågeställningar där resultatet diskuteras med hjälp av den sociala inlärningsteorin. Teorin bygger på hur omgivningen (dvs. skola, miljön, lärare och klasskamrater) påverkar hur attityder formas. Frågeställningarna kommer att behandlas utifrån denna teori och kommer att användas för att kunna dra paralleller och få en större förståelse för resultatet. Vår hypotes kommer också att besvaras och hypotesen är att majoriteten av studenterna på GIH har en övervägande positiv attityd till momentet rörelse och är mindre positiva till momenten hälsa och livsstil samt friluftsliv och utevistelse.

4.1 Hur upplevde studenterna sin egen idrottsundervisning under grund- och gymnasieskolan?

Majoriteten av studenterna hade en mycket positiv eller ganska positiv upplevelse från sin idrottsundervisning i grund- och gymnasieskolan. Tidigare forskning på idrottslärarstudenter (Larsson, 2009, s.223) har visat på samma resultat som vi fick fram i vår studie. Resultatet visade också att ett flertal av studenterna upplevde idrottsundervisningen som ganska negativ under både grundskole- och gymnasietiden trots de höga betygen. Mycket negativ upplevelse hade nästan ingen av studenterna. Detta visar att trots studenternas höga betyg så kan idrottsundervisningen ha upplevts negativ. Då miljön har en stor påverkan på attityder (Hwang & Nilsson, 2011, 39-44) kan detta resultat ha påverkats av studenternas tidigare undervisningsmiljö. Har undervisningen skett i en mindre bra miljö, så är risken därför stor att man inte har en positiv upplevelse till sin idrottsundervisning trots ett högt betyg.

4.2 Varför har studenterna sökt sig till lärarprogrammet med inriktning idrott och hälsa?

Det är tydligt att majoriteten av studenterna valt lärarprogrammet med inriktning idrott och hälsa på grund av sitt idrottsintresse. Utifrån tidigare forskning om *vem studenten på GIH är* så kunde man se att majoriteten av alla studenter hade en idrottslig bakgrund och ett intresse för fysisk aktivitet (Brun Sundblad et.al 2009 s.10), vilket vårt resultat också tyder på. I vår enkätstudie fick man fylla i flera alternativ under denna fråga och vi finner det därför

intressant att resterande alternativ fick så låg svarsfrekvens. Mindre än hälften av alla studenter valde läraryrket för sitt intresse för hälsa och livsstil, för att få arbeta med barn och ungdomar och genom yrket som idrottslärare. Vi hade föreställningen om att fler studenter skulle ha kryssat i fler alternativ, då att vara idrottslärare inte enbart handlar om att ha ett egenintresse för idrott då det är flera olika komponenter som ska läras ut i skolan. Kursplanen säger bland annat att eleverna ska utveckla sitt intresse för att använda olika typer av rörelseaktiviteter, utemiljöer och naturen som en källa till välbefinnande samt ha kunskap om vad fysisk aktivitet och inaktivitet kan bidra till. Utifrån kursplanen så bör man som lärare i idrott och hälsa ha ett intresse för alla komponenterna som ingår i yrket, inte bara idrott (Skolverket, 2011b, s.83-85). Detta lyfts även fram i GIHs utbildningsplan för lärarprogrammet (Gymnastik- och idrottshögskolan, 2011, s.4). Engström beskriver att idrottsundervisningen ofta styrs av lärarens individuella bakgrund, intressen och kompetens (Meckbach & Lundvall 2007, s. 27). Vi tror att detta är viktigt för att som lärare kunna förmedla kunskaper till eleverna och ge dem en positiv bild av ämnet, som i sin tur kan leda till att eleverna får upp ett intresse för en aktiv livsstil. Om det bara är idrottsintresset som är stort och intresset till att lära ut och arbeta med barn och ungdomar är mindre, tror vi att det kan påverka kvaliteten på undervisningen på ett negativt sätt när man väl kommer ut i arbetslivet.

4.3 Hur skiljer sig attityden till momenten i det centrala innehållet i ämnet idrott och hälsa?

Här har vi valt att behandla tre frågor från vår enkät; studenternas attityd till teoriundervisning, vad som intresserar studenterna mest och studenternas attityder till de centrala delarna i idrott och hälsa.

Det visade sig att mer än hälften av studenterna valde rörelse som den del som de ansåg var mest intressant, därefter kom hälsa och livsstil och lägst svarsfrekvens fick friluftsliv och utevistelse. Resultatet visar också att flertalet studenter har en ganska positiv eller mycket positiv attityd till alla de centrala delarna i ämnet idrott och hälsa. Intressant här, även om skillnaderna är små, är att momentet rörelse fått minst svar gällande den sammanlagda attityden på alternativen; ganska positiv och mycket positiv. Eftersom majoriteten av studenterna svarade att de var mest intresserade av momentet rörelse samt att de valt läraryrket genom sitt idrottsintresse, är det förvånande att rörelse fick lägst svarsprocent när studenterna skattade sig ha mycket positiv attityd. Intresset för rörelse är stort men attityden

och erfarenheten till alla de aktiviteter som ingår inom rörelsemomentet skiljde sig åt. Detta kan bero på att studenterna på GIH är förtrogna med några få idrotter, beroende på vilken idrott som man håller på med eller har hållit på med. Frågan innehöll tio alternativ inom momentet rörelse (se **tabell 1**), är studenten förtrogen och har god attityd till fyra aktiviteter men har lägre attityd till de andra sex aktiviteterna så kommer den sammanlagda attityden på hela rörelsemoment bli lägre. Att hälsa och livsstil och friluftsliv och utevistelse fick högre svarsfrekvens tror vi är på grund av att det ingår färre aktiviteter i dessa moment i vår enkätstudie samt att aktiviteterna inom momenten liknar varandra och inte skiljer sig lika mycket som aktiviteterna gör inom rörelsemomentet (se **tabell 1, 2 och 3**). Vi kopplar utfallet till Meckbach och Wedmans studie vid Gymnastik- och idrottshögskolan (2007), där de beskriver att majoriteten av studenterna på GIH är eller har varit aktiva inom olika idrotter men att förtrogenheten med de olika aktiviteter som ingår skiljer sig åt. Exempelvis var studenterna i Meckbach och Wedmans (2007) studie mindre förtrogna inom simning, gymnastik och dans om man jämförde med bollsporter. Om man går närmre in och tittar hur studenterna skattat sin attityd inom de olika aktiviteterna i rörelsemomentet (se **tabell 1**), så visar det på en tydlig skillnad aktiviteterna emellan. Det alternativ som flest studenter var mycket positiva till var målspel. Detta kan diskuteras mot det Sandahl (2004, s.66) beskriver, att undervisningen ofta styrs emot de aktiviteter som lärare och elever finner intressanta. Engström beskriver också i sin studie (Meckbach & Lundvall 2007, s. 27) att det är en ojämn tidsfördelning mellan de centrala delarna i dagens idrottsundervisning och att idrottsundervisningen i stor utsträckning styrs av läraren egna intressen och kompetens. Då ställer vi oss frågan hur idrottsundervisningen inom momentet rörelse kommer att se ut? Kommer undervisningen till största del vara styrd efter de nuvarande idrottslärarstudenternas egenintresse, blir exempelvis målspel den aktivitet som undervisningen präglas av i stort? Om det är så som tidigare studier visar och det vi fått fram i vår studie, att den positiva attityden till rörelsemomentet endast gäller några speciella aktiviteter, tror vi att det kan komma att påverka eleverna ute på skolorna. Vissa elever i skolan kommer aldrig få möjlighet att hitta en aktivitet som passar dem, då urvalet av aktiviteter är smalt. Detta kan i sin tur påverka elevernas attityd till ämnet idrott och hälsa och till fysisk aktivitet, då beteenden som i vissa fall får negativ förstärkning minskar chansen för att upprepas (Hwang & Nilsson 2011, s.39-44).

Resultatet ovan visar på att studenterna på GIH har positiva attityder till de tre centrala delarna inom ämnet idrott och hälsa. Vår hypotes om att ”majoriteten av studenterna på GIH

har en övervägande positiv attityd till momentet rörelse och är mindre positiva till momenten hälsa och livsstil samt friluftsliv och utevistelse” har alltså inte bekräftats, eftersom de flesta av studenterna på GIH är positiva till samtliga delar av undervisningen. Trots sitt stora idrottsintresse har studenterna en positiv attityd till de andra delarna inom ämnet, vilket kan leda till att man kommer att variera sin undervisning. Det här kan leda till att eleverna i skolan kommer få möta ett varierat ämne som inte enbart handlar om en viss typ av aktivitet utan ett ämne där olika kunskapsområden lyfts fram. Om man ser på resultatet utifrån inläringsteorin skapas attityder, beteenden och värderingar av den miljö vi lever i. Vi påverkas av människor i vår omgivning, som ofta är någon man ser upp till exempelvis kompisar, elever och lärare (Hwang & Nilsson 2010, s.29-33). Normer finns överallt i samhället och i skolan, normer som bestämmer och upprätthåller vad som anses normalt eller vad som är avvikande (Martinsson & Reimers, 2008, s.7). De studenter som går på GIH påverkas dagligen av miljön på skolan, av omgivningen och av de normer som råder. När man kommer till en idrottshögskola där majoriteten av studenterna går i träningskläder, där studenterna ser vältränade ut och matlådorna i matsalen avspeglar en hälsosam kost vill man passa in och anpassar sig därför efter normerna som råder. Normer finns som sagt överallt och vi tror att de normer som finns på GIH sätter en prägel på hur man bör och ska vara som student just där, vilket i sin tur kan ha påverkat resultatet.

Sett till kursplan för ämnet idrott och hälsa så står det att eleverna ska kunna koppla sina erfarenheter till fakta och teorier (Skolverket 2011b, s.83-85). Vårt resultat visar att majoriteten av idrottslärarstudenterna har en positiv attityd till teoriundervisning. Många av aktiviteterna inom de centrala delarna bygger på fakta, förståelse och kunskap. I en tidigare studie visade det sig finnas en relation mellan hur läraren betraktar målen med verksamheten och den egna kompetensen. Anser man att ämnet legitimeras genom att eleverna lär sig saker som är specifika för idrottsämnet, har man också uppfattningen att kompetensen handlar om att kunna undervisa och lära ut kunskaper och färdigheter så bra och effektivt som möjligt. (Annerstedt, 2007, s. 62)

Sammanfattningsvis har studenterna en positiv attityd till alla centrala delar i ämnet idrott och hälsa, högst till hälsa och livsstil, därefter friluftsliv och utevistelse och lägst till rörelse, även om skillnaderna är små momenten emellan. Studenterna har också en positiv attityd till teoriundervisning. Slutligen har resultatet gett svar på vår hypotes, där den har motbevisats och falsifierats.

4.4 Kan man se skillnader mellan studenternas attityd hos de som är i början av sin lärarutbildning (år1) och de som är i slutet (år 4-5)?

Undersökning visade att det inte var några större skillnader på attityden mellan de studenter som läser sitt första år till idrottslärare gentemot de som är inne i slutet på sin utbildning. Majoriteten av studenterna i år 1 och studenterna i år 4-5 var mycket positiva eller ganska positiva till alla de tre centrala delarna. Den största skillnaden var under de negativa svaren där det visade sig att de studenter som är i slutet av sin utbildning var mindre negativa. Mer än hälften av studenterna i både år 1 och år 4-5 har störst intresse till rörelsemomentet. Skillnaden var att fler studenter i år 4-5 intresserar sig för hälsa och livsstil och friluftsliv och utevistelse i jämförelse med studenterna i år 1. Majoriteten av studenterna som deltog i undersökningen hade en mycket positiv eller ganska positiv attityd till teoriundervisning, vilket gällde både de studenter som befann sig i början och i slutet av sin utbildning.

Att resultatet inte visade några större skillnader trots att studenterna kommit olika långt i sin utbildning tror vi beror på att alla som sökt sig till GIH redan har ett stort idrottsintresse som i sin tur är en stor del av deras vardag. Detta stöds också av tidigare studier, bland annat en av Johansson & Lindberg (2012, s.33, 37) där majoriteten av studenterna ägnade sin fritid åt idrott och motion. Vi tror också att det kan beror på att människor som redan har ett idrottsintresse och är fysiskt aktiva dras till denna typ av utbildning precis som Chevan & Haskvitz (2010, s. 726) nämner i sin studie. Har man sedan tidigare inte ett intresse för idrott, väljer man inte ett yrke med denna inriktning, de studenter som söker sig till GIH vill kombinera idrott med sitt framtida yrke. Löfgren (2001) tar upp i sin studie att idrottsstudenter har ett gemensamt intresse för idrott och hälsa vilket i sin tur skapar en stark gruppkänsla. Detta tror vi kan ha varit en anledning till att vi inte fick fram några skillnader beroende på var i sin utbildning man befinner sig. När man börjar på GIH upplever man en gemenskap med de andra studenterna och lärarna genom det gemensamma intresset för idrott, detta kan i sin tur påverka ens attityd till utbildningen på ett positivt sätt. Människor förändrar ofta sina attityder när de hamnar i nya grupper och framförallt i grupper där människan upplever samhörighet (Sjödén, 2007, s.224-225). Vilket skulle kunna ha påverkat vårt resultat ifall att studenterna i år 1 svarat så som de tror att de ska svara istället för som de verkligen tycker. De studenter som är i början av sin utbildning deltog i studien när de påbörjat utbildningen, vilket kan ha påverkat resultatet genom att de redan, trots den korta tiden, försökt anpassa sig till högskolevärlden med värderingar och attityder som ”passar in” på

GIH. Detta för att de möjligtvis ser upp till äldre elever och lärare (Hwang & Nilsson 2010, s.29-33). Eftersom att vi inte kunde se några markanta skillnader i vårt resultat mellan studenterna i år 1 och år 4-5 så kan vi återigen konstatera att vår hypotes inte bekräftats.

Att den största skillnaden kunde ses under momentet friluftsliv och utevistelse kan bero på det Larsson (2007) diskuterar i sin studie. Nämligen att undervisningen i friluftsliv inte riktigt hittat sin plats ute på skolorna trots att det är ett moment i ämnet idrott och hälsa. Här tror vi att utbildningen vid GIH har spelat en stor roll och det är därför de studenter som är i slutet av sin utbildning har en mer positiv attityd till just friluftsliv och utevistelse, då alla har varit med om det och kunnat skapa sig en egen uppfattning. Detta kan vi också koppla emot den sociala inlärningsteorin, hur omgivningen påverkar och formar attityder (Hwang & Nilsson 2010, s.29). Vilket innebär att studenterna som går i år 4 och 5 hunnit bli mer förtrogna inom momentet och de studenterna som är i början av sin utbildning inte har hunnit dit än.

Lena Larsson (2009, s.266) visar att de idrottslärarstudenter som genomfört stora delar av sin utbildning har hälsa en betydligt mer framträdande roll i undervisningen än hos de som inte börjat än. I vår undersökning kunde vi däremot inte se några direkta skillnader gällande studenternas attityd utan det spelade inte någon roll var man befann sig i sin utbildning. De vi kunde se var dock att de som kommit längre i sin utbildning, precis som inom de andra momenten, var något mindre negativa till momentet hälsa och livsstil.

Gällande studenternas attityd till teoriundervisning kunde man se att de studenter som är i slutet av utbildning hade högre svarsfrekvens, än de som är i början, under alternativet mycket positiv. Samtidigt visar resultatet att studenterna i år 4-5 är mer negativa till teoriundervisning än studenterna i år 1, vilket var det enda område där de studenter som befann sig i slutet av utbildningen var mer negativa än de som precis påbörjat sin. En anledning kan vara det Larsson (2009, s.254) för fram nämligen att idrottslärarstudenter som är i slutet av sin utbildning beskriver utbildningen utifrån idrott och idrottsligkompetens, vilket förklaras genom att studenterna ser idrott och hälsa som ett praktiskt ämne. Majoriteten hade trots detta en mycket eller ganska positiv attityd till teoriundervisning, vilket gällde både studenterna som befann sig i början och i slutet av sin utbildning.

Då störst skillnader kunde urskiljas angående de negativa attityderna tror vi att det till största delen har påverkats av tiden studenterna har studerat. Alla människor har positiva och

negativa attityder till i princip allt i sin omgivning. Begreppet attityd kan definieras som en ”*känslomässig inställning*”, där en av tre påverkansfaktorer är *kunskap*. Vi får kunskap genom erfarenheter i livet, från sådant vi upplever, läser, hör eller ser (Sjödén, 2007, s.224-225). De studenter som är i slutet av sin utbildning bör ha mer kunskap inom ämnet idrott och hälsa och det kan vara anledningen till att de har en något mindre negativ attityd till ämnet. De har under utbildningen fått nya erfarenheter och kunskaper inom områden de inte varit förtrogna med innan de började på GIH. Nu när de har egna erfarenheter att utgå ifrån inom alla centrala delar har deras attityd förändrats åt det positiva hållet. Här ser vi en likhet till Lena Larssons (2009) resultat vilket visade att de studenter som var i slutet av sin utbildning kände sig väl förberedda inför de praktiska momenten. Även till de som de haft negativ inställning till tidigare.

Enligt inlärningsteorin styrs våra beteenden av konsekvenser. Det som ökar chansen att ett beteende upprepas är att det lärs in via positiv förstärkning. En negativ förstärkning minskar däremot chansen att beteendet ska upprepas. Vårt beteende styrs alltså av de konsekvenser det får och vad vi vill uppnå med beteendet. Miljön har den största inverkan enligt inlärningsteorin då det är från vår omgivning vi får positiva eller negativa förstärkning på våra beteenden (Hwang & Nilsson 2010, s.29). Här kan idrottslärostudenternas utbildning vara en viktig del. Får man positiv förstärkning på det man åstadkommer ökar chansen till att beteendet kommer att upprepas. Genom utbildningen kommer studenternas beteenden att förändras och därmed kommer även deras kompetens att breddas.

4.5 Slutsats

Sammanfattningsvis hade majoriteten av studenterna högsta betyg i idrott och hälsa under grund- och gymnasieskolan. Studenterna hade även en positiv upplevelse av sin egen idrottsundervisning. Det visade sig att de flesta hade valt att studera till lärare i idrott och hälsa genom sitt idrottsintresse och inte pga. läraryrket i sig. Studenterna hade ha en positiv attityd till alla centrala delar, mest positiv attityd till momentet hälsa och livsstil, därefter friluftsliv och utevistelse, och därefter rörelse, men skillnaderna var små. Utifrån resultatet kan man se att det finns en möjlighet till att studenternas attityder påverkats av deras erfarenheter. I jämförelsen mellan studenternas attityder i år 1 och år 4-5 så visade undersökningen inte några större skillnader. Studenterna i år 4-5 var dock något mindre negativa till de momenten som ingår i ämnet.

Det är anmärkningsvärt att resultatet inte visar på en större skillnad emellan år 1 och år 4-5. Studenterna i år 4-5 är i slutet av sin utbildning och har mer erfarenhet och kunskap inom ämnet idrott och hälsa än studenterna i år 1. Baserat på inläringsteorin vore det rimligt att tro att de skulle ha en mer positiv attityd till de olika momenten. Förklaringen till att det inte är så beror sannolikt på att studenterna som just börjat sin utbildning på GIH redan är formade av sitt idrottsintresse. Vi tycker att det är intressant att de nya studenterna redan har ett brett intresse och god attityd till ämnet idrott och hälsa.

4.5.1 Fortsatt forskning

Vi har genomfört vår undersökning på studenterna i år 1 och år 4-5 på GIH. Ett förslag till fortsatt forskning är att utöka undersökningen till alla årskurser på GIH, för att närmare kunna undersöka hur attityderna ser ut. Man skulle också kunna genomföra en longitudinell studie där man följer en eller två årskurser och låter de svara på enkäten varje år. Detta för att se hur studenternas attityder förändras under en längre tid. För att få ett ytterligare djup i undersökningen hade en intervjustudie kunnat genomföras, där man undersökt varför studenternas attityd ser ut som den gör och med det fått en större förståelse.

Käll- och litteraturförteckning

Andersson, F. & Vångell, F (2011) *Vem är idrottslärostudenten vid GIH?* Examensarbete 15hp vid läroprogrammet 2008-2011 på Gymnastik- och idrottshögskolan i Stockholm, 2011:67. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan.

Annerstedt, C (2007) *Att lära sig vara lärare i idrott och hälsa*. Göteborg: Multicare AB.

Brun Sundblad, G. Meckback, J. Lundvall, S. & Nilsson, J. (2009) Orka hela vägen – Upplevd hälsa, idrotts- och träningsbakgrund bland studenter på en fysiskt inriktad yrkesutbildning, Lärarstudenter GIH 2008 delrapport 1: 2009.

Chevan, J., Haskvitz, E,M, (2010) *Do As I Do: Exercise Habits of Physical Therapists, Physical Therapist Assistants, and Student Physical Therapists*, American Physical Therapy Association, volym 90 (2).

Ejlertsson, G. (2005) *Enkät i praktiken – en handbok i enkätmetodik*. 2:a uppl. Lund: Studentlitteratur.

Gymnastik- och idrottshögskolan (2011) *Utbildningsplan: Ämnesläroprogrammet, gy, 300-330 hp*, Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan.

Gymnastik- och idrottshögskolan (2013) *Rånsdokumentet- Råd och anvisningar för uppsatsskrivning till studenter och lärare vid Gymnastik- och idrottshögskolan*, Gymnastik- och idrottshögskolan, Stockholm.

Hassmén, N. & Hassmén, P. (2008) *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.

Hwang P & Nilsson B (2010) *Utvecklingspsykologi*, 2.a uppl. Natur och Kultur: Stockholm.

Hwang P & Nilsson B (2011) *Utvecklingspsykologi*, 3.e uppl. Natur och Kultur: Stockholm.

Japac, L, Ahtiainen, A, Hörngren, J, Lindén, H, Lyberg, L & Nilsson, P (1997) *Minska bortfallet*, http://www.scb.se/statistik/_publikationer/OV9999_2000I02_BR_X97ÖP9701.pdf [2013-11-17], Statistiska Centralbyrån.

Johansson, H & Lindberg, S. (2012) *Vem är idrottslärostudenten vid GIH, Stockholm?* Examensarbete 15hp vid lärarprogrammet 2008-2012 på Gymnastik- och idrottshögskolan i Stockholm, 2012:87. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan.

Larsson, H (2007) Skolans rörelseuppdrag. I: Meckbach, J & Larsson, H (red). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. 2.a uppl. Liber: Stockholm.

Larsson, L. (2009) *Idrott – och helst lite mer idrott, idrottslärares möte med utbildningen*. Diss. Stockholm: Stockholms universitet.

Martinsson, L & Reimers, E. (red). (2008) *Skola i normer*. Gleerups Utbildning AB.

Meckbach, J & Lundvall, S. (2004) "Fritt och omväxlande"-Lärares bakgrund och tankar om sitt yrke. I: Larsson, H, Redelius, K (red). *Mellan nytta och nöje*. Idrottshögskolan, Stockholm.

Meckbach, J, Wahlgren, L & Wedman, I (2006) *Attityder, kunskaper och färdigheter hos den framtida läraren i idrott och hälsa*. Svebis årsbok I: SSN0284-4672.

Lundgren, A-S. (2008) Spela roll. I: Martinsson, L & Reimers, E (red.) *Skola i normer*. Gleerups Utbildning AB.

Löfgren, K. (2001), *Studenters fritids- och motionsvanor i Umeå och Madison: Ett bidrag till förståelsen av Pierre Bourdieus vetenskapliga metodologi*. Diss Umeå Universitet. Umeå: Universitetet.

Meckbach, J & Lundvall, S (2007) *Idrottsdidaktik – konsten att undervisa i idrott*. I: Meckbach, J & Larsson, H (red). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. 2.a uppl. Liber: Stockholm.

Meckbach, J. & Wedman, I. (2007) Idrottslärarstudenten vid GIH.

http://www.idrottsforum.org/articles/meckbach/meckbach_wedman/meckbach-wedman070131.html [2013- 09- 14].

Nilsson, J.(2009). GIH 2008 – PROJEKTET – Rapport 2009. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan.

Sandal, B. (2004) Ett ämne för vem? – Idrottsämnet i grundskolan 1962 – 2002. I: Larsson, H, Redelius, K (red). *Mellan nytta och nöje*. Idrottshögskolan, Stockholm.

Sjödén, S. (2007) *Psykologi för Gymnasieskolan*. 15:e uppl. Natur och Kultur: Stockholm.

Skolverket (2011a) *Läroplaner för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet 2011*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.

Skolverket (2011b) *Läroplan, examensmål och gymnasiegemensamma ämnen för gymnasieskola 2011*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.

Theдин-Jakobsson, B (2007) Att undervisa i hälsa. I: Meckbach, J & Larsson, H (red). *Idrottsdidaktiska utmaningar*. 2.a uppl. Liber: Stockholm.

Bilaga 1

Litteratursökning

Syfte och frågeställningar:

Vårt syfte med studien är att undersöka idrottslärarstudenters attityder till ämnet idrott och hälsa.

Frågeställningar:

- Hur upplevde studenterna sin egen idrottsundervisning under grund- och gymnasieskolan?
- Varför har studenterna sökt sig till lärarprogrammet med inriktning idrott och hälsa?
- Hur skiljer sig attityden till de olika momenten i det centrala innehållet i ämnet idrott och hälsa?
- Finns det skillnader mellan studenternas attityd hos de som är i början av sin lärarutbildning (år1) och de som är i slutet (år 4-5)?

Vilka sökord har du använt?

Svenska sökord: Studenter, inställning, attityd, attityder, kursplan, idrott och hälsa, idrottslärarstudenter, rörelse, hälsa och livsstil, friluftsliv och utevistelse, läraryrket, inläringsteori, normer

Engelska sökord: Attitudes, students, PE teachers, physical activity, PE students, exercise habits

Var har du sökt?

GIH:s bibliotekskatalog, skolverket, PubMed, Ebsco, Google Scholar och DiVa.

Sökningar som gav relevant resultat

GIH:s bibliotekskatalog: attityder, inläringsteori, inställning, idrottslärarstudenter

Skolverket: Kursplan, idrott och hälsa

Google scholar: Idrottslärarstudenter, studenter, exercise habits

DiVa: Idrottslärarstudenter, attityder

Bilaga 2 – Missivbrev



Idrottslärostudenters attityder till ämnet Idrott och Hälsa

Hej!

Våra namn är Malin och Emma, vi går fjärde året på läroprogrammet här på GIH. Vi skriver just nu vår C- uppsats och vill undersöka idrottslärostudenters attityder till ämnet Idrott och Hälsa.

Vi skulle vara tacksamma om just du vill delta i vår undersökning. Enkäten besvaras anonymt och det är helt frivilligt att delta. Enkäten har elva frågor och vi önskar att du besvarar enkäten sanningsenligt och utgår från dig själv. Läs frågorna noggrant och tänk igenom ditt svar, innan du svarar.

Vi kommer att vara på plats när undersökningen genomförs, så ni har då möjlighet att ställa frågor till oss. Skulle ni komma på frågor i efterhand kan ni kontakta oss via mail: emma.johnsson.2481@stud.gih.se,
malin.kagstrom.6302@stud.gih.se

Med vänlig hälsning

Malin Kågström och Emma Johnsson, L4L

Gymnastik och Idrottshögskolan, Stockholm

Enkätundersökning

Enkäten är frivillig och du som besvarar enkäten kommer att vara och förbli helt anonym under hela studien. Frågorna handlar om attityder till ämnet Idrott och Hälsa.

Ålder: _____

Klass: _____

Man/Kvinna _____

1. Vilket betyg hade du i idrott och hälsa i:

Grundskolan: _____

Gymnasiet: _____

Så här fyller du i frågorna med flera svarsalternativ [X].

2. Hur upplevde du din egen idrottsundervisning i:

Grundskolan?

Mycket positiv []

Ganska positiv []

Ganska negativ []

Mycket negativ []

Gymnasieskolan?

Mycket positiv []

Ganska positiv []

Ganska negativ []

Mycket negativ []

3. Varför vill du bli idrottslärare? (tillåtet att kryssa i flera alternativ)

Idrottsintresse []

Intresse för hälsa och livsstil []

Vill arbeta med barn och ungdomar []

Läraryrket, vill undervisa []

Vill ha ett arbete []

Annat: _____

4. Vad intresserar dig mest av det centrala innehållet i idrott och hälsa? (kryssa endast i ett alternativ).

Rörelse []

Hälsa och Livsstil []

Friluftsliv och utevistelse []

5. Vad har du för attityd till teoriundervisning?

Mycket positiv []

Ganska positiv []

Ganska negativ []

Mycket negativ []

6. Vad har du för erfarenhet inom följande delar i momentet rörelse? (markera med ett kryss [X] där 1 representerar Ingen erfarenhet alls och 5 Mycket erfarenhet)

Rörelse	1	2	3	4	5
Simning					
Dans					
Målspel					
Friidrott					
Nätspel					
Gymnastik					
Slagspel					
Lekar					
Styrketräning					
Konditionsträning					

7. Vad har du för attityd till följande delar i momentet rörelse? (markera med ett kryss [X] där 1 representerar Mycket negativ attityd och 5 Mycket positiv attityd)

Rörelse	1	2	3	4	5
Simning					
Dans					
Målspel					
Friidrott					
Nätspel					
Gymnastik					
Slagspel					
Lekar					
Styrketräning					

Konditionsträning					
-------------------	--	--	--	--	--

8. Vad har du för kunskap inom följande delar i momentet hälsa och livsstil? (markera med ett kryss [X] där 1 representerar Ingen kunskap alls och 5 Mycket kunskap)

Hälsa & Livsstil	1	2	3	4	5
Kosthållning					
Doping och droger					
Begreppet hälsa					
Hjärt- och lungräddning (HLR)					
Effekter av träning					
Förebyggande av skador					
Ergonomi					
Samband mellan rörelse, kost och hälsa					

9. Vad har du för attityd till följande delar i momentet hälsa och livsstil? (markera med ett kryss [X] där 1 representerar Mycket negativ attityd och 5 Mycket positiv attityd)

Hälsa & Livsstil	1	2	3	4	5
Kosthållning					
Doping och droger					
Begreppet hälsa					
Hjärt- och lungräddning (HLR)					
Effekter av träning					
Förebyggande av skador					
Ergonomi					
Samband mellan rörelse, kost och hälsa					

10. Vad har du för erfarenhet inom följande delar i momentet friluftsliv och utevistelse?
 (markera med ett kryss [X] där 1 representerar Ingen erfarenhet alls och 5 Mycket erfarenhet)

Friluftsliv & Utevistelse	1	2	3	4	5
Orientering					
Nödsituationer i/vid vatten					
Allemansrätten					
Planering av friluftsliv					
Sommarfriluftsliv (paddling, vandring)					
Vinterfriluftsliv (skidåkning, skridskor, vandring)					
Säkerhet i samband med friluftsliv					

11. Vad har du för attityd till följande delar i momentet friluftsliv och utevistelse?
 (markera med ett kryss [X] där 1 representerar Mycket negativ attityd och 5 Mycket positiv attityd)

Friluftsliv & Utevistelse	1	2	3	4	5
Orientering					
Nödsituationer i/vid vatten					
Allemansrätten					
Planering av friluftsliv					
Sommarfriluftsliv (paddling, vandring)					
Vinterfriluftsliv (skidåkning, skridskor, vandring)					
Säkerhet i samband med friluftsliv					

Tack för ditt deltagande i vår enkätundersökning!

Med vänliga hälsningar

Malin Kågström och Emma Johnsson