



# **Byta om och delta på lektionen i idrott och hälsa**

- En kvantitativ undersökning om skillnad i deltagande mellan gymnasiet och högstadiet

Joakim Bengtsson

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN  
Självständigt arbete på grundnivå 43:2015  
Fristående kurs idrott III  
Handledare: Karin Söderlund  
Examinator: Jane Meckbach

## **Sammanfattning**

### **Syfte och frågeställningar**

Syftet med undersökningen är att hitta orsaker till vad som har förändrat deltagandet på lektionerna i idrott och hälsa mellan högstadiet och gymnasiet.

Frågeställningarna är:

- Är det så att eleverna i åk 1 på en gymnasieskola byter om och deltar i idrott och hälsa undervisningen i mindre omfattning än vad de gjorde i åk 9?
- Vilka orsaker finns till att elever inte deltar i idrott och hälsa?

### **Metod**

Undersökningen har gjorts på åk 1 elever på en gymnasieskola utanför Stockholm. Elva olika klasser på nio program deltog i undersökningen. Enkäten delades ut i samband med idrott och hälsa lektioner under en veckas tid. Totalt har 209 elever svarat på enkäten.

### **Resultat**

Undersökningen visar på en liten skillnad mellan högstadiet respektive gymnasiet i hur ofta elever deltar på lektionerna i idrott och hälsa. Skillnaden ligger på de elever som ansåg att de deltog varje gång på högstadiet vilket var 61 procent medan 27 procent ansåg att de var med nästan varje gång. På gymnasiet ansåg 54 procent att de deltog varje gång medan 33 procent ansåg att de deltog nästan varje gång. Dessa skillnader syns på de yrkesprogrammen men också på de högskoleförberedande programmen ekonomi- och samhällsprogrammet.

Undersökningen visar att det som framförallt gör att eleverna väljer att inte delta på idrott och hälsa lektionerna är omklädningsrumssituationen. Att inte vilja bli svettig och därmed behöva duscha och visa sig utan kläder för andra elever styr många elever i deras tankar kring att delta eller inte delta.

### **Slutsats**

Den tydligaste slutsatsen som kan dras är att 56 procent av eleverna minst någon gång tycker att det är jobbigt att bli svettig och därmed behöva duscha. En mindre andel (10 %) av eleverna har uppgett att duschrummet på högstadiet hade duschar där man kunde avskilja sig från övriga när man duschade. 41 procent av eleverna har ju också uppgett att de minst någon gång skämts över sin kropp. Studien visar att i omklädningsrumssituationen finns det hos eleverna många tankar kring att delta eller inte.

# Innehållsförteckning

1 Inledning	5
2 Bakgrund	5
2.1 Undervisningen	5
2.2 Sam och särundervisning	6
2.3 Frånvaron	7
2.4 Forskningsläget	8
2.4.1 Varför delta	8
2.4.2 Frånvaron	9
2.4.3 Omklädning och dusch	10
2.4.4 Påverkan	11
2.5 Syfte och frågeställningar	13
3 Metod	13
3.1 Val av metod	13
3.2 Val av skola	13
3.3 Urval	14
3.4 Genomförande	14
3.5 Bortfall	15
3.6 Etiska överväganden	16
3.7 Validitet och reliabilitet	16
4 Resultat	17
4.1 Är det så att eleverna i åk 1 på en gymnasieskola byter om och deltar i idrott och hälsa undervisningen i mindre omfattning än vad de gjorde i åk9?	17
4.2 Vilka orsaker finns till att elever inte deltar i idrott och hälsa?	18
4.2.1 Trivsel	18
4.2.2 Upplevelse av idrott och hälsa lektionerna	19
4.2.3 Upplevelse av omklädningsrummet i samband med idrott och hälsa lektion	20
4.2.4 Upplevelse av idrottslärares engagemang och stöd	22
5 Sammanfattande diskussion	23

5.1 Är det så att eleverna i åk 1 på en gymnasieskola byter om och deltar i idrott och hälsa undervisningen i mindre omfattning än vad de gjorde i åk 9?	23
5.2 Vilka orsaker finns till att elever inte deltar i idrott och hälsa?	24
5.3 Slutsats	29
5.4 Kritisk värdering	30
5.5 Vidare forskning	31
6 Referenslista	32
Bilaga 1 Enkäten	36
Bilaga 2 Litteratursökning	40

# 1 Inledning

Gymnasieskolan där undersökningen gjordes på låg ganska lågt betygsmässigt i kurserna i idrott och hälsa i början på 2000 talet jämfört med snittet i Stockholm. En förändring behövdes enligt skolledningen. Fler elever skulle delta i undervisningen och betygen skulle höjas. På en skola i Skövde hittades något som kallades intresseinriktad undervisning och den introducerades på denna gymnasieskola 2002 (Svanberg 2012, s.2). Den intresseinriktade undervisningen ledde till att betygen höjdes och deltagandet ökade under 2000-talet enligt skolledningen. Idrottslärarna på gymnasieskolan i studien tycker att antalet elever som inte deltar i idrott och hälsa undervisningen av olika anledningar har ökat igen de senaste åren. Under diskussioner med en av lärarna på en av kommunens fyra högstadieskolor, så har det framkommit att elever som han haft i undervisning alltid deltog på lektionerna i idrott och hälsa på högstadiet, men på gymnasiet deltar samma elever bara sporadiskt. Detta gjorde mig intresserad av att undersöka om det är så att eleverna deltar i mindre omfattning på idrott och hälsa lektionerna på gymnasiet än vad de gjorde på högstadiet och vad som i så fall ligger bakom detta.

## 2 Bakgrund

### 2.1 Undervisningen

Intresseinriktad undervisning inom ämnet idrott och hälsa på den undersökta skolan bygger på att flera klasser schemaläggs samtidigt. På denna gymnasieskola parallell lades tre klasser samtidigt, och med tre lärare på plats samtidigt så kunde eleverna välja det innehåll på undervisningen som de gillar bäst. I Jönssons (2007, s.30) kvalitativa studie om varför elever på högstadiet inte deltar på idrott och hälsa lektionerna så säger eleverna att de önskar medbestämmande och valmöjligheter i idrott och hälsa. De val som erbjöds eleverna vid den undersökta gymnasieskolan var, boll och racket, fysisk träning och rörelse och musik. Grupperna baserades på idrottslärarnas specialiteter och kunskaper inom ämnet. Detta för att eleverna skulle få högsta möjliga kvalitet på undervisningen men också för att eleverna skulle få utöva det de tycker är roligast på lektionerna. En studie av Andersson (2013, s.19) där hon intervjuade elever i åk3 på en gymnasieskola om upplevelser av ämnet

idrott och hälsa som motivation till fysisk aktivitet visar att det är viktigt att ha roligt på lektionen för att vara motiverad att delta.

Eleverna skulle hamna i grupper där de kunde känna kompetens som är en viktig faktor för motivationen att delta på idrott och hälsa lektionerna visar Lindwall (2008, s. 54-57).

Detta ledde framförallt till att elever som inte deltagit så mycket på idrotten tidigare deltog i större omfattning än tidigare och därmed fick minst godkänt i betyg. Framförallt elever som valde musikinriktningen deltog mer och höjde sina betyg på den undersökta gymnasieskolan.

Mindre elevkullar vid den undersökta skolan har gjort att i vissa fall ligger nu bara två klasser samtidigt och därmed har eleverna bara två valmöjligheter av undervisning att välja mellan. Vid undersökningstillfället så valde 80 procent av eleverna i de två ekonomiklasserna boll och racket undervisningen vilket gjorde att den gruppen blev ohanterlig och lärarna valde att frångå intresseundervisningen och genomförde ordinarie klassundervisning istället. Schematekniska problem gör också att en del program, framförallt de yrkesinriktade, ligger ensamma på schemat och då genomförs klassundervisning. Vid denna studies genomförande har endast hälften av eleverna vid gymnasieskolan intresseinriktad undervisning i idrott och hälsa och den andra hälften har klassundervisning.

## **2.2 Sam- och särundervisning**

Intresseinriktningen av undervisningen i idrott och hälsa gör att elevgrupperna blir väldigt könsuppdelade. Man skulle kunna kalla det för särundervisning. Rörelse och musik grupperna består nästan uteslutande av flickor. I en del av grupperna fysisk träning respektive boll och racket finns det flickor men de är i minoritet. Det finns både för- och nackdelar med särundervisning. Nackdelar är att den sociala biten där pojkar och flickor interagerar med varandra försvinner. Forskning har visat att en del flickor presterar bättre bland pojkar, men sämre när de hamnar i rena flickgrupper Meckbach (2004, s. 93-94). En fördel är att flickorna får större utrymme på lektionerna när pojkarna är borta, vilket verkar vara bra för flickorna menar Patriksson (2002, s. 51). Redelius (2004, s. 2) visar att endast 32 procent av de till idrott negativt inställda flickorna vill ha könsblandad undervisning i idrott och hälsa.

## 2.3 Frånvaron

Frånvaron på lektionerna i idrott och hälsa på olika gymnasier i Sverige är ett stort problem, detta anser 36 procent av gymnasielärarna i Skolverkets (2004, s. 27) nationella undersökning (NU-03). Många elever vill inte byta om tillsammans med andra eller duscha efter idrott och hälsa lektionerna. 12 procent av eleverna i grundskolan och 7 procent på gymnasiet vill inte byta om med andra (Skolverket 2004, s. 32).

Dagens kroppsideal som unga matas med i media gör att många inte vill visa upp sig i idrottskläder eller i omklädnings- och duschrum. I Skolverkets läroplan för gymnasiet, Gy11 (Skolverket 2011b, s.83) för idrott och hälsa på gymnasiet står det i ämnets syfte, att man ska belysa konsekvenserna av olika kroppsideal. I Skolverkets läroplan för grundskolan, Lgr 11, (Skolverket 2011a, s.53) för idrott och hälsa på högstadiet finns kroppsideal inom idrotten och samhället i övrigt med i det centrala innehållet under innehållsrubriken hälsa och livsstil. Men chansen att den lilla tid som läggs på ämnet i skolan ska kunna konkurrera ut alla dessa bilder i olika medier om hur man ska se ut idag är liten. Man ska ha en ung vältränad kropp och främst för kvinnor en smal kropp som framhålls som ett ideal. En konsekvens av detta kan bli att de som anser att de ligger långt ifrån det ideala utseendet känner sig oattraktiva och därmed inte vill visa upp sig i omklädningsrum eller duschar eller i tunna kläder. (Engström & Redelius 2002, s. 24)

Av egen erfarenhet så vet jag att många barn och ungdomar inte duschar efter att de har deltagit i någon idrottsförenings verksamhet. Skillnaden här är att de kan åka hem direkt efteråt och duschar hemma. Det kan man inte i skolan, om man inte har idrott och hälsa som sista lektion på dagen. Då är den enkla vägen ut att inte delta på idrott och hälsa lektionen eller att se till så man rör sig så lite att man inte blir svettig. I Skolverkets undersökning (Skolverket 2004, s. 32) visar det sig att omkring hälften av eleverna är alltid deltar och blir andfådda eller svettiga nästan varje gång. Det betyder att den andra halvan av elever kanske brottas med tankar om att inte röra sig så mycket på lektionen så att de blir svettiga och därmed inte behöver duscha.

## 2.4 Forskningsläget

### 2.4.1 Varför delta?

I Skolverkets nationella undersökning (Skolverket 2004, s. 29) anser de flesta eleverna att ämnet idrott och hälsa är intressant. Majoriteten (87 %) tycker så i åk 6 och tre av fyra elever i åk 9 och gymnasiet i åk 2. Intresset är högre bland pojkar än flickor i alla skolår. Två tredjedelar tycker också att det är för lite tid för ämnet i skolan oavsett vilket skolår de går, särskilt pojkarna i de två äldre åldersgrupperna. Vad är det då som gör att ämnet är så populärt? Vad motiverar barn och ungdomar till att delta i ämnet och till att vara fysiskt aktiva?

En studie av Nilsson och Pavlovic (2005, s.25) visar att både flickor och pojkar anser att det är mycket viktigt att den fysiska aktiviteten ska vara rolig om man ska delta i den. Bull skriver, "När man undersöker vad barn och ungdomar anger som skäl till att de är fysiskt aktiva och vill delta så är glädje, det vill säga att man tycker att aktiviteten är rolig, en av de faktorer som genomgående framstår som mycket viktig" (Bull 1999, s.136). "I en italiensk studie med 2500 idrottsutövande ungdomar angavs glädje som den viktigaste anledningen till deltagande av nästan hälften av de tillfrågade" (Biddle & Mutrie 2001, s.40). Andersson menar "Att ha roligt var någonting centralt i informanternas syn på vad som motiverar till fysisk aktivitet" (Andersson 2013, s.19). I Skolverkets nationella utvärdering går att läsa att "Flest anser det mycket viktigt att ha roligt genom att röra på sig" (Skolverket 2004, s. 31). Även Bråkenhielm (2008, s. 30-33) betonar att det är glädjen av att röra på sig och att det ska vara roligt som påverkar elevernas deltagande. Men hon tar även upp betygsättningen och miljön (omklädningsrum och dusch) som orsaker till hur mycket eleverna deltar. Mer forskning ger liknande svar vad gäller höga betyg i idrott och hälsa. Ekerstam och Repa menar att "Resultat visar att elever främst väljer att delta under idrott och hälsa lektionerna för att kunna nå höga betyg" (Ekerstam & Repa 2013, s. 2). I skolverkets nationella undersökning (Skolverket 2004, s. 30) visar det sig att 20 procent av eleverna i åk 9 bara deltar för att få betyg. På gymnasiet är siffrorna för flickor 9 procent och för pojkarna 18 procent.

Samma undersökning visar också att kunskaper i ämnet idrott och hälsa anses som viktigt för att kunna skapa sig en meningsfull fritid. Detta menar två tredjedelar av eleverna i åk 9 och drygt hälften av eleverna på gymnasiet. (Skolverket 2004, s. 30)



## 2.4.2 Frånvaron

Trots ämnets popularitet så anser gymnasielärarna i Skolverkets nationella utvärdering att frånvaron på lektionerna i idrott och hälsa är ett stort problem, då underlag för betyg kan komma att saknas. Drygt en tredjedel (36 %) av gymnasielärarna tycker att frånvaron är ett problem i hög eller mycket hög grad på en femgradig skala och var femte lärare (20 %) tycker i mycket hög grad. Grundskollärarna anser inte att det är ett lika stort problem, då 7 procent har angett att det är ett problem i hög eller mycket hög grad vilket är en stor skillnad mot gymnasielärarna (Skolverket 2004, s. 27).

Enligt samma undersökning deltar nästan alla elever i åk 6 i undervisningen, endast 2 procent deltar sällan eller aldrig. I årskurs 9 deltar 11 procent sällan eller aldrig medan siffran är 7 procent i gymnasiet årskurs 2 (Skolverket 2004, s. 32). Alltså ökar deltagandet på idrott och hälsa lektionerna från åk 9 till gymnasiet i denna undersökning. Ändå tycker gymnasielärarna att frånvaron är ett mycket större problem än vad grundskollärarna tycker.

Internationell och svensk forskning visar på ett annat mönster. Enligt undersökningen som Couturier et al (2007, s.152) gjorde i USA så sjunker deltagandet på idrottslektionerna under gymnasietiden, detta gäller både flickor och pojkar. Det fanns miljömässiga och sociala hinder för att inte delta, så som obehag vid dusch och ombyte framförallt bland flickorna. Men slutsatsen var framförallt att de olika behov och intressen som eleverna har måste tillfredställas för att få elever att delta i undervisningen annars, känns fysisk aktivitet inte så meningsfull.

Även Ericsson (2005, s. 24-27) skriver att det framför allt är i de högre åldrarna som det finns elever som väljer att inte delta i de fysiska aktiviteter som skolan erbjuder inom ämnet idrott och hälsa.

Vad är det då som gör att elever inte deltar i undervisningen i idrott och hälsa? Enligt Perssons (2009, s. 1) undersökning där han intervjuade tio unga personer som gått ut gymnasiet med IG (underkänt) i betyg varierade skälen. Dessa personer uppgav att de trodde att deras IG berodde på skolk och de var säkra på att om de bara deltagit aktivt hade de fått G (godkänt) i betyg. Vidare skriver han:

Många var skoltrötta och hade svårt att motivera sig oavsett ämne. Medicinska skäl uppgavs. Medan några inte tyckte om innehållet, det var samma som på grundskolan och inte anpassat till att de blivit äldre och gick på gymnasiet. För lite individualisering. Stress och obehag över att behöva ha med sig kläder, byta om, bli svettig och duscha och sedan behöva jäkta tillbaka till andra lektioner som kanske inte ligger i samma byggnad som idrottshallen. Att byta om och idrotta tillsammans med andra uppgavs också som skäl till att inte delta. En tjej var rädd för kommentarer och ”talande blickar” om hennes kropp och om hur hon utförde olika rörelser på lektionen. Några hade blivit beroende av dataspel och en elev spelade gitarr hela tiden i hopp om att en dag bli musiker. Det var egentligen bara en elev som verkligen hatade ämnet. Studien visar på den komplexa tillvaro som många elever lever i och som gör att de av många olika anledningar förutom att de hatar Idrott och Hälsa väljer att inte delta på lektionerna.

Även Jönssons (2007, s. 19-33) undersökning visar på liknande svar på varför elever inte deltar på lektionerna i idrott och hälsa. Att man har ”värk” eller har glömt kläder är orsaker för elever med negativ inställning till ämnet att inte vilja eller orka delta. Vissa tycker inte om läraren eller tycker att läraren är tråkig eller är svår att kommunicera med. Att förstöra för sina lagkamrater eller att göra bort sig, vilket innebär att man kan bli utpekad eller utskrattad anger många som skäl till att inte delta.

Även Bennerhags (2007, s. 32-34) studie visar på liknande orsaker varför eleverna inte deltar på idrott och hälsa lektionen. Dåligt självförtroende, bristande motivation och oengagerade lärare lyfter hon särskilt fram.

### **2.4.3 Omklädning och dusch**

Omklädningsrummet och duschrummet oroar många elever både innan, under och efter lektionen. I Skolverkets nationella undersökning (Skolverket 2004, s. 32) visar det sig att omkring hälften av eleverna alltid är med och blir andfådda eller svettiga nästan varje gång. Det betyder att många elever brottas med tankar om att inte röra sig så mycket på lektionen så att de blir svettiga och därmed behöver duscha. Det är stora könsskillnader. Var fjärde (25 %) flicka i åk 9 rör sig inte så mycket, vilket kan jämföras med 3 procent av pojkarna i samma skolår. Flickor har en lägre fysisk aktivitetstatus i förhållande till pojkar (Meckbach & Lundvall 2008, s. 12). Även Raustorp (2011, s. 66-69) visar att flickor tar ett mindre antal steg på en idrott och hälsa lektion jämfört med pojkar. 12 procent av eleverna i grundskolan och 7 procent på gymnasiet vill inte byta om tillsammans med andra. Detta innebär givetvis en dålig start på lektionerna för dessa elever.

Skillnader över tid och mellan könen finns också. Går man tillbaka till Skolverkets NU-92 (Mattsson 1994) så är det betydligt fler flickor än pojkar som anser att det är obehagligt när andra tittar på dem, medan det är fler pojkar (17 %) än flickor (11 %) som inte vill byta om med andra enligt Skolverkets NU-03 (Skolverket 2004, s.140). Dock är frågorna ställda på olika sätt, men i båda fallen handlar det om elevernas känslor inför att visa sig för andra elever.

Couturier et al (2007, s. 152) visar i sin studie att 48 procent av flickorna känner obehag vid dusch, ombyte och att de inte hinner göra sig i ordning efter att ha blivit svettiga, vilket blir ett hinder för deltagande i undervisningen.

Webb (2010, s. 24) visar i sin undersökning att en del elever har svårt att få med sig rätt kläder och utrustning. En av eleverna i undersökningen känner sig väldigt stressad på morgonen, hon går upp 30 minuter innan hon börjar i skolan, det gör att hon ofta glömmer sin väska och det leder till att hon inte kan delta i idrottsundervisningen. En annan elev tycker att det är jobbigt att ta med sig sina idrottskläder till skolan. Detta kan också betyda att man inte vill delta och skyller på att man glömt idrottskläder. En flicka sa att hon slapp ta med väskan med sminkprodukter för hundratalskronor om hon inte deltog i idrottsundervisningen. Utseendets betydelse blir så stort att det medför ett hinder till att delta i idrottsundervisningen.

#### **2.4.4 Påverkan**

Vilket program man går på och påverkan från klasskamrater spelar också in om man deltar på lektionen eller inte. Individens val att vara fysiskt aktiv eller inte liksom deras smak för olika idrottsaktiviteter kan enligt Engström (1999, s. 42) ses som en markör för social position. Detta perspektiv är en intressant företeelse i skolan, och som uppträder inom de olika nationella programmen, såväl de yrkesförberedande som de studieförberedande (Persson 2009, s. 18).

Vidare skriver Engström (1999, s. 41) att genom valet att ägna sig åt en viss aktivitet ger man uttryck för, signalerar man och signalerar tillhörighet respektive avståndstagande. Persson skriver ”Att t.ex. ägna sig åt motionsidrott för att vinna hälsa och få en vältrimmad kropp är

endast eftersträvansvärt i ett sammanhang där sådan verksamhet ger individen ett socialt värde” (Persson 2009, s.23). Larssons (2003) forskning visar att:

Drygt 25 % av eleverna på gymnasiet deltar i färre än 70 % av lektionerna. Ungefär hälften av eleverna kommer till lektionerna men har inte bytt om till idrottskläder och deltar inte aktivt i lektionen. Det är ingen större skillnad mellan könen utan den största skillnaden finns mellan de olika gymnasieprogrammen. Eleverna i de yrkesförberedande programmen deltar betydligt mindre än de elever som valt ett studieförberedande program. (Larsson 2003, s. 30)

Vidare skriver Persson (2009):

En del av dessa elever kanske egentligen skulle vilja vara med men på deras gymnasieprogram eller i deras klass är det inte rätt beteende. Inaktivitet är också något som ”ärvs” inom vissa program. Det betyder att det finns oskrivna regler för vad som anses rätt respektive fel beteende eller åsikt. (Persson 2009, s. 15)

Larsson (2003, s. 64) menar att själva konstruktionen av gymnasieskolans program bygger in en social stratifiering som både elever och lärare kan tänkas underbygga.

I Ericssons (2009, s. 16) uppsats visar det sig att skillnaden mellan de studieförberedande programmen och de yrkesförberedande programmen är anmärkningsvärt stor i hur ofta man deltar på idrott och hälsa-lektionerna. Majoriteten (69 %) av eleverna i de studieförberedande deltog alltid i ämnet idrott och hälsa mot 32 procent av eleverna i de yrkesförberedande programmen.

I Bennerhags (2007, s. 33) examensuppsats framgår att elever påverkades av sina kamrater. Dessa elever gjorde val efter vad deras kompisar gjorde och på grund av grupstrycket deltog de inte i undervisningen i idrott och hälsa.

I Arwidsons (2013, s. 24) studie visar det sig att 39 procent av eleverna tappar motivation till att delta på idrott och hälsa lektionen på grund av omotiverade och negativt inställda klasskamrater. Många elever i en klass som är omotiverade kan leda till en ond cirkel där fler och fler elever uteblir från lektionerna. Därför är det viktigt att motverka det här problemet för att få med så många elever som möjligt på lektionerna i idrott och hälsa.

Webb (2010, s. 24-25) visar i sin undersökning också på att elever påverkar varandra. En elev uttrycker att flera elever inte deltar när det är bollspel på lektionerna och då gör hon likadant.

En annan sade att det inte var kul om inte alla tjejer deltar, därför valde hon att inte delta. Ytterligare en elev berättade om att han fick frågan från några klasskamrater om han inte ville följa med till caféet istället för att gå till lektionen i idrott och hälsa. Han föll för grupptricket och följde med till caféet.

## **2.5 Syfte och frågeställningar**

Syftet med undersökningen är att hitta orsaker till vad som har förändrat deltagandet på lektionerna i idrott och hälsa mellan högstadiet och gymnasiet.

Frågeställningarna är:

- Är det så att eleverna i åk 1 på en gymnasieskola byter om och deltar i idrott och hälsa undervisningen i mindre omfattning än vad de gjorde i åk 9?
- Vilka orsaker finns till att elever inte deltar i idrott och hälsa?

## **3 Metod**

### **3.1 Val av metod**

För att genomföra undersökningen valdes enkät som metod, vilket är en kvantitativ metod. Denna metod lämpar sig bäst för att kunna få underlag för att besvara frågeställningarna (Trost 2001, s.22). Intervjuer valdes bort för att ha bredden i undersökningen och inte djupet.

Det fanns fyra eller fem svarsalternativ på varje fråga och man kryssade för det alternativ som mest stämde in. Efter varje del av frågor finns också några rader för att lämna kommentarer eller förtydliga sitt svar, och också en fråga kring vad som motiverar elever som har skrivit att de går på idrott och hälsa lektionerna varje gång eller nästan varje gång.

Det optimala hade dock varit att sedan man gjort undersökningen också djupintervjuat några elever men det hade tagit väldigt mycket tid i anspråk.

### **3.2 Val av skola**

Gymnasieskolan där denna studie utfördes ligger i en kommun i Stockholms län med ca 25000 invånare. Man skulle kunna kalla kommunen en kranskommun eller en förort till Stockholm. Invånarna i kommunen är i ett genomsnitt vad man skulle kunna benämna av

medelklass. Det finns fyra högstadieskolor i kommunen. Från dessa hämtar gymnasieskolan ca hälften av sina 800 elever. Den andra hälften av elever kommer till stor del från grannkommunen.

### **3.3 Urval**

För att begränsa urvalet så har undersökningen gjorts på åk 1 elever på en gymnasieskola. Detta för att åk 1 elever borde ha lättare för att komma ihåg och jämföra med hur det var på högstadiet gentemot elever i åk 2 på gymnasiet. Däremot skulle åk 2-elever vara mer insatta i ämnet idrott och hälsa på gymnasiet för att kunna göra jämförelser med högstadiet.

De nio olika programmen (5 högskoleförberedande och 4 yrkesprogram) som finns på gymnasieskolan är: estetiska programmet, samhällsprogrammet, ekonomiprogrammet, naturvetenskapsprogrammet, teknikprogrammet, handelsprogrammet, fordons- och transportprogrammet (personbils- och lastbilmekaniker samt transport) och bygg- och anläggningsprogrammet (inriktning anläggning).

Av de här programmen har teknikprogrammet och naturvetenskapsprogrammet intresseinriktad idrott och hälsa tillsammans i två grupper och två klasser från samhällsprogrammet och estetiskaprogrammet har intresseinriktad undervisning tillsammans i tre grupper. Övriga program har idrott och hälsa undervisning bara med sin egen klass.

### **3.4 Genomförande**

En pilotstudie på tio elever i åk 2 gjordes en vecka innan studien för att kontrollera att frågorna inte tolkades fel på något sätt vilket pilotstudien inte visade. Så några förändringar i enkäten behövdes inte. Studien gjordes under en veckas tid i mitten på mars, då hade eleverna gått ca sju månader i åk 1 och det var mindre än ett år sedan de gick på högstadiet.

Enkäten delades ut i början på en idrottslektion, detta för att deltagarna inte skulle känna att de fick gå när de var klara och därmed hafsade igenom enkäten. Detta kunde hänt om enkäten hade delats ut på slutet av lektionen. Inga elever letades upp efter lektionen utan enbart de som var där på den aktuella lektionen fyllde i enkäten. Enkäten delades också ut en vecka

efter att eleverna hade haft utvecklingssamtal, vilket brukar borga för att många elever var närvarande och kunde delta i undersökningen (se bilaga 1).

Cirka hälften av klasserna/grupperna hade teorilektion den valda veckan då studien genomfördes och satt då i en teorisal vid ett bord och hade med sig penna.

Den andra hälften av eleverna som hade praktisk idrott och hälsa lektion fyllde i enkäten i idrottshallen utspridda över golvet. Jag tog med pennor så att alla skulle ha det och ingen onödig tid skulle slösas bort.

Jag deltog vid alla tillfällen då enkäten fylldes i för att ge all nödvändig information och för att kunna svara på eventuella frågor och se att allt gick korrekt till.

### **3.5 Bortfall**

209 elever av 247 deltog i undersökningen. 122 pojkar och 87 flickor. Det gör en deltagarfrekvens på 84,6 procent.

Antal elever som deltog i de olika programmen ser ut som följer:

Bygg och anläggningsprogrammet 8 av (7 pojkar 1 flicka) 11

Ekonomiprogrammet 44 (27 pojkar 17 flickor) av 49

Estetiskaprogrammet 23 (10 pojkar 13 flickor) av 25

Samhällsprogrammet 44 (13 pojkar 31 flickor) av 46

Handelsprogrammet 11 (10 pojkar 1 flicka) av 23

Teknikprogrammet 25 (22 pojkar 3 flickor) av 28

Fordon-transportprogrammet 16 (15 pojkar 1 flicka) av 18

Fordon-mekaniskprogrammet 12 (11 pojkar 1 flicka) av 16

Naturvetenskapligaprogrammet 26 (7 pojkar 19 flickor) av 31

Några elever har valt att inte svara eller har missat att svara på någon enstaka fråga men inte så att det är något mönster att eleverna inte har förstått frågan. Fem missade svar fanns det på en fråga, vilket var det största bortfallet. Det betyder 2,4 procent i bortfall som mest på en enskild fråga. Övriga frågor som inte exakt alla svarade på hade ett bortfall på tre missade svar eller mindre.

### 3.6 Etiska överväganden

I uppsatsen utelämnas vissa delar för att kunna garantera elevernas anonymitet.

Några klasser är ganska små och på enkäten skulle eleverna skriva i om de är en pojke eller flicka och detta gör att det går att identifiera vissa elevers enkätsvar.

De forskningsetiska principerna gick igenom innan eleverna gjorde enkäten (Vetenskapsrådet, 2002).

- Informationskravet som innebär att alla som deltar i undersökningen informeras om uppgiften.
- Samtyckeskravet där alla deltagare gjordes uppmärksamma på att det var frivilligt att delta
- Konfidentialitetskravet vilket betyder att alla kommer att vara anonyma vid Sammanställningen
- Nyttjandekravet som innebär att informationen inte används i något annat syfte än det som deltagarna har fått reda på.

### 3.7 Validitet och reliabilitet

För att se till att god validitet och reliabilitet skulle uppnås genomfördes en pilotundersökning med ett tio elever från åk 2 för att se att inga missförstånd fanns bland frågorna. Jag deltog vid varje undersökningstillfälle så att allting gick till på samma sätt varje gång och att inget skulle missförstås. De forskningsetiska principerna klargjordes varje gång.

Majoriteten (84,6 %) av eleverna i åk 1 svarade på enkäten vilket får anses som bra svarsfrekvens. Det var lågt bortfall på varje enskild fråga, 2,4 procent som högst. Detta gör att enkäten får anses som väl genomarbetad. Av egen erfarenhet vet jag hur svårt elever har att bedöma hur ofta de har varit med på lektionerna i idrott och hälsa när man frågar dem i andra fall. Tanken med frågan om hur ofta deras närmaste kamrater deltar på lektionerna i idrott och hälsa är att överbrygga det problemet för att säkerställa en högre validitet. Med detta får det anses att det är god validitet och reliabilitet i undersökningen, dvs. den mätte det som skulle mätas och samma svar skulle fås igen om undersökningen gjordes om.



## 4 Resultat

Syftet med undersökningen var att hitta orsaker som har förändrat deltagandet på lektionerna i idrott och hälsa mellan högstadiet och gymnasiet. Resultaten av enkäten presenteras nedan utifrån de två frågeställningar som är framskrivna för att kunna besvara undersökningen syfte.

### **4.1 Är det så att eleverna i åk 1 på en gymnasieskola byter om och deltar i idrott och hälsa undervisningen i mindre omfattning än vad de gjorde i åk 9?**

På frågan om hur ofta de är med på lektionerna i idrott och hälsa så svarar 87 procent att de är med varje gång eller nästan varje gång både på gymnasiet och på högstadiet. Skillnaden ligger i att 61 procent ansåg att de var med på lektionerna på högstadiet varje gång jämfört med 54 procent på gymnasiet.

När eleverna sedan ska bedöma hur ofta deras närmaste kamrater är med på lektionerna i idrott och hälsa så sjunker siffrorna på de som är med varje gång ganska rejält. Endast 35 procent tycker att deras närmaste kamrater är med på lektionerna varje gång på gymnasiet och de tyckte att 47 procent var det när de gick på högstadiet. En elev på ekonomiprogrammet skrev så här: ”fler som deltog på högstadiet, seriösare från eleverna”.

Dock anser fler elever på naturvetenskapsprogrammet att de är med på idrott och hälsa varje gång på gymnasiet jämfört med högstadiet. Det är det enda program som uppvisar dessa siffror. Även flickor uppvisar ett högre deltagande på lektionerna i idrott och hälsa på gymnasiet jämfört med högstadiet. Lägst deltagande finns på yrkesprogrammen. En kommentar från en elev på fordon-mekaniska är ”ingen är typ med på idrotten” och då har han bara svarat ”ganska roligt”.

På frågan vad som motiverar dig att gå på idrott och hälsalektionen så svarade en elev på fordon-transportprogrammet: ”man måste vara godkänd i idrotten för att få yrkeskompetensen”. Trots detta så uppger 31 procent av eleverna på fordon-transportprogrammet att de bara deltar någon gång på idrott och hälsa lektionerna. Hela 58 procent på fordon-mekaniskaprogrammet anser att de är med någon gång eller ingen gång.

Det var fler elever som var på idrott och hälsa lektionerna som ej var ombytta på högstadiet i relation till gymnasiet. En elev på samhällsprogrammet skrev så här ”vi körde alltid spökboll så även om man inte var ombytt kunde man vara med”

En mindre andel (5 %) tycker att idrott och hälsa lektionerna på gymnasiet är ganska tråkiga eller tråkiga. Men 13 procent anser att de bara är med någon gång eller ingen gång, och 10 % är på gymnasiet idrott och hälsa lektioner på gymnasiet ej ombytta varje gång eller nästan varje gång.

**Tabell 1.** Elevernas svar på deltagandet på idrott och hälsalektionerna. Svaren i procent.

Fråga	Varje gång	Nästan varje gång	Någon gång	Ingen gång
Hur ofta är du med på idrottslektionerna?	53,6	33,0	11,5	1,9
Hur ofta var du med på idrottslektionerna på högstadiet?	60,8	27,3	11,0	1,0
Hur ofta är dina närmaste klasskamrater med på idrottslektionerna?	35,0	54,4	8,8	1,9
Hur ofta var dina närmaste klasskamrater med på idrottslektionerna på högstadiet?	46,9	44,0	8,6	0,5
Hur ofta är du på idrottslektionerna men är ej ombytt?	2,9	7,7	39,4	50,0
Hur ofta var du på idrottslektionerna men var ej ombytt på högstadiet?	2,7	9,1	47,4	40,2

## 4.2 Vilka orsaker finns till att elever inte deltar i idrott och hälsa?

### 4.2.1 Trivsel

Majoriteten (95 %) av eleverna i åk 1 på skolan trivs i sin klass och i sin undervisningsgrupp. Skillnaderna mot hur eleverna trivdes i sin högstadielklass är små. Här sticker de elever som går samhällsprogrammet ut i negativ bemärkelse där enbart var fjärde (25 %) elev trivs mycket bra i sin gymnasieklass. Ytterligare 23 % trivs bra i sin klass, betydligt lägre siffror

än vad hela åk 1 har svarat. Siffrorna är bättre för samhällsprogrammet när det gäller trivseln i idrott och hälsa gruppen där 29 procent trivs mycket bra och 46 procent trivs bra och i sin högstadielklass trivdes 39 procent mycket bra och 35 procent bra.

Det är ett mindre antal flickor än pojkar som i den totala undersökningen har svarat att de trivs mycket bra i klassen, 41 procent mot 62 procent, på högstadiet, 44 procent mot 58 procent och framförallt i idrott och hälsa gruppen, 26 procent mot 54 procent. En elev i estetprogrammet har skrivit så här ”känner inte alla bra det gör det svårare att känna sig avslappnad på idrotten”.

**Tabell 2.** Elevernas upplevelse av trivsel i klassen, idrottsgruppen eller i klassen på högstadiet. Svaren i procent.

Fråga	Mycket bra	Bra	Ganska bra	Inte så bra	Inte alls
Hur trivs du i klassen?	52,2	26,3	17,2	3,8	0,5
Hur trivs du i idrottsgruppen?	43,0	37,0	15,0	5,0	0,0
Hur trivdes du i din högstadielklass	51,9	31,3	12,0	1,9	2,9

#### 4.2.2 Upplevelse av idrott och hälsa lektionerna

Lektionerna i idrott och hälsa anser majoriteten (95 %) är mycket roliga, roliga eller ganska roliga på gymnasiet. Endast 5 procent tycker att de är ganska tråkiga eller tråkiga. Siffrorna är något lägre i relation till upplevelsen på högstadiet där 87 procent tycker att lektionerna i idrott och hälsa på högstadiet var mycket roliga, roliga eller ganska roliga och 13 procent tycker att de var ganska tråkiga eller tråkiga. När eleverna utvecklar och kommenterar sina svar på dessa frågor så blir nyckelorden att vad som motiverar många att delta är just ”roligt” ”kul” och ”betyg”

Mer än var femte elev (22 %) tycker att idrott och hälsa var mycket roligt på högstadiet jämfört med gymnasiet där 12 procent tycker att den var mycket rolig men fler tyckte också att idrott och hälsa lektionerna var ganska tråkiga eller tråkiga på högstadiet, 13 procent mot 5 procent på gymnasiet.

En elev på naturvetenskapsprogrammet skrev följande ” det är inte lika varierande lektioner på gymnasiet mot hur det var på högstadiet”

Endast 2 procent av eleverna på ekonomiprogrammet tycker att idrott och hälsa lektionerna är mycket roliga medan 28 procent på teknikprogrammet tycker att de är mycket roliga. En elev från ekonomiprogrammet skrev så här: ”tråkigt att man inte fick inriktningen man ville ha i början på året”.

Teknikprogrammet har tillsammans med naturvetenskapsprogrammet intresseinriktad idrott och hälsa undervisning fördelat i en boll- och racket grupp respektive en fysgrupp. En elev på naturvetenskapsprogrammet skriver på frågan vad som motiverar dig till att gå till lektionerna i idrott och hälsa så här: ”det beror ju såklart på vad man gör på lektionen men jag gillar att man kan välja intresseinriktad idrottsgrupp här”

Flickor tycker att lektionerna i idrott och hälsa är mindre roliga än vad pojkar tycker i denna undersökning där 48 procent av flickorna mot 61 procent av pojkarna tycker att lektionerna är mycket roliga eller roliga på gymnasiet.

**Tabell 3.** Elevernas upplevelse av idrott och hälsa lektionerna. Svaren i procent.

Fråga	Mycket roliga	Roliga	Ganska roliga	Ganska tråkiga	Tråkiga
Hur upplever du idrottslektionerna?	12,0	43,8	38,9	4,8	0,5
Hur upplevde du idrottslektionerna på högstadiet?	22,5	38,8	26,0	11,0	1,9

#### 4.2.3 Upplevelse av omklädningsrummet i samband med idrott och hälsa lektion

Frågan som sticker ut här är frågan om eleverna tycker det är jobbigt att bli svettig och därmed behöva duscha. Det är 22 procent som tycker att det varje gång eller nästan varje gång är jobbigt att bli svettig och därmed behöva duscha. Om vi lägger till de som någon gång tycker det är jobbigt så landar resultatet på 55 procent av eleverna som funderar på före, under eller efter lektion om det är värt att bli svettig på lektionen eller kanske t.om att inte delta på lektionen i idrott och hälsa.

Det är en mindre del elever som tycker det är jobbigt att byta om med andra eller skäms för sin kropp resultatet visar att omkring 12 procent av eleverna tycker det varje gång eller nästan varje gång. Läger man på de som tänker så här någon gång så blir det omkring 40 procent av eleverna. En elev på naturvetenskapsprogrammet skrev så här ” jag har alltid känt mig obekväm med att byta om framför andra människor, men inte för att jag skäms eller är rädd för att bli mobbad”

Man kan överlag säga att eleverna på yrkesprogrammen inte tycker det är lika jobbigt att byta om med andra eller skäms över sina kroppar som eleverna uppger på de högskoleförberedandeprogrammen. Samhällsprogrammet vars elever var de som trivdes sämst i sin klass är också det programmet med högst negativa siffror på dessa frågor. Majoriteten (74 %) av eleverna på samhällsprogrammet tycker att det är jobbigt att bli svettig och därmed behöva duscha någon gång eller mer. I den här delen av undersökningen finns de svar där det skiljer mest mellan pojkar och flickor. Runt 60 procent av flickorna har svarat att de tycker det är jobbigt att byta om med andra eller skäms över sin kropp minst någon gång. Var femte flicka (21 %) tycker det varje eller nästan varje gång. Över 70 procent av flickorna tycker det är jobbigt att bli svettig och därmed behöva duscha minst någon gång och 36 procent tycker det varje gång eller nästan varje gång.

Många elever har lämnat kommentarer kring omklädningsrum och duschar. En elev på teknikprogrammet” skriver: ”på högstadiet hade vi draperier i duscharna vilket gjorde det mindre pinsamt att duscha”. En elev på estetiskaprogrammet uttrycker följande: ” vi hade flera omklädningsrum på förra skolan, det var bättre”. Elev från det estetiskaprogrammet skrev: ”på min förra skola fanns bra avskilda duschar och då var det ok att duscha efter idrotten”. Elev från samhällsprogrammet uttryckte följande: ”skillnaden är att vi hade individuella duschar med draperier på högstadiet”. En elev på samhällsprogrammet skrev: ”i högstadiet hade inte lika många klasser idrott samtidigt och vi hade bås duschar med lås inifrån”. Och slutligen en elev på samhällsprogrammet skrev att: ” i högstadiet duschade jag alltid om jag var ombytt och svettig, nu duschar jag aldrig”.

**Tabell 4.** Upplevelse av omklädningsrummet i samband med idrott och hälsa lektion. Svaren i procent.

Fråga	Varje gång	Nästan varje gång	Någon gång	Ingen gång
Jag tycker det är jobbigt att byta om med andra människor.	5,3	6,7	24,0	64,1
Jag skäms över hur min kropp ser ut.	6,7	5,7	28,2	59,3
Det händer att en del blir mobbade/retade i omklädningsrummet för sitt utseende.	0,5	0,5	7,7	91,3
Det händer att en del blir mobbade/retade i omklädningsrummet för sina kläder.	0	0,5	5,8	93,8
Jag tycker det är jobbigt att bli svettig och därmed behöva duscha.	11,6	11,1	33,0	44,4

#### 4.2.4 Upplevelse av idrottslärarens engagemang och stöd

Här tycker nästan alla (96 %) att idrottsläraren är engagerad varje gång eller nästan varje gång och 90 procent tycker att det är lätt att prata med idrottsläraren varje gång eller nästan varje gång. Det är ungefär samma siffror på alla programmen och ingen skillnad mellan flickor och pojkar.

Elev från naturprogrammet skrev att: ”det var lite lättare i 9:an eftersom man kände lärarna bättre men man kommer ju att lära känna dessa nya lärare också”

**Tabell 5.** Upplevelse av idrottslärarens engagemang och stöd. Svaren i procent.

Fråga	Varje gång	Nästan varje gång	Någon gång	Ingen gång
Upplever du att din idrottslärare är engagerad på idrottslektionerna.	80,3	15,8	3,9	0
Upplever du att det är lätt att prata med din idrottslärare.	73,4	16,7	9,4	0,5

## 5 Sammanfattande diskussion

Syftet med studien var att hitta orsaker till ett förändrat deltagandemönster hos eleverna mellan högstadiet och gymnasiet. I denna avslutande del kommer jag att diskutera resultaten utifrån undersökningens två frågeställningar.

### 5.1 Är det så att eleverna i åk 1 på en gymnasieskola byter om och deltar i idrott och hälsa undervisningen i mindre omfattning än vad de gjorde i åk 9?

När eleverna ska uppge hur ofta de är med på idrott och hälsa lektionerna så uppger majoriteten (87 %) att de är med varje gång eller nästan varje gång på både gymnasiet och högstadiet. När eleverna sedan ska bedöma hur ofta deras närmaste klasskamrater är med på idrott och hälsa så sjunker siffrorna ganska mycket och vi närmar oss nog sanningen lite mer. Skillnaden ligger i att fler har uppgett att de deltog på undervisningen i idrott och hälsa varje gång på högstadiet jämfört med på gymnasiet.

Ericsson (2005, s.24-27) och Couturier et al (2007, s.152) visar att motivationen till att delta på lektionerna minskar ju äldre man blir till skillnad mot Skolverkets nationella undersökning NU-03 (Skolverket 2004, s.32) som visar att fler deltar på idrott och hälsa under gymnasiet andra år än i åk 9. Denna studie visar att eleverna deltar i mindre omfattning på gymnasiet än på högstadiet. Orsaken till skillnaden på Skolverkets nationella undersökning och denna studie kan vara eleverna i åk 2 är på väg att få betyg och därmed deltar i större omfattning än eleverna i åk 1 i denna studie.

En notering som man kan göra är att fler elever var på idrott och hälsa lektionerna ej ombytta på högstadiet än på gymnasiet. En elev lämnade en kommentar om att man ganska ofta spelade spökboll och då kunde man vara med utan att vara ombytt. Idrottslärarna på detta gymnasium är tydliga med att elever inte deltar på idrott och hälsa lektionen om de inte är ombytta vilket kan leda till ett lägre deltagande från några jämfört med högstadiet.

Naturvetenskapsprogrammet är det enda program som uppvisar att de deltar mer på idrott och hälsa på gymnasiet än vad de gjorde på högstadiet. På naturvetenskapsprogrammet går de elever som är mest studiemotiverade och för dessa elever är betyget viktigt för att komma in på högskolan/universitetet, vilket också stämmer med Ekerstam & Repas undersökning där ”Resultat visar att elever främst väljer att delta under idrott och hälsa lektionerna för att kunna nå höga betyg” (Ekerstam & Repa 2013, s. 2).

Även flickor deltar mer på idrott och hälsa på gymnasiet jämfört med på högstadiet i denna studie. I Skolverkets nationella utvärdering, NU03 (Skolverket 2004, s. 30) visar det sig att var femte elev (20 %) i åk 9 deltar bara för att få betyg. På gymnasiet är siffrorna för flickor 9 procent och för pojkarna 18 procent.

## **5.2 Vilka orsaker finns till att elever inte deltar i idrott och hälsa?**

Många elever på skolan trivs i sin klass och i sin intresseinriktade idrott och hälsa grupp. Skillnaderna mot hur eleverna trivdes i sin högstadielklass är små. Några elever har svarat att de inte trivs så bra eller inte trivs alls. Jämfört med högstadiet så har något fler elever kryssat i kolumnen att man trivs ”ganska bra” vilket kan vara en kolumn man kryssar i om man inte riktigt vet hur man trivs. Detta kan bero på att när eleverna kommer till åk 9 så har eleverna gått några år med samma klass och då är det lättare att bedöma hur bra man trivs i sin klass. Undersökningen gjordes i mars månad på gymnasiet åk1 och då hade eleverna gått lite mer än ett halvt år i sin klass och de kanske inte riktigt ännu vet hur bra de trivs. De elever som har intresseinriktad undervisning i idrott och hälsa möter en gång i veckan elever från en eller två andra klasser vilket gör att det tar ännu längre tid att lära känna hela gruppen.

Ett program sticker ut i negativ bemärkelse när det gäller trivsel och det är samhällsprogrammet, där framförallt väldigt lite elever skrivit att de trivs mycket bra i sin klass jämfört med övriga klasser på skolan. Dessa elever uppvisar samma mönster när det gäller hur de trivdes på högstadiet i sin klass och även i sin idrott och hälsa grupp. Samma elever har också senare i undersökningen svarat att de inte tycker om att byta om med andra, skäms över sin kropp och vill inte bli svettiga på idrott och hälsa lektionerna för att de inte vill duscha.



Estetiskprogrammet som har idrott och hälsa tillsammans med samhällsprogrammet i tre intresseinriktade grupper visar inte upp samma resultat. Detta kan bero på att eleverna på detta program är tryggare i sig själva för att de trivs i sin klass. Om det är en tillfällighet med just den här årgången på samhällsprogrammet är svårt att uttala sig om. Flickor överlag i denna undersökning visar upp sämre siffror på trivsel än vad pojkar gör och just samhällsprogrammet består av mer än dubbelt så många flickor som pojkar.

Flickorna deltar dock mer på idrott och hälsa lektionerna på gymnasiet jämfört med på högstadiet i denna studie. Detta trots siffrorna om att de inte trivs så bra i sin klass eller grupp som pojkarna gör.

Tar man bort samhällsprogrammet siffror så är trivseln väldigt hög på skolan och skillnaden jämfört med högstadiet är inte så stor då. Trivseln känns inte som ett hinder för att inte delta i idrott och hälsa undervisningen

Även på frågorna om upplevelse av lektionerna i idrott och hälsa så har fler svar från gymnasiet hamnat i mitten av dom fem svarsalternativen jämfört med på högstadiet. Fler har svarat att de tyckte att idrott och hälsa var mycket rolig på högstadiet jämfört med gymnasiet, men fler har också svarat att den var tråkig på högstadiet gentemot gymnasiet. Det kan vara samma fenomen som på trivsel frågorna att eleverna inte riktigt hunnit bilda sig en ordentlig uppfattning på gymnasiet jämfört med högstadiet.

Då halva elevantalet finns i intresseinriktade grupper som de själv har fått välja så borde inte siffrorna för att idrott och hälsa är ”mycket roligt” vara lägre nu. I Jönssons (2007, s.30) kvalitativa studie om varför elever på högstadiet inte deltar på lektionerna i idrott och hälsa så säger eleverna att de önskar medbestämmande och valmöjligheter i undervisningen. I min undersökning är det bara ca 5 procent som tycker att idrott och hälsa lektionerna på gymnasiet är ganska tråkiga eller tråkiga, men över 13 procent anser att de bara är med någon gång eller ingen gång. Över 10 procent kommer till idrott och hälsa lektionerna på gymnasiet och är ej ombytt varje gång eller nästan varje gång. Så något annat än idrott och hälsa lektionerna stoppar dessa elever från att byta om och vara med. Antagligen att man inte vill byta om och duscha med andra elever.

Siffrorna för de olika programmen visar att eleverna på ekonomi programmet, det enda högskoleförberedande programmet med klassundervisning, uppvisar mycket lägre siffror på hur roliga dom tycker att idrott och hälsa lektionerna är. När eleverna på ekonomiprogrammet skulle välja intresseinriktning på idrott och hälsa lektionerna så valde ca 80 % av eleverna den boll och racket inriktade idrottsgruppen, vilket gjorde att det inte gick att genomföra intresseinriktningen med denna grupp. Ett missnöje spred sig bland dessa elever vilket visar sig i denna studie då endast 2 procent av eleverna tycker att idrott och hälsa lektionerna är mycket roliga. Även yrkesprogrammets klasser som har klassundervisning uppvisar låga siffror i denna kategori av frågor.

Elever på yrkesprogrammen deltar betydligt mindre på idrott och hälsa lektionerna än vad de högskoleförberedande programmen gör. Här går en hel del elever som inte är så studiemotiverade och betyg är inte så viktigt för dessa elever, så att det motiverar dem att delta på lektionerna i idrott och hälsa. Många omotiverade elever i dessa klasser påverkar andra i samma riktning. Detta leder till en ond cirkel där fler och fler elever uteblir från lektionerna vilket Arwidson visade i sin studie (2013, s. 24). En del elever har lämnat kommentarer kring sitt svar att det beror på att väldigt få elever deltar i undervisningen i dessa klasser och att lektionerna i idrott och hälsa därför blir enformiga och tråkiga. På dessa program "ärvs" också inaktivitet, det finns oskrivna regler för vad som anses rätt respektive fel beteende menade Persson (2009, s. 15) i sin studie.

Generellt sett så är elever från högskoleförberedande program mer positivt inställda till idrott och hälsa i skolan än vad elever från yrkesprogram är (Patriksson 2002, s. 52).

I Ericssons (2009, s. 16) uppsats visar det sig att 69 procent av de högskoleförberedande eleverna deltog alltid i ämnet mot 32 procent av eleverna i yrkesprogrammen. Även denna studie visar liknande siffror.

En annan studie visar att det som är viktigt när det gäller motivationen till att röra på sig är att det ska vara roligt och glädjefyllt. Bull (1999) menar att "När man undersöker vad barn och ungdomar anger som skäl till att de är fysiskt aktiva och vill delta så är glädje, det vill säga att man tycker att aktiviteten är rolig, en av de faktorer som genomgående framstår som mycket viktig" (Bull 1999, s.136). Majoriteten (95 %) i min undersökning av eleverna på gymnasieskolan tycker att idrott och hälsa är mycket rolig, rolig eller ganska rolig vilket man

kan tolka som att komma till lektionerna ändå sammankopplas med glädje och intresse och inte borde vara ett hinder för att delta. I Skolverkets nationella undersökning (Skolverket 2004, s. 29) anser de flesta eleverna att ämnet idrott och hälsa är intressant, hela 87 procent tycker så i åk 6 och kring 75 procent i åk 9 och gymnasiets åk 2.

När det kommer till omklädningsrummet och det här med att duscha finns klara orsaker till varför en del inte deltar på idrott och hälsa lektionerna. Siffrorna på om eleverna någon gång tycker det är jobbigt att bli svettig och därmed behöva duscha, skäms över sin kropp och inte tycker om att byta om med andra är väldigt höga. I Skolverkets nationella undersökning (2004, s. 33) visar det sig att 7 procent av eleverna i åk 2 på gymnasiet inte ville byta om med andra. I denna studie är siffrorna liknande för hur många procent av eleverna som har svarat att de varje gång inte vill byta om med andra, tycker det är jobbigt att bli svettig och därmed behöva duscha och skäms över sin kropp. Väldigt många elever har här lämnat kommentarer om att de hade draperier och dylikt på högstadiet i duschrummet som gjorde att de kunde duscha mer avskilt vilket inte finns på gymnasiet.

I dusch och omklädningsrumssituationen svarar många elever på de yrkesprogrammen och på teknikprogrammet att de inte ser det som ett problem. På dessa program går väldigt många pojkar. Skillnaden på pojkar och flickor är stor. Där flickor tänker väldigt mycket på dusch och omklädningsrumssituationen och återigen de elever som går på samhällsprogrammet som ju innehåller mycket flickor. Skillnaden kan bero på att flickor har ett större behov av att visa upp sig inför andra och kanske för att sminka sig efter dusch än vad pojkar har och det kan leda till att de tycker det är jobbigt att duscha.

Mer än hälften (55 %) av eleverna tänker minst någon gång att det är jobbigt idag att bli svettig och behöva duscha. Över 70 procent av flickorna och eleverna på samhällsprogrammet tycker så minst någon gång. Att så många elever brottas med de här tankarna gör ju säkert att några väljer att inte delta på idrott och hälsa lektionerna. Andra studier visar samma sak om än inte lika höga siffror som här. Couturier et al (2007, s. 152) visar i sin studie att 48 procent av flickorna känner obehag vid dusch, ombyte och att de inte hinner göra sig i ordning efter att ha blivit svettiga som ett hinder för deltagande.

Skolverkets nationella undersökning NU-03 (Skolverket 2004, s.140) visar dock tvärtom att pojkar känner större obehag än flickor vid ombyte på högstadiet och att fler elever tycker det är jobbigt att byta om med andra på högstadiet än på gymnasiet. Skillnaden på denna studie och Skolverkets är givetvis att deras undersökningsmaterial är mycket större, men framförallt att det händer saker över tid med elevers sätt att tänka och se på saker. Det skiljer en del år på Skolverkets undersökning och denna.

I Skolverkets nationella undersökning, NU03 (Skolverket 2004, s. 32) visar det sig att omkring hälften av eleverna är alltid med och blir andfådd eller svettig nästan varje gång. Det betyder att många elever brottas med tankar om att inte röra sig så mycket på lektionen så att de blir svettiga och därmed behöver duscha. Det är stora könsskillnader, 25 procent av flickorna i åk 9 rör sig inte så mycket, vilket kan jämföras med 3 procent av pojkarna i samma skolår.

Trots detta så deltar flickorna mer på idrott och hälsa på gymnasiet än vad de gjorde på högstadiet. Men enligt Skolverkets nationella undersökning NU-03 (Skolverket 2004, s.32) så deltar många flickor i åk9 inte så intensivt så att de blir svettiga vilket en idrottslärare som har flest flickor på denna gymnasieskola vittnar om. Flickor har en lägre fysisk aktivitetstatus i förhållande till pojkar visar även Meckbach & Lundvall (2008, s. 12) i sin studie utifrån Skola-Idrott-Hälsa studien. Även Raustorp (2011, s. 66-69) visar att flickor tar ett mindre antal steg på en lektion i idrott och hälsa jämfört med pojkar.

Många elever (40 %) fördelat på 20 procent av pojkarna och 60 procent av flickorna, tycker någon gång att det är jobbigt att byta om med andra eller skäms för sin kropp. De höga negativa siffrorna på frågorna kring omklädningsrummet, dusch och ombyte gör att det är här som den största orsaken till elevernas frånvaro på lektionerna i idrott och hälsa finns. Dagens kroppsideal som unga matas med i media gör att många inte vill visa upp sig i idrottskläder eller i omklädnings- och duschrum. Det är utseendet, det yttre som betonas. Man ska ha en ung vältränad kropp, och främst för kvinnor en smal kropp som framhålls som ett ideal. En konsekvens av detta kan bli att de som anser att de ligger långt ifrån det ideala utseendet känner sig oattraktiva och därmed inte vill visa upp sig i omklädningsrum eller duschar eller på lektionen i idrott och hälsa i tunna kläder (Engström & Redelius 2002, s. 24). Varje person

som blir retad eller mobbad är en person för mycket men antalet elever som blir det är ganska litet i denna studie.

På frågorna kring hur eleverna känner kring idrottslärares engagemang och stöd tycker nästan alla (96 %) att idrottslärares är engagerad varje gång eller nästan varje gång och 90 procent tycker att det är lätt att prata med idrottslärares varje gång eller nästan varje gång. Det är ungefär samma siffror på alla programmen och ingen skillnad mellan flickor och pojkar. Webb (2010, s.22) visar i sin undersökning att idrottslärares kan vara en faktor som gör att eleverna inte deltar på idrottslektionerna, men i denna studie känns det inte som något hinder kring elevernas deltagande eller ej på idrott och hälsa lektionerna.

### **5.3 Slutsats**

Slutsatsen från undersökningen när det gäller deltagandet är att andelen pojkar som deltog varje gång på idrott och hälsa på högstadiet har minskat på gymnasiet. Alltså de duktiga ordentliga pojkarna från högstadiet går mindre på idrott och hälsa lektionerna på gymnasiet. De som inte gick så ofta på idrott och hälsa på högstadiet fortsätter i samma spår på gymnasiet. En del av dessa pojkar hamnar på de pojkdominerande yrkesförberedande programmen.

Persson skriver (2009, s. 15) i sin studie att inaktivitet ”ärvs” på vissa program. Det finns oskrivna regler om vad som är rätt eller fel beteende. En del elever vill säkert vara med på idrott och hälsa lektionerna men det är inte rätt beteende på detta program.

Engström(1999, s.41) skriver att man genom att ägna sig åt en viss aktivitet visar en tillhörighet eller ett avståndstagande. Arwidson (2013, s.24) skriver att många elever i en klass som är omotiverade kan leda till en ond cirkel där fler och fler elever uteblir från idrott och hälsa lektionerna.

I Arwidsons (2013, s.24) studie visar det sig att 39 procent av eleverna tappar motivation till att delta på idrott och hälsa lektionen på grund av omotiverade och negativt inställda klasskamrater.

På naturvetenskapsprogrammet som uppvisade bättre siffror än på högstadiet samlas många studiemotiverade och betyghungriga elever och dessa påverkar varandra till att delta mer på

idrott och hälsa än innan. Skillnaden är stor på yrkesprogrammen och de högskoleförberedande programmen. På yrkesprogrammen med många pojkar så är det påverkan mellan eleverna och att ha rätt ”beteende” som får elever att inte delta. Detta leder ju också till att en del elever tycker att idrott och hälsa lektionerna inte är så roliga eftersom inte så många elever är med och variationsmöjligheterna minskar för idrottsläraren. En ond cirkel bildas som är svår att komma ur.

Som sammanfattning och svar på frågeställningarna så kan man säga ja eleverna på gymnasiet byter om och deltar i mindre omfattning än vad de gjorde i åk 9. Det är ingen stor skillnad men den finns ändå där. Framförallt ligger skillnaden i att pojkar som deltar på idrott och hälsa på högstadiet och hamnar på yrkesprogram på gymnasiet ökar sin frånvaro.

Flickorna deltar på lektionerna trots att de inte trivs så bra alla gånger och de tycker att dusch och omklädning är jobbigt. Men det är inte alltid som de deltar så aktivt så att de blir svettiga. Kanske är det så att intresseinriktningen fortfarande gör så att framförallt flickor som inte gillar idrott deltar i idrott och hälsa undervisningen när pojkarna är borta och de får mer plats. Detta är en av fördelarna med denna särundervisning enligt Meckbach (2004, s. 93-94). Intresseinriktningen gör ju att idrott och hälsa lektionerna blir ganska könsuppdelade. Redelius (2004, s. 2) visar att endast 32 procent av de negativt inställda flickorna vill ha könsblandad undervisning.

Först och främst är det duschrummen som måste byggas om för att inte det ska bli ett hinder för eleverna att delta på lektionerna. Eleverna trivs i klasserna. Idrottslärarna är engagerade och lektionerna upplevs inte som tråkiga överlag så där kan man inte göra så mycket.

## **5.4 Kritisk värdering**

Eleverna har själva fått bedöma hur ofta de är med på lektionerna i idrott och hälsa. Av egen erfarenhet vet jag hur svårt elever har att bedöma hur ofta de varit med på lektionerna. Frågan där de skulle bedöma hur ofta deras närmaste klasskamrater deltar på idrott och hälsa skulle överbygga detta i viss mån. Siffrorna är ju betydligt lägre på den frågan om hur ofta de närmaste klasskamraterna är med på lektionerna jämfört med när de skulle bedöma sig själv.

Det optimala hade givetvis varit att titta igenom lärares journaler från åk 9 och jämföra med gymnasiet. Då skulle ett mer korrekt svar kunnat ges. Men eleverna kommer från så många olika skolor, så det skulle vara ett otroligt stort jobb. Ett möjligt sätt att undersöka det skulle kunna vara att ta alla elever från den närliggande skolan och jämföra bara dem med hur ofta de varit med på lektionerna i idrott och hälsa på gymnasiet och på så sätt begränsa studien.

## **5.5 Vidare forskning**

Vidare forskning är ju djupintervjuer med framförallt elever på de yrkesprogrammen, där undersökningen uppvisar skillnader i deltagandefrekvens på idrott och hälsa mellan gymnasiet och högstadiet. Intressant hade också varit att göra undersökningen på kommande åldersgrupper för att se om mönster upprepar sig. Speciellt de elever som kommer till samhällsprogrammet kommande år, eftersom de i den här undersökningen stack ut väldigt mycket i negativ bemärkelse.

Åk 2-elever hade också varit intressant att undersöka då de har fått en ännu bättre bild av idrott och hälsa undervisningen på gymnasiet.

## 6 Referenslista

Andersson, E. (2013). *Ungdomars upplevelser av skolidrott som motivation till fysisk aktivitet*. Folkhälsovetenskap, avancerad nivå 15 hp. Högskolan i Halmstad, sektionen för hälsa och samhälle: Halmstad 2013.

Arwidson, T. (2013). *Faktorer som kan påverka elever till inaktivitet inom skolidrotten. En studie om högstadielärares tankar och upplevelser vid en skola i Mellansverige*. Kandidatuppsats i pedagogik, 30hp. Umeå universitet pedagogiska institutionen 2013: Umeå 2013.

Bennerhag, E. (2007). *Att delta eller inte delta. Exemplet idrott och hälsa*. Examensarbete vid pedagogiska institutionen Örebro universitet pedagogik med didaktisk inriktning: Örebro 2007.

Biddle, S. J. H., & Mutrie, N. (2001). *Psychology of physical activity: Determinants, wellbeing and interventions*. London: Routledge.

Bull, S. J. (1999). *Adherence issues in sport and exercise*. West Sussex, England: John Wiley and Sons Ltd.

Bråkenhielm, G. (2008) Ingen gympa för mig! En undersökning av skälen till att elever inte deltar i ämnet idrott och hälsa: *Svensk idrottsforskning*, nr 2, s. 30-33.

Couturier, L E. Chepko, S. Coughlin, M A. (2007). Whose Gym Is It? Gendered Perspectives on Middle and Secondary School Physical Education: *The Physical Educator*, 64(3), s.152-157.

Ekerstam, M & Repa, J. (2013). *Att delta eller att icke delta! En undersökning om gymnasieelevers motivationsfaktorer inom idrott och hälsa*. Institutionen för pedagogik, didaktik och utbildningsstudier Uppsala Universitet. Självständigt arbete i didaktik relaterat till Idrott och hälsa 15 hp: Uppsala 2013.



Engström, L-M. (1999). *Idrott som social markör*. Stockholm: HLS Förlag.

Engström, L-M & Redelius, K (red.) (2002). *Pedagogiska perspektiv på idrott*. Stockholm: HLS förlag.

Ericsson, A. (2009). *Delta eller att inte delta en komparativ studie om elevers inställning till idrottsämnet mellan studie- och yrkesprogram*. Studentuppsats Gymnastik- och idrottshögskolan Stockholm 2009:32. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan

Ericsson, I. (2005). Fysisk aktivitet och kunskapsutveckling i skolan: *Svensk idrottsforskning*, nr 4, s. 24-27.

*Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. (2002). Stockholm: Vetenskapsrådet

Jönsson, M. (2007). *Att inte delta. En kvalitativ studie om elevers bevekelsegrunder för att avstå från undervisningen i ämnet idrott och hälsa*. Examensarbete lärarprogrammet högskolan i Halmstad sektionen för lärarutbildning: Halmstad 2007.

Larsson, L. (2003). *Idrott och hälsa är ingenting för mig- en studie av elever som ej deltar i idrott och hälsa A i två gymnasieskolor*. D-uppsats 10p vid magisterutbildning i idrott 2002-2003 på Gymnastik- och idrottshögskolan i Stockholm, 2003. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan.

Lindwall, M. (2008). Skolidrottsdebatten: Ett ljus(t) hopp för framtiden eller platt fall från bocken? *Svensk idrottsforskning*, nr 2, s. 54-57.

Mattsson, L. (1994). *Den nationella utvärderingen av grundskolan: idrott huvudrapport*. Skolverkets rapport nr 25. Stockholm: Liber.

Meckbach, J. (2004). Ett ämne i förändring-eller är allt sig likt? I: *Mellan nytta och nöje-bilder av ämnet idrott och hälsa*. Stockholm: Idrottshögskolan 2004, s. 81-98.

Meckbach, J & Lundvall, S. (2008). Flickor och fysisk aktivitet-bilder av flickors och deras föräldrars skattning av fysisk aktivitet och inställning till idrott och hälsa: *Svensk idrottsforskning*, nr 4, s. 12-16.

Nilsson, A & Pavlovic, E. (2005). *Det måste vara roligt: otillräckligt fysiskt aktiva högstadiel elever om rörelse och motion*. Psykologexamensuppsats, institutionen för psykologi, Lunds universitet. Vol. VII (2005): 28.

Patriksson, G. (2002). Ämnet idrott och hälsa i gymnasieskolan. Elev och lärarperspektiv: *Svensk idrottsforskning*, nr 3, s. 49-53.

Persson, S. (2009). *Varför IG i ämnet Idrott och hälsa?* Hälsoakademien Örebro universitet, institutionen för idrott och hälsa. Avancerad nivå 15 hp: Örebro 2009.

Raustorp, A. (2011). Hur mycket fysisk aktivitet ger en idrottslektion? *Svensk idrottsforskning*, nr 3, s. 66-69.

Redelius, K. (2004). Vilka är vinnare och förlorare i ämnet idrott och hälsa? *Svensk Idrottsforskning*, nr 4, s. 42-46.

Skolverket (2004). *Nationella utvärderingen av grundskolan 2003: Idrott och hälsa, ämnesrapport till rapport 253 (NU-03)*. Stockholm: Skolverket.

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

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

Svanberg, M. (2012). *Att välja grupp efter intresse. En kvantitativ studie om intresseindelad undervisning i idrott och hälsa*. Självständigt arbete på avancerad nivå på lärarprogrammet. Gymnastik- och idrottshögskolan i Stockholm, 2012. Stockholm: Gymnastik- och idrottshögskolan.

Trost, Jan (2001). *Enkätboken. 2.*, [rev.] uppl. Lund: Studentlitteratur

Webb, M. (2010). *Alla ser i idrott om du är duktig eller inte. En studie om varför elever väljer att inte delta i undervisningen av idrott och hälsa, samt vilka kort- och långsiktiga följder som det får för eleverna.* Examensarbete inom lärarutbildningen. Sociologiska institutionen Göteborgs universitet: Göteborg 2010.

## Bilaga 1

### ENKÄTUNDERLAG-ELEVERS TANKAR KRING OMBYTE PÅ IDROTTSLEKTIONEN

Jag Joakim Bengtsson håller på med en uppsats på GIH(Gymnastik och idrottshögskolan).

Ditt deltagande är frivilligt. Du kan när som helst hoppa av enkäten. Du kommer att vara helt anonym.

Kön:

Man

Kvinna

Program:

Ekonomi  
Natur

Fordon(ftft)  
Teknik

Fordon(fptp)  
Samhäll

Estet  
Bygg

Handel

Följande frågor är baserade på dina upplevelser under år 1 här på Upplands-Bro gymnasiet och i årskurs 9 på den högstadieskola du gick på.

#### TRIVSEL

1. Hur trivs du i klassen?

Mycket bra      Bra      Ganska bra      Inte så bra      Inte alls

2. Hur trivs du i idrottsgruppen? (Svara endast om du tillhör en intresseinriktad idrottsgrupp)

Mycket bra      Bra      Ganska bra      Inte så bra      Inte alls

3. Hur trivdes du i din högstadielklass?

Mycket bra      Bra      Ganska bra      Inte så bra      Inte alls

4. Här har du möjlighet att utveckla och kommentera dina svar

---

---

---

---

---

## UPPLEVELSE AV IDROTTSLEKTIONERNA

5. Hur upplever du idrottslektionerna?

Mycket roliga                  Roliga                  Ganska roliga                  Tråkiga                  Mycket tråkiga

6. Hur upplevde du idrottslektionerna på högstadiet?

Mycket roliga                  Roliga                  Ganska roliga                  Tråkiga                  Mycket tråkiga

7. Här har du möjlighet att utveckla och kommentera dina svar

---

---

---

---

---

---

8. Hur ofta är du med på idrottslektionerna?

Varje gång                  Nästan varje gång                  Någon gång                  Ingen gång

9. Hur ofta var du med på idrottslektionerna på högstadiet?

Varje gång                  Nästan varje gång                  Någon gång                  Ingen gång

10. Hur ofta är dina närmaste klasskamrater med på idrottslektionerna?

Varje gång                  Nästan varje gång                  Någon gång                  Ingen gång

11. Hur ofta var dina närmaste klasskamrater med på idrottslektionerna på högstadiet?

Varje gång                  Nästan varje gång                  Någon gång                  Ingen gång

12. Hur ofta är du på idrottslektionerna men är ej ombytt?

Varje gång                  Nästan varje gång                  Någon gång                  Ingen gång

13. Hur ofta var du på idrottslektionerna men var ej ombytt på högstadiet?

Varje gång                  Nästan varje gång                  Någon gång                  Ingen gång

14. Du som har svarat ”varje gång” eller ”nästan varje gång” på fråga 8, vad motiverar dig att delta på idrottslektionerna? \_\_\_\_\_

---

---

15. Du som svarat ”någon gång” eller ”ingen gång” på fråga 8, vad skulle krävas för att få dig att delta/byta om till idrottslektionerna? \_\_\_\_\_

---

---

---

#### UPPLEVELSE AV OMKLÄDNINGSRUMMET I SAMBAND MED IDROTTSLEKTIONERNA

16. Jag tycker det är jobbigt att byta om med andra människor?

Varje gång                  Nästan varje gång                  Någon gång                  Ingen gång

17. Jag skäms över hur min kropp ser ut?

Varje gång                  Nästan varje gång                  Någon gång                  Ingen gång

18. Det händer att en del blir mobbade/retade i omklädningsrummet för sitt utseende?

Varje gång                  Nästan varje gång                  Någon gång                  Ingen gång

19. Det händer att en del blir mobbade/retade i omklädningsrummet för sina kläder?

Varje gång                  Nästan varje gång                  Någon gång                  Ingen gång

20. Jag tycker att det är jobbigt att bli svettig och därmed behöva duscha?

Varje gång                  Nästan varje gång                  Någon gång                  Ingen gång

21. Är det någon skillnad på hur du kände kring dessa frågor när du gick på högstadiet?  
Om ja vad är skillnaden?

---

---

---

---

## UPPLEVELSE AV IDROTTSLÄRARENS ENGAGEMANG OCH STÖD

22. Upplever du att din idrottslärare är engagerad på idrottslektionerna?

Varje gång                      Nästan varje gång                      Någon gång                      Ingen gång

23. Upplever du att det är lätt att prata med din idrottslärare?

Varje gång                      Nästan varje gång                      Någon gång                      Ingen gång

24. Är det någon skillnad på hur du kände kring dessa frågor när du gick på högskolan?  
Om ja vad är skillnaden?

---

---

---

Tack för din medverkan

## Bilaga 2

### Litteratursökning

#### Syfte och frågeställningar:

Syftet med undersökningen är att hitta orsaker till vad som har förändrat deltagandet på lektionerna i idrott och hälsa mellan högstadiet och gymnasiet.

Frågeställningarna är:

- Är det så att eleverna i åk 1 på en gymnasieskola byter om och deltar i idrott och hälsa undervisningen i mindre omfattning än vad de gjorde i åk 9?
- Vilka orsaker finns till att elever inte deltar i idrott och hälsa?

#### Vilka sökord har du använt?

*Idrott och hälsa, idrottsundervisning, idrottslektion, skolidrott, deltagande, delta, frånvaro, fysisk aktivitet, omklädningsrum, dusch, upplevelse, byta om, motivation, physical education, participation, absence, physical activity, dressing room*

#### Var har du sökt?

*DiVA, Google Scholar, GIH-bibliotekets katalog, Skolverket, Stadsbibliotekets katalog*

#### Sökningar som gav relevant resultat

Google Scholar: "idrott och hälsa" "frånvaro"  
Google Scholar: "motivation" "idrottslektioner"  
Google Scholar: "deltagande" "idrottsundervisning"  
DiVA: "skolidrott"  
Skolverket: "idrott och hälsa"

#### Kommentarer

Har hittat material via litteraturlistor.