

Högskolan i Halmstad
Sektionen för lärarutbildningen
Lekridh

”Det är inte bara släng in en boll och låt de rulla”

- En studie i hur pedagoger arbetar med fysisk, psykisk och social hälsa

Examensarbete lärarprogrammet
Slutseminarium: 2011-01-12
Författare: Alexander Persson, Per Östberg
Handledare: Lars Kristen, Åke Nilsén
Medexaminatorer: Ingrid Nilsson, Catrine Brödje
Examinator: Anders Nelson

Abstrakt

Det som varit intressant för oss är att se hur pedagogerna arbetar med läroplanen i skolorna med fokus på fysisk, psykisk och social hälsa. Även hur de ser på sin pedagogiska roll utifrån deras egna perspektiv. Uppsatsens grund handlar till stor del om hur pedagoger ute i verksamheten arbetar för att främja ett livslångt lärande. Ett livslångt lärande inom idrott och hälsa innebär att eleverna ska få erfarenhet av olika idrott och fysisk träning. Det är upp till pedagogerna att erbjuda variation i undervisningen så eleverna kan få den kontakt med fysisk aktivitet för att väcka intresse till fysisk aktivitet. Aktiviteterna ska eleverna sedan kunna utöva sidan om skolan samt efter skolans slut. Vi vill uppmärksamma läsaren att de resultat vi fått inte går att generalisera. Resultatet speglar enbart hur de individer vi intervjuat uppfattar ämnet idrott och hälsa.

Nyckelord: Fysisk, livslångt lärande, psykisk och social hälsa.

Förord

Examensarbetet har skrivits av Per Östberg tillsammans med Alexander Persson. Under arbetsgången har uppgifterna fördelats jämnt där båda varit delaktiga i så väl intervjuer, litteratur sökande och skrivandet av examensarbete. Under tiden vi skrivit har alltid en löpande diskussion skett där vi utbytt tankar och funderingar. Vid alla intervjutillfällen har båda författarna varit närvarande. Efter hand har vi sammanfogat arbetet och tagit del av varandras material.

Ur ett pedagogiskt perspektiv ser vi examensarbete som ett steg i rätt riktning om vi ser till de inriktningar vi haft under lärarutbildningens gång, d.v.s. Lekridh (lek, rörelse, idrott och hälsa). Det var däremot problematiskt att välja inriktning under inledningen av arbetsområdet. Efter mycket inspiration av kurskamraterna och av handledarna valde vi tillslut ett område som kändes relevant för vår utbildning och framtida yrkesroll. Vi fastnade tillslut för att forska mer i lärares kunskap om delarna i ämnet idrott och hälsa. Hur pedagogerna arbetar med styrdokumentet i ämnet idrott och hälsa.

Vi vill efter arbetet tacka de personer som varit delaktiga i vår forskning. Ett stort tack framförallt till de intervjupersoner som deltagit och bidragit med tid och energi till examensarbetet. Det har varit väldigt intressant att ta del av den empiriska kunskap som pedagogerna delat med sig av, för att hjälpa oss få svar på våra frågor. Ett stort tack även till alla medstudenter för hjälpande tankar under långa dagar på biblioteket. Vi vill även rikta ett stort tack till våra handledare Lars Kristén **och** Åke Nilsén som svarat på alla frågor under arbetsgången.

Innehållsförteckning

1.	Inledning	
1.1	Bakgrund	4
2.	Problemformulering	
2.1	Syfte	7
2.2	Frågeställningar	7
3.	Litteraturgenomgång	
3.1.1	Vad säger kursplanen	7
3.1.2	Mål att sträva mot	8
3.1.3	Hur ser ämnet ut	8
3.1.4	Bedömning i idrott och hälsa	8
3.2	Livslånga lärandet	9
3.3	Fysisk hälsa	10
3.4	Psykisk hälsa	11
3.5	Social hälsa	11
3.6	Pedagogens roll	12
3.7	Ämnets karaktär	14
3.8	Ämnets legitimitet	15
4.	Metod	
4.1	Inledning metod	16
4.2	Avgränsning	16
4.3	Intervjuguide	17
4.4	Tillvägagångssätt/Urval	17
4.5	Dataanalys	17
4.6	Etiska förhållningssätt	18
5.	Teoretiskt perspektiv	
5.1	Sociokulturellt perspektiv	18
5.2	Learning by doing	20
6.	Vetenskapsteori	
6.1	Hermeneutiskt perspektiv	21
7.	Resultat/analys	
7.1	Lärarnas syn på ämnets legitimitet	22
7.2	Varför idrott och hälsa är ett bildningsämne	26
7.3	Syftet för idrott och hälsa utifrån läroplanen	27
7.4	Pedagogers syn på fysisk, psykisk & Social hälsa	29
7.5	Synen på sig själv som pedagog	33
7.6	Livslånga lärandet	36
8.	Diskussion	
8.1	Litteraturgenomgång	41
8.2	Metod	41
8.3	Resultat/Analys	42
8.4	Slutsats	43
9.	Referenslista	44
10.	Bilagor	45

1. Inledning

1.1 Bakgrund

Det finns idag många olika kategorier som arbetar med fysisk aktivitet. Raustorp (2004) menar att vi som pedagoger kan tidigt sätta upp och utveckla de fysiska vanorna hos eleverna genom vårt sätt att vara som pedagoger eller genom vårt arbetssätt. Det kan spela stor roll för den fysiska aktiviteten om vi ser det utifrån ett perspektiv för rörelse under livstiden. Därför är det väldigt intressant att studera vilket förhållningssätt idrottslärare har på ämnet idrott och hälsa, vilket även Raustorp (2004) lyfter fram. Hur de ser på innehållet i ämnet och vilka arbetssätt de tar till för att arbeta med mål som är uppsatta utifrån läroplanen och dess målrelaterade arbetssätt som vi arbetar utifrån sedan 1994 års läroplan. Enligt Raustorp (2004) visar han på att en utgångspunkt i forskningens utveckling behövs för att uppdatera pedagoger inom kunskapen som finns för hur den fysiska aktiviteten påverkar elevernas hälsa. Utifrån den senaste läroplanen är det mer elevernas hälsa i framtiden som är målet istället för ett mer prestationsinriktat perspektiv och det är framförallt det som förändringen står för. Forskningen vi gör kommer genomföras genom teorier och studier som vi tar del av i litteraturen sam av pedagogers erfarenheter och kunskaper. Vi vill uppnå en ökad förståelse för vikten av en bredare syn på undervisningen i idrott och hälsa. Vi vill öka förståelsen för innebörden av ämnet och dess alla delar som gör att idrott och hälsa ska vara ett varierande ämne i dagens skola. Raustorps (2004) forskning visar att idrott och hälsa är mycket mer än bara fysisk aktivitet, det är därför ett mer komplext arbete i dagens skola.

Enligt de mål som ingår i läroplanen (Skolverket, 2000) handlar ämnet om att skapa vanor som främjar välbefinnande. Välbefinnande handlar inte bara om fysiskt välmående utan också om det psykiska och sociala välbefinnandet. När vi pratar om den fysiska förmågan är en teoretisk grund väldigt viktig och inte bara praktisk grund. Intresse och nyfikenhet ska vara ett ledord i ämnet därför ska en tanke finnas hos lärare att introducera nya aktiviteter. Genom det skapar eleverna nya erfarenheter om olika aktiviteters framväxt både genom praktisk och teoretisk kunskap. En förutsättning för deltagande och att utveckla bra erfarenheter är att eleverna ska få delta på egna villkor och på det sättet tycka ämnet är roligt. Gemenskap, samarbetsförmåga och respekt ska vara ledord i undervisningen. I vårt mångkulturella samhälle skapar de möjligheter att stärka den gemenskapen genom idrott och hälsa. Utifrån de

uppsatta målen är det intressant att genom intervjuerna se hur pedagoger tolkar läroplanen och arbetar utifrån den på ett reflekterande sätt, för att ha en grund i hur de motiverar sin undervisning (Annerstedt, 2007).

Enligt vår syn på vad idrott och hälsa står för är det viktigt att fundera över sin undervisning och arbeta med idrott och hälsa ur en bred synvinkel för att bygga ett livslångt lärande. För att bygga upp det livslånga lärandet krävs en variation med utgångspunkt i vår syn att se ämnet, utifrån erfarenheter, både genom praktiskt och teoretiskt arbete. Genom vår utbildning har vårt synsätt vidgats i vad idrott och hälsa handlar om, mer än bara fysisk aktivitet. Samtidigt har vi insett vikten av att få med alla elever i undervisningen för att arbeta med den livslånga aktiviteten som är ett mål enhälligt med läroplanens syn på ämnet (Skolverket, 2000).

Ämnets karaktär har ändrats genom att det i dagens idrott och hälsa handlar mer om att lära sig om kropp och hälsa i en mer teoretisk kunskapsform, istället för övandet av kroppsrörelser som tidigare stod för bildningen, det handlade då framförallt om kroppslig bildning. Det ska självklart finnas en grund i rörelsen som en viktig aspekt, genom lek, idrott och allsidiga rörelser. Men samtidigt ska ämnet betona kunskaper om hälsa och livsstil (Meckbach, 2004).

Meckbach (2004) menar att den vidgade kunskapssynen som ska legitimera ämnet i skolans verksamhet är viktig för ämnets överlevnad och belyser vikten av ämnet som ett undervisningsämne. Hon skriver vidare att idrott och hälsa i dagens skola ses utifrån en mer teoretisk kunskapssyn. Kunskaper om livsstil och hälsa ska vara mer i fokus tillsammans med kroppslig bildning (Meckbach, 2004). Därför har vårt intresse väckts kring lärarens kunskap om vilka moment i undervisningen som bör vara med, samt lärarens reflektioner och tankar kring ämnets karaktär utifrån uppsatta mål. En pedagog inom idrott och hälsa ska arbeta med en bred syn på hälsa i undervisningen dvs. fysisk, psykisk och social hälsa (Skolverket, 2000). Därför vill vi göra en studie som studerar lärarens kunskap om vad läraruppdraget står för inom idrott och hälsa.

I vårt examinationsarbete kommer vi att göra en undersökning där vi vill försöka få en förståelse för hur idrottslärare/pedagogerna ute på skolorna tänker omkring ämnet idrott och hälsa. Vi vill se om de arbetar med eleverna utifrån de styrdokument som finns dvs. det

nationella styrdokumentet. Finns det mål och syfte, eller arbetar de helt utan förståelse för hur undervisningen ska bedrivas. Det är otroligt viktigt att pedagoger skapar sig ett eget synsätt i undervisningen utifrån mål, vilket är en arbetsprocess vi pedagoger aldrig blir klara med, utan är något varje pedagog ska arbeta med hela tiden (Wennergren, 2007).

Individens förhållningssätt är ofta ickemedvetet (Danielsson och Liljeroth, 1998). Därför måste vi som pedagoger försöka göra kunskapen synligare i arbete, då vi ska arbeta med vårt förhållningssätt dagligen i skolan. Sandahl (2005) menar att hänsyn måste tas till styrdokumentet då de är formulerade på central nivå. Det skapar utrymme för individuell tolkning för pedagogerna. De individuella tolkningarna gör att ett handlingsutrymme skapas för pedagogerna, där betydelsen av att skapa sig ett eget synsätt är viktigt i samband med den lokala styrningen.

2. Problemformulering

2.1 Syfte

Syftet är att studera hur pedagoger kopplar sin praktiska kunskap med läroplanen för att bedriva undervisningen inom idrott och hälsa, med fokus på fysisk, psykisk och social hälsa, utifrån ämnets karaktär och legitimitet.

2.2 Forskningsfrågor

Vad är det grundläggande syftet för undervisningen inom Idrott & Hälsa utifrån ett lärarperspektiv?

Finns det en kunskap om alla delar i ämnets grund i det didaktiska arbetet hos pedagoger inom idrott och hälsa?

Hur arbetar pedagogerna med läroplanen utifrån de sociala, fysiska och psykiska mål som finns?

3. Litteraturgenomgång

I litteraturgenomgången analyseras grundskolans kurplan i idrott och hälsa (Skolverket, 2000) för att visa de utgångspunkter som lärarna har, Därefter presenteras relevant tidigare forskning och litteratur om idrott och hälsa.

3.1.1 Vad säger kursplanen

I kursplanen (Skolverket, 2000) nämns vikten av motion och rekreation av olika former och dess betydelse för hälsan. Regelbunden fysisk aktivitet för barn och ungdomar har påverkan på deras fysiska och psykiska välbefinnande. De ska även få kunskaper om hur kroppen fungerar och vanor ska utvecklas. Skolverket (2000) visar även på att ämnet idrott och hälsa syftar till att utveckla elevernas fysiska, psykiska och sociala förmåga samt ge kunskaper om den egna livsstilens betydelse för hälsan. Ämnet idrott och hälsa ska väcka intresse och nyfikenhet för nya aktiviteter. Vidare grundläggande syfte i kursplanen är att skapa

förutsättningar för alla att delta i olika aktiviteter på sina egna villkor, utveckla gemenskap och samarbetsförmåga samt förståelse och respekt för andra. Idrott och hälsa ska ge möjligheter för att stärka gemenskapen mellan barn och ungdomar i ett mångkulturellt och internationellt samhälle (Skolverket, 2000).

3.1.2 Mål att sträva mot

Skolverket (2000) framhäver strävans mål i vad ämnet idrott och hälsa ska innehålla. Eleverna ska utveckla sin fysiska, psykiska och sociala förmåga samt utveckla en positiv självbild. De ska kunna få kunskap om hur de främjar sin egen hälsa samt att undervisningen ska ge stimulans för ett bestående intresse för regelbunden fysisk aktivitet.

Det beskrivs vidare i skolverket (2000) hur viktigt det är att eleverna får reflektera personligt och ta ställning i frågor som berör idrott och livsstilsfrågor. De ska i samband med fysisk aktivitet utveckla sin rörelseförmåga och lust för att ge uttryck för fantasi, känslor och gemenskap. Eleverna ska få chansen att få utveckla förmågan att leka med andra, motionera och idrotta på egen hand och tillsammans med andra.

3.1.3 Hur ser ämnet ut

Skolverket (2000) beskriver ämnet idrott och hälsas innehåll. De ska vara ett ämne där man efter sina egna förutsättningar ska kunna utvecklas. Aktiviteterna ska vara upplagda så att alla ska kunna delta och erhålla upplevelser och erfarenheter. Ur ett hälsoperspektiv ska idrott och hälsa omfatta fysisk, psykisk och social hälsa. De (Skolverket, 2000) visar även hur innehållet i undervisningen ska vara av den betydelsen att den ska kunna spegla både uppväxttiden och senare i livet. Ämnet ska även ge stimulans och engagera eleverna för att de senare i livet ska kunna genomföra fysisk aktivitet på egen hand. Ämnets helhetssyn är att veta hur kropp, känslor, intellekt och tankar är beroende av varandra för att kroppsuppfattning ska utvecklas (Skolverket, 2000).

3.1.4 Bedömning i ämnet idrott och hälsa

I bedömningen för ämnet i idrott och hälsa belyser skolverket (2000) att eleven ska ha kunskaper om hur den egna kroppen fungerar. De ska ha kunskaper om vad fysisk aktivitet och friluftsliv har för betydelse för hälsan och för hur de ska bibehålla fysisk och psykisk

hälsa samt vad som påverkar god hälsa. Eleverna ska veta hur de med hjälp av kroppen kan sätta samman rörelsemönster för att uppnå rätt syfte. Skolverket (2000) skriver vidare att dessa rörelsemönster ska genomföras med kontroll och precision. Eleverna ska ha den kunskapen så att de kan reflektera och värdera vad fysisk aktivitet har för betydelse för livsstil och hälsa ur både ett individ och ett samhällsperspektiv

3.2 Livslånga lärandet

Utifrån den senaste läroplanen är det mer elevernas hälsa i framtiden som är målet istället för ett mer prestationsinriktat perspektiv. Intressant att studera är hur lärarna ser på den lärarroll de har utifrån det förändrade synsättet, att gå från att vara en mer auktoritär ledare till att istället handleda eleverna för att åstadkomma ett intresse och ett livslångt utövande.

Att göra eleverna intresserade idag är av största vikt beroende en växande inaktivitet. Studier har gjorts som visar på att föreningslivet växer, men att det samtidigt utförs mindre spontan idrott på fritiden menar Raustorp (2004). Vi som pedagoger ska sträva efter livslång aktivitet och lärande inom ämnet. I samband med livslång aktivitet är även vikten av aktiviteter som går att utföra över generationsgränser av största vikt, genom påverkan på varandra inom familjen. Att arbeta med självkänsla är också en stor del genom att bedriva undervisningen så att alla kan vara delaktiga. För att främja den livslånga aktiviteten ska undervisning av motionskunskap och hur kroppen fungerar vara en stor del i undervisningen. Att göra eleverna medvetna för att arbeta med sin hälsa och kunna reflektera och analysera aktiviteter utifrån hälsosynpunkt. Därigenom ska eleverna granska sina aktiviteter kritiskt.

Attityden vad gäller idrott och hälsa och rörelse i stort är en stor del inom ämnet. Enligt tidigare traditioner är färdigheterna i fokus, men numera ser utbildningen framåt mot vilken kunskap eleverna har för att kunna forma sin fysiska aktivitet på egen hand. I samband med om det finns kunskap om det förändrade ämnet är det viktigt att diskutera hur vida lärarna hängt med i utvecklingen och hur de arbetar för att bedriva undervisningen för att få med alla delar som behövs (Raustorp, 2004).

Det målrelaterade arbetssättet som finns idag för ämnena i skolan utgår från läroplanens fyra F som är fakta, förståelse, färdighet och förtrogenhet som är en utveckling av den tidigare kunskaps och färdighets uppdelning. Det handlar inom ämnet idrott och hälsa idag inte bara om att memorera och göra utan också om att tolka/analysera och delta/få erfarenhet om. Istället för att bara genomföra en styrkestationsbana där eleverna gör förutbestämda rörelser, till att genomföra en styrkestationsbana där det istället är eleverna som planerar upp banan och är med och instruerar varandra. Där ska de kunna motivera varför de valt olika stationer och övningar. Idrott & hälsa går genom det exemplet från att vara så kallad ytinläring och kunskap med mindre insikt med få F till kunskap där eleverna arbetar genom fler F (Raustorp, 2004).

En både tydligt och viktig grund i ämnets karaktär är nu en utveckling mot process istället för produkt. Att se deltagandet och motivationen i första hand istället för hur vältränad eleven är. Elevers ska känna att den lyckas och genom det är det viktigt med många självstyrda aktiviteter i undervisningen, att kunna jobba på självvald intensitetsnivå. Precis som i många andra skolämnen är utmaningen en viktig del. Utmaningsgraden är en viktig del i elevernas motivation. Den ska vara lagom där målet är inom räckhåll men samtidigt ska inte målet vara för svårt att nå. På det sättet känner eleverna att de lyckas. Det ska vara möjligt att nå med lagom stor ansträngning. Vikten av att introducera många olika aktiviteter för att de ska ha att välja av för att sedan skapa en livslång aktivitet (Raustorp, 2004).

3.3 Fysisk hälsa

Hos de yngre barnen betonar Raustorp (2004) att arbeta med motoriken och upptäcka kroppen. Inläringen av de motoriska färdigheterna är viktig att tänka på och sen är det viktigt att ofta arbeta i lite kortare pass, då lungorna inte är fullt utvecklade. Viktigt även att visa barnen många olika aktiviteter och arbeta med grunderna i rörelserna, för att känna att de utvecklas och senare kan utveckla de mer avancerade sammansatta rörelserna som många idrotter kräver med en större koordinationsskicklighet. Koordinations inslag i lekens form är här viktigt (Raustorp, 2004).

Sollerhed (1997) har gjort en studie som visar samband mellan fysisk aktivitet och studieresultat. Studien visar att de elever som tränade minst två gånger i veckan hade högre medelbetyg än de som inte tränade. Träningen tog tid från vad som skulle kunna vara studietid men trots detta fick de bättre studieresultat (Sollerhed, 1997).

3.4 Psykisk hälsa

För att främja den psykiska hälsan är det av största vikt att pedagogerna ger eleverna redskap att bygga en hälsa och främja en hälsa genom att hjälpa sig själva (empowerment) (Raustorp, 2004). Tanken om empowerment är att kraften finns hos individen att styra sitt eget liv. Att stärka eleven eller individen i sitt självförtroende och i sin kunskap och kompetens är av största vikt, då får individen kraften att göra val utifrån dess kunskap (Kostenius, Lindqvist, (2006). I skolan bedriver vi ett folkhälsoarbete där kunskapen ska leda till ökad empowerment för individen. Empowerment har i stor grad samband med begreppet KASAM. Hög självkänsla leder till att individen får en större känsla av sammanhang. Läroplanen arbetar utifrån att stärka individens kunskap för att främja empowerment och då är vikten att stärka individen för att få en känsla av sammanhang viktig.

Under ordet empowerment kan man få in andra begrepp som självförtroende, delaktighet egenkontroll, samarbete och deltagande (Askheim, 2007). Dessa begrepp kan kopplas till ämnet idrott och hälsa vilket betonas i läroplanen (Skolverket, 2000). Begreppen syftar till att stärka individen eller gruppen att komma ifrån maktlösheten för att få egen kontroll. Detta sker i en process genom delade erfarenheter, kollektivt och enskilt (Askheim, 2007).

3.5 Social hälsa

Larsson & Meckbach (2007) har ett sociokulturellt perspektiv där de skriver att lärandet inte bara är ett kognitivt fenomen utan också ett socialt fenomen där elevernas förmåga att delta i en social praktik är av stor betydelse. Nilsson (2005) beskriver hälsa som ett svårtydligt begrepp. En bra social hälsa kan innebära att man bra relationer till sina medmänniskor och på samtidigt lever i en tillfredställande miljö. Nilsson (2005) skriver vidare att social interaktion med andra människor är väsentlig för att människor ska må bra och uppnå bra hälsa. Att skaffa sig en social identitet där eleverna får känna sig betydelsefulla är viktigt. Att vara del

av en grupp menar Nilsson (2005) att flera sociala behov uppfylls. Att vara del av en grupp där vi knyter sociala relationer innebär att en grund läggs för att för att vi ska förstå olika roller och relationer. Thornberg (2006) skriver om en process som han kallar socialisation. Han menar att unga tar till sig kunskap om gruppens eller samhällets normer, värden, föreställningar och beteende mönster. Thornberg (2006) menar att det är detta som utvecklar en personlighet hos individer som anpassas till gruppen eller samhället. Han skriver vidare att det inte enbart handlar om att överta samhällets och sociala grupperns normer utan att en egen identitet ska utvecklas, ett jag.

3.6 Pedagogens roll

Läraryrollen har förändrats genom den kontakt som pedagogen idag måste etablera för att kunna ta reda på elevens tidigare erfarenheter av idrottsundervisning. Istället för att bara instruera måste läraren också kunna väcka intresse för ämnet och här är personlig kontakt och delaktighet i tidigare erfarenheter avgörande (Raustorp, 2004). Just för att utveckla de tidigare erfarenheter som finns hos varje enskild individ. Det är viktigt att lära eleverna att lära sig ta hand om sin egen hälsa. De lär sig själva genom upplevelser och det är pedagogernas roll att se till så eleverna inte lär sig fysisk rörelse genom automatik (Raustorp, 2004). Ämnet idrott och hälsa ska idag följa hela skolutvecklingen genom att bortgå från utantill inläring och reproduktion till att ifrågasätta varför vi gör olika aktiviteter och reflektera över lärandet (Raustorp, 2004).

Clas Annerstedt (1991) betonar medvetenheten i sin läraryroll. Han vill skapa en reflektion kring läraryrollen i idrott och hälsa. Ämnet har blivit allt mer komplext i form av att det ska finnas fler moment i undervisningen då ämnet förändrats. Undervisningspraktiken har stor del i hur vi behandlar de punkter som är uppsatta för ämnets mål. Det krävs en stor eftertanke kring den egna undervisningen med reflektion i centrum. Det handlar om att tänka kring den egna undervisningen för att utveckla redskap för att uppnå de mål som är uppsatta och utvecklas som pedagog. Även de mål som finns uppsatta i skolan är en betydelsefull del att reflektera kring. Det handlar också om att reflektera kring frågor som behandlar vad som är viktigast av att eleverna tränar sina kroppar eller om betydelsen ska läggas vid att lära sig vikten av att vara fysiskt aktiva eller motiverande. Att motivera och lära dem betydelsen av att vara fysiskt aktiva har mycket att göra med bemötande och det är något man bör reflektera

kring i samband med undervisningen. Pedagogens bemötande av eleverna är av stor betydelse då hänsyn måste tas till genus, individualisering och metodik. Även arbetssätt, strategier, materiel, kan användas i ökad utsträckning för att involvera eleverna detta för att uppfylla undervisningens syfte (Annerstedt, 2007).

För läraren handlar det nu om att bedriva en undervisning som syftar till elevens lärande. Där är en stor skillnad i läraruppdraget i ett målstyrt arbetssätt jämfört med det tidigare läraruppdraget som handlade mer om hur pedagogen bedrev undervisningen. I varje skola ska det utifrån målstyrningen finnas en lokal kursplan som förtydligar måltextern och det är vad läraren i idrott och hälsa ska arbeta utifrån. Därför är en stor del för läraren att ha en ide om hur man ska bedriva undervisningen för att få med alla aspekter för eleven. Det är just därför frågorna om varför, vad, hur, när, av vem och i vilket syfte undervisningen bedrivs utifrån. Detta kan man ställa till relation till att man betonar process istället för prestation (Annerstedt, 2007).

Sandahl (2005) skriver om komplexiteten i ämnet idrott och hälsa. I sin undervisning skall hänsyn tas till styrdokumentet som är formulerade på central nivå. Även så om den verkliga undervisningen som anpassas efter skolans och lokalsamhällets förutsättningar samt individers erfarenheter och intresse. Konsekvenser för hur undervisningen bedrivs är även elevernas gruppstorlek och antalet skoltimmar. Styrdokumentet skall vara allmängiltiga och formuleras utan hänsyn till lokala omständigheter. Den verkliga undervisningen är i behov av lokala faktorer som lokalsamhällets struktur, skolans resurser och förutsättningar, lärares och elevs erfarenhet, sociala resurser och förutsättningar vilket har stort inflytande på hur undervisningen bedrivs (Sandahl, 2005). Sandahl (2005) skriver vidare att styrdokumentet inte tar upp anvisningar om undervisningens innehåll. Detta har öppnat för en lokal styrning av verksamheten.

Larsson och Meckbach (2007) ställer sig frågan vad som kategoriserar en professionell lärare i idrott och hälsa. Författarna sammanfattar svaret i sex punkter. Tolka de styrdokument som finns för att göra dem begripliga, för hur vi som lärare ska lägga upp undervisningen. Utifrån styrdokumentet planerar pedagogerna lektionerna och formulerar även egna lokala kursplaner för hur de bedriver undervisningen. Det är även viktigt för lärare att följa med i

kunskapsutvecklingen genom att studera den relevanta kunskap som finns. I samband med arbetet som lärare organiserar och utvärderar pedagogerna undervisningen i enlighet med i förväg formulerade kriterier och samverkar också med andra lärare och med elevernas målsmän. Larsson & Meckbach (2007) berör centrala idrottsdidaktiska frågor som man ska förhålla sig till som pedagog i ämnet idrott och hälsa. Vi som lärare ska reflektera över förhållandet mellan teori och praktik, förskjutningen från metodik till didaktik, förhållandet mellan reflekterande och föreskrivande didaktik och förändringen från ”aktiviteten i fokus” till ”eleven i fokus”

Då läraren står inför ett undervisningstillfälle ställs han/hon inför val av pedagogiska problem. Problemen visar sig i de val av innehåll som finns, vilket sätt pedagogen valt att organisera lektionen, metoder och sätt att organisera undervisningsmiljöerna. De val pedagoger väljer påverkar elevernas lärande och socialisation. Faktorer som kan påverka undervisningen kan vara samhällsfaktorer samt traditioner i skolan (Larsson, Meckbach, 2007). För att utvecklingen ska gå framåt krävs nya utmaningar. Pedagogen måste planera sina lektioner så att eleven utvecklar sin kroppsliga kompetens (Larsson, Meckbach, 2007).

3.7 Ämnets karaktär

Olika forskningsstudier som gjorts på barn och ungas fysiska aktivitet pekar på att de blivit mer inaktiva, tyngre, svagare och har fått försämrad motorik. Ämnet når ut till de flesta elever i de yngre åldrarna men att elev deltagandet sjunker ju högre upp i åldrarna man kommer. (Larsson, Meckbach, 2007). Ämnets karaktär har ändrats genom att det i dagens idrott och hälsa handlar mer om att lära sig om kropp och hälsa i en mer teoretisk kunskapsform, istället för övandet av kroppsörelser som tidigare stod för bildningen, det handlade då framförallt om kroppslig bildning. Det ska självklart finnas en grund i rörelsen som en viktig aspekt, genom lek, idrott och allsidiga rörelser. Men samtidigt ska ämnet betona kunskaper om hälsa och livsstil (Meckbach, 2004). Nu ges eleverna olika alternativ till träning och vikten av en sund livsstil upptar allt mer den kunskapsbas de ska lära ut. Då tränar eleverna till att ta ansvar för sin hälsa på egen hand. Lärarna visar i Meckbach (2004) tydligt att de vill att ämnet ska uppfattas som ett roligt och inspirerande ämne som gör att de kan bedriva idrott på sin fritid. I den tanken har alltså ämnet utvecklats till ett mer motionsbaserat ämne i riktning mot en

bättre hälsa istället för ett prestationsämne för eleverna. Idrott och hälsa ska vara ett ämne som är lustfyllt och väcker intresse (Meckbach, 2004).

I det förändrade idrottsämnet betonas inte bara den fysiska hälsan utan det finns mycket mer att lägga tid på. En bredare syn på hälsa har allt mer framkommit. Raustorp (2004) menar att ämnet gått från gymnastik till idrott o hälsa. Det kan förklaras utifrån de vidare begreppet av vad hälsa är. Läraren har till uppgift att aktivt arbeta med hälsobegreppets olika aspekter. Sandahl (2005) skriver om det förändrade ämnet där folkhälsan skulle bli sämre i takt med att ämnet idrott och hälsa skulle få en mer teoretisk bas. Han hävdar att konsekvensen av detta skulle visas som biverkningar på samhället i form av ohälsa, sjukdom, övervikt, och för samhällsekonomin i form av högre sjukfrånvaro, vårdkostnader och förtidspension. Över tid skulle den svenska välfärden hotas.

Larsson & Meckbach (2007) tar upp diskussionen om förskjutningen från aktiviteten i fokus till eleven i fokus. Från 1980 – talet har begreppet didaktik återintroducerats i svensk lärarutbildning då man gått ifrån metodiken som tidigare varit dominerande. Begreppet didaktik ställer frågor som vad undervisningen innehåller, varför man undervisar, när man undervisar, hur undervisningen läggs upp, för vem man undervisar och vem som undervisar. Didaktikens påverkan på lärarutbildningen har i sin tur påverkat de nationella styrdokumenterna där det gått från fokus på vad lektionerna skall innehålla, aktivitetsfokus, till vad undervisningen skall leda till, elevfokus.

3.8 Ämnets legitimitet

Idrotten ska stå bakom en livsstil som ska vara hälsosam samt ge en rikare fritid. Samtidigt menar Annerstedt (2007) att även om ämnets mål förändrats så ser allmänheten på ämnet på samma sätt. Allmänheten ser inte ämnet som ett bildande ämne ur ett framtida livsperspektiv. Därför prioriteras istället andra ämnen framför idrott och hälsa. Ämnet har dock stärkt sin status i Sverige men det beror mycket på den medvetenhet om hälsoaspekter som breder ut sig. Men samtidigt ser man undervisningen som en avkoppling från den andra undervisningen i skolan och ses därför som ett utövande. Problemet med den här synen är då att idrottsämnets legitimitet blir lidande när det inte anses ha något bildningsvärde. För att höja ämnets status är det viktigt att man funderar över hur idrott är ett bildningsämne. I diskussioner om idrottens

legitimitet är en åsikt att idrotten inte kan förbättra folkhälsan utan istället ska dess uppgift vara att erhålla eleverna kunskaper och medel för att veta hur de kan reflektera över sin livsstil och vanor och därifrån förändra dem. Inriktningen i undervisningen ska inriktas på att teoretiska processer som används att visa på vikten att utveckla den dagliga rörelsen. Därigenom hoppas man påverka i positiv riktning i ett folkhälsoarbete (Annerstedt, 2007).

4. Metod

4.1 Inledning metod

Vi kommer att genomföra åtta intervjuer vilket kommer att resultera i en kvalitativ undersökning. Intervjuerna kommer att bli semistrukturerade vilket skapar utrymme för diskussion där vi vill få en dialog mellan oss och intervjupersonerna. Enligt Kvale (1997) diskuteras forskningsintervju, utifrån det vardagliga samtalet, där man producerar kunskap genom dialog. Genom samspel personer emellan konstrueras ny kunskap (Kvale, 1997). Anledning till att vi inte valde att göra en kvantitativ undersökning är att vi vill göra en djupgående undersökning där intervjuerna kommer att leda ut i diskussioner som kommer att tolkas och analyseras. En kvantitativ undersökning hade gjort att vi inte kan få en djupare förståelse för hur läraren arbetar med fysisk, psykisk och social hälsa i sin undervisning. Den typ av metod som valts kommer inte att reflektera hur lärare/pedagoger i allmänhet bedriver sin undervisning. Det kommer enbart att visa på hur problematiken kring att arbeta med styrdokumentet i undervisningen samt hur de arbetar med den.

4.2 Avgränsning

Intervjuerna genomfördes i en mellanstor stad på västkusten. De krav som fanns var att intervjupersonerna skulle vara behöriga idrottslärare som arbetar mot de yngre åldrarna i årskurs 1-5 i ämnet idrott och hälsa. Personerna som intervjuats har varit både manliga och kvinnliga. De har haft olika lång erfarenhet och varit i varierande åldrar. Patel & Davidsson, (2003) menar att det ska finnas variation i ett urval till en kvalitativ undersökning.

Vi anser dessa åldrar vara intressanta beroende på att vi har en bredare förförståelse och kunskapsbas genom våra egna erfarenheter, vilket gör att vi kan tolka resultatet.

4.3 Intervjuguide

Intervjuguiden är framtagen för att vi ska kunna gå in på djupet i de olika problemområdena. Frågorna av liknande karaktär av den anledningen att vi vill få ut så mycket som möjligt av de personer som blivit intervjuade. Frågorna är utformade så vi kan få svar på vårt syfte och våra frågeställningar. Intervjuguiden har blivit godkänd av vår handledare vilket gjorde att kvalitén på frågorna var av den relevansen att vi skulle kunna besvara våra frågeställningar. Detta för att uppnå så hög validitet som möjligt. Frågorna som arbetats fram anser vi vara relevanta för att få svar på våra frågeställningar och på de vi avser att undersöka. Vilket Patel & Davidsson (2003) belyser vikten av. För att undersökningen ska mätas på ett tillförlitligt sätt har intervjuerna genomförts muntligt. Det gör att intervjun blir mer personlig där vi kan diskutera ämnet och gå in på djupet för att få hög reliabilitet.

4.4 Tillvägagångssätt och Urval

För att få in de material som behövdes för att genomföra intervjuerna gick vi ut med mejl till samtliga rektorer i den mellan stora staden på västkusten. Efter att vi inte fick den respons vi önskat åkte vi ut till skolorna för att få tag på personer som ville ställa upp på intervju. Detta resulterade att vi fick tag på åtta behöriga idrottslärare som undervisade i ämnet idrott och hälsa. Urvalet av intervjupersoner har gjorts av strategiskt karaktär. För att få svar på de frågeställningar vi hade arbetade vi fram en intervjuguide med frågor berörande lärarnas syn på ämnet idrott och hälsa, deras förhållningssätt till de nationella styrdokumenterna samt deras syn på psykisk, fysisk och social hälsa. Innan varje intervju tillfälle informerade vi intervjupersonen om vad vi ville få svar på i vårt examensarbete. De fick även läsa igenom frågorna innan intervjun började. Detta för att skapa en trygghet hos intervjupersonerna och utreda eventuella frågetecken (Kvale, 1997). Intervjuerna genomfördes av båda författarna där en höll i intervjun där den andra personen satt som passiv mottagare genom att anteckna och observera. Vi använde oss utav diktafon för att göra det lättare att transkribera intervjuerna.

4.5 Dataanalys

Bearbetning av relevant litteratur och tidigare forskning har gjorts för att få en bred grund att stå på samt se det aktuella forskningsläget. Från den insamlade litteratur och tidigare forskning vi tagit del av, har vi arbetats fram ett syfte och frågeställningar. Utefter detta har vi

gjort en intervjuguide som avser att vår insamlade empiri kommer besvara våra frågeställningar. Användning av databaser som Gunda, Libris samt Högskolan i Halmstad sök katalog Hulda har använts. Den insamlade litteratur och data har sedan använts för att analysera de svar vi fått från intervjuerna.

4.6 Etiska förhållningssätt

Under arbetets gång kommer inte någon av de intervjuades namn att nämnas. Fiktiva namn kommer att förekomma för att förhindra en eventuell identifikation. Namn på skola som besökts kommer inte heller vara namngivna. Det som går att läsa är att intervjuerna genomförts i en mellanstor stad på västkusten. Ålder, kön och erfarenhet kommer att presenteras. Intervjupersonerna som deltagit i undersökningen har blivit informerade om forskningssyfte. De har även blivit informerade om att arbetet är frivilligt. Intervjupersonerna har gett sitt samtycke till att informationen som används i arbetet är offentligt. Informationen som vi tagit del av och som finns i arbetet kommer endast användas i vår forskning.

5. Teoretiskt perspektiv

När läroplanen studeras finns det några begrepp som hör ihop med den synen som finns på lärande som är centrala utgångspunkter för ämnet idrott och hälsa. Ett tydligt teoretiskt perspektiv på lärande är det sociokulturella perspektivet och även learning by doing är ett perspektiv vi kan koppla till idrott och hälsa. Därför har vi valt att utgå från de här perspektiven i vårt sätt att se och förstå läroplanens mål och syfte.

5.1 Sociokulturellt perspektiv

Idrott och hälsa är ett väldigt socialt ämne och ska vara ett socialt ämne där man lär sig att samarbeta och gemensamt för att sträva mot en bättre hälsa. I läroplanen är kommunikation genom sociala sammanhang en viktig punkt för ämnet idrott och hälsa. Då handlar det om att arbeta i grupp för att främja elevernas sociala förmåga och lära av varandra. Självförtroende och att testa olika aktiviteter är viktiga grunder. Kunskap tas in genom samspel med omgivningen och där är kommunikationen genom språket det centrala som gör att eleven lär sig genom sin omgivning (Säljö, 2000).

Lärande kan äga rum på kollektivnivå eller individnivå. Det är framförallt i kollektiva sammanhang som lärandet äger rum inom idrotten. Vi interagerar med andra människor och tar del av andras tankar och lär av varandra genom erfarenheter. Vi lär oss genom kulturer som vi kommunicerar med varandra. Idrotten är typiskt med olika kulturer genom dans, hälsa eller miljötänkande (Skolverket, 2000). Vi använder både fysiska och språkliga redskap för att lära inom idrotten och det är precis vad det sociokulturella perspektivet innebär. Kultur, idéer, värderingar och kunskaper som förmedlas genom intellektuella och fysiska artefakter (Säljö, 2000).

Den idrottsliga uppfostran ska även stå för att göra oss medvetna hur vi är mot varandra i det sociala samspelet. De erfarenheter som vi skapar oss är processer som kommer utifrån vårt handlande, hur vi beter oss, kommunicerar och hur vi tänker. Dels en biologisk mognad genom kontrollerade rörelser i samspel på med ett genetiskt perspektiv. Sedan sker den vidare utvecklingen genom dessa sociala sammanhang. Ett växelspel där vi tar in vår mognad och samspejar med omgivningen (Säljö, 2000). Kunskaper förs vidare genom generationer. Det är viktigt att försäkra att de fysiska och teoretiska kunskaper en generation har förs vidare till nästa. Det är inbyggt i oss att dessa kunskaper förs vidare i ett socialt sammanhang. T. ex när de satt vid lägerelden och berättade vidare kunskap eller förde vidare genom att praktiskt kommunicera kunskapen. Barnet lär genom att delta och observera olika aktiviteter där det sker en kommunikation i form av instruktioner (Säljö, 2000). (Instruktionerna kan man beskriva som idrottsläraren eller andra elever som kommunicerar med varandra. Att vi tagit det sociokulturella perspektivet beror till stora delar på just den kommunikativa aspekten och överförandet av kunskap som helt klart sker inom idrotten via sociala sammanhang.

Det sociokulturella perspektiv är knutet till läroplanen där kunskap är knuten till sociala kontexter. Det sociala sammanhanget är aktiva sätt att försöka se, förstå och hantera världen. Processer på ett kommunikativt sätt är centrala och gör att individen blir delaktig i färdigheter och kunskaper. Kunskaperna är inget som finns i individen utan är beskrivningar och analyser av det kommunikativa samspelet. Medieringen av kunskap för eleven sker i samspelet med de personerna som finns i omgivningen. Språkanvändning och kommunikation är centrala och utgör en länk mellan omgivningen och eleven (Säljö, 2000).

För att utveckla färdigheter i skolan utifrån Vygotskys tankar lär sig eleverna genom att samtala, härma, lyssna och samverka i ett socialt sammanhang. Vygotsky menar att det en elev lär sig göra med andra kan eleven sedan göra på egen hand. Lärande har med relationer att göra i ett socialt sammanhang. Eleven ska då vara så aktiv som möjligt och inte passiv i inläringen, som passiv mottagare (Dysthe, 2003).

5.2 Learning by doing

Dewey (1998) var den som kom på begreppet ”learning by doing” (att lära genom att göra). Det kallas också aktivitetspedagogik. Med det menas att teori, reflektion och handling hänger ihop. Den kunskap man får måste komma till nytta. Den måste också ha verklighetsanknytning. Ett bra exempel på detta är ett litet barn som lär sig att gripa, krypa och gå. Barnet träffar på nya föremål som kräver nya färdigheter. Barnet övar och lär sig. Genom detta utvidgar han/hon sina erfarenheter.

Ännu ett centralt tema hos Dewey (1998) är progressivism. Denna teori är centrerad på den som lär sig, exempelvis barnet eller eleven. Man kan även säga att den är individcentrerad. Man betonar vikten av praktiska uppgifter i undervisningen. Här återkommer begreppet ”learning by doing”. Enligt Dewey (1998) går progressivism ihop med ett demokratiskt synsätt. Man betonar skolans betydelse för samhällsutveckling. Det viktigaste i den progressiva utbildningsfilosofin är att eleverna deltar i planeringen inför sina inlärningsprocesser. Eleven tillsammans med läraren formulerar målen. Det är viktigt att alla får komma till tals och att människor på ett smart sätt samarbetar med varandra. Detta är att på ett demokratiskt sätt lösa problem. En stor brist i den traditionella utbildningen är att eleven inte varit delaktig i att formulera målen. Det demokratiska synsättet hör i stor del ihop med läroplanens syn på idrott och hälsa där eleverna ska vara med och påverka genom att ansvara för lektioner eller vara med och bestämma i lektionsupplägget.

6. Vetenskapsteori

6.1 Hermeneutik

Examinationsarbete kommer att ha en hermeneutisk utgångspunkt. Genom denna vetenskapliga utgångspunkt kommer vi inte att leta efter en absolut sanning. Vi vill få en förståelse för hur undervisningen bedrivs för att kunna tolka hur lärares handlingar kommer till uttryck i den undervisning som de bedriver. I uppdraget som lärare kan man tolka läroplanen ”som man vill”, vilket resulterar i en viss typ av handling (Patel & Davidsson, 2003). Vi arbetar utefter vår egen förförståelse för att tolka. (Patel & Davidsson, 2003). Vi vill ta reda på hur lärarna bedriver sin undervisning för att förstå vilka komplikationer som kan finnas med att koppla läroplanen till undervisningen i idrott och hälsa. Med denna typ av utgångspunkt kommer vi att tolka vår empiri. Med en hermeneutisk utgångspunkt är det viktigt att se till helheten. Det är i helheten som man kan få förståelse för ett visst fenomen. Utifrån den empiri man samlat på sig skapar man förståelse genom tolkning vilket kan resultera i olika svar för olika individer. Då man tolkar ett fenomen har tidigare erfarenheter, lärdomar och förkunskaper d.v.s. ens subjektivitet en betydelse då man utifrån dessa gör en tolkning. Den hermeneutiska spiralen är en del av vetenskapsteorin då de inte finns någon bestämd utgångspunkt eller slutpunkt. Texten som bearbetas tolkas, utefter sina tolkningar får man en förståelse vilket skapar nya förutsättningar för att bearbeta ny text som tolkas och man får ny förståelse (Patel & Davidsson, 2003).

7 Resultat/Analys

När analysen och resultatet redovisas vill vi ännu en gång belysa att vi utgår från hermeneutiken. Vi har under utbildningens gång samlat på oss kunskap och erfarenhet vilket har skapat en förståelse och insikt hos oss. Under tiden vi arbetat och fördjupat oss i ämnet har vi fått en djupare förståelse och större insikt i ämnet. Vi kommer att se till de stora hela i vår analys så att vi kan spegla helhetsbilden i intervjuerna. Detta spelar en viktig roll då det är vi som gör vår tolkning utifrån vår subjektivitet.

7.1 Lärarnas syn på ämnets legitimitet

Introduktion

Lärarnas syn på idrott och hälsa kommer till uttryck i intervjuerna igenom. När frågan om ämnet legitimitet kommer på tal anser samtliga att ämnet idrott och hälsa är ett fullvärdigt skolämne. Då vi intervjuat pedagogerna är det en del som anser att allmänheten har en annorlunda syn på ämnet. Catarina menar på att man ska gå ut till allmänheten och berätta varför ämnet är ett bildningsämne samt vad eleverna lär sig.

”Det är inte bara släng in en boll och låt de rulla så att säga utan det är ett bildningsämne, vi lär dem många saker” (Catarina).

Tolkning

Catarina menar på att den allmänna uppfattningen om idrott och hälsa är att ämnet till stor del ses utifrån fysisk träning. Hon visar på att okunskapen hos allmänheten lyser igenom med ett citat som detta. Hon vill få fram att eleverna lär sig mycket mer än fysisk bildning.

Analys

Flera av pedagogerna är av samma åsikt. Catarina anser att de som inte vet vad ämnet handlar om ska inte heller uttala sig. Annerstedt (2007) berör detta och skriver vidare om problematiken där allmänheten ser ämnet på ett annat sätt. Samtidigt har ämnet fått högre status tack vare medvetenheten om hälsoaspekten i samhället. Den syn på idrott och hälsa som finns i samhället tror vi lever kvar sen gammalt då undervisningen sågs utifrån den fysiska

träningen. I takt med att samhället utvecklats har också idrott och hälsa vuxit och fått en mer teoretisk bas. Annerstedt (2007) skriver om att ämnet har blivit allt mer komplext i form av att det ska finnas fler moment i undervisningen då ämnet förändrats. Detta är en förändring som vi anser att allmänheten inte fått vetskap om.

Introduktion

Samtliga pedagoger berättar hur de både före och efter lektionerna pratar och diskuterar aktiviteterna med eleverna. Det går igenom för eleverna vad de tränat och övat på. Samtalen är till för eleverna som ska få upp ögonen för den fysiska, psykiska och sociala hälsan och dess vikt för välbefinnande.

”Barnen är väldigt aktiva under de teoretiska också, där de får svara på frågor varför vi har gjort såhär och vilka kroppsdelar vi tränat och såna saker” (Marcus).

Tolkning

Den diskussionen Marcus för med sina elever tyder på att han vill få med dem i undervisningen och försöka få eleverna att förstå att den aktivitet som bedrivs är för deras bästa. Han vill få dem att inse vikten av fysisk aktivitet.

Analys

Det är viktigt att skapa en diskussion av reflekterande karaktär där eleverna får upp ögonen för vikten av fysisk aktivitet. Detta i sin tur kan skapa en förståelse hos eleverna som i längden kan resultera i ett livslångt lärande, där fysisk aktivitet och hälsofrågor är något som eleverna anser vara viktigt, främst för deras eget välbefinnande. Annerstedt (2007) skriver att motivera och lära eleverna betydelsen av att vara fysiskt aktiva har mycket att göra med bemötande och det är något man bör reflektera kring i samband med undervisningen. Detta är tankar som bekräftar ämnets legitimitet och är något som samtliga pedagoger anser vara viktigt.

Introduktion

Samtliga pedagoger lyfter upp variation i undervisningen som något centralt. Det är genom variation i undervisningen som eleverna får upp ögonen för nya aktiviteter som de senare kan utföra på fritiden.

”De ska få testa på så mycket som möjligt, olika aktiviteter, och lära sig om vad hälsa är, varför man behöver röra på sig, och vad man ska tänka på vad man äter, aa de är väll sättet de lever på” (Anna).

Även Martin diskuterar vikten av livslång aktivitet.

”Men att försöka få dem intresserade av idrott som dem kan röra sig på sin egen fritid för på skolan kommer inte finnas där för dem alltid. Att få ett livslångt intresse för idrott och hälsa”.
(Martin)

Tolkning

Anna och Martin betonar att den varierande undervisning är viktig för eleverna. Detta för att skapa ett intresse och ett livslångt lärande hos eleverna. De nämner även att de vill få eleverna intresserade av idrott och hälsa så att de på egen hand kan genomföra fysisk aktivitet på fritiden.

Analys

I frågan om att legitimera ämnet är det enligt pedagogerna variation i undervisningen som är centralt, vilket skapar intresse för fortsatt utövande av någon idrott. Variation i undervisningen är något läroplanen tar upp där det står att variation i undervisningen ska finnas för att väcka ett intresse för nya aktiviteter (Skolverket, 2000). Eleverna ska även få kunskap om hur de främjar sin egen hälsa samt att undervisningen ska ge stimulans för ett bestående intresse för regelbunden fysisk aktivitet (Skolverket, 2000). Raustorp (2004) skriver att vi som pedagoger ska sträva efter livslång aktivitet och lärande inom ämnet. Raustorp (2004) nämner även att aktiviteter ska utföras över generationsgränser. Vikten av att utöva varierande aktiviteter är något samtliga pedagoger anser vara av stor vikt då man ska få eleverna att utöva fysisk aktivitet på fritiden. Vår insamlade empiri visar på att pedagogerna har bra insikt över att undervisningen ska sträva efter livslångt lärandet. Vilket visar på att deras kunskaper och insikter gör att ämnets legitimitet förstärks.

Introduktion

I diskussioner om idrottens legitimitet är en åsikt att idrotten inte kan förbättra folkhälsan utan istället ska dess uppgift vara att erbjuda eleverna kunskaper och medel för att veta hur de kan reflektera över sin livsstil och vanor och därifrån förändra dem (Annerstedt, 2007). Meningen ovan har vi använt oss av i en avslutande diskussion fråga i vår intervjuguide. Lärarna har fått svara fritt efter att de fått höra påståendet. Pedagogerna har haft relativt liknande åsikter om påståendet.

”Men vist har man lite för lite tid för att det ska räcka. Man försöker pucha på dem att de ska hitta någonting på sin fritid också. För två gånger femtio minuter när man inte hinner jobba mer än en halv timme, alltså av de rent aktivt det är inte tillräckligt för att få en hälsa”. (Erika)

Tolkning

Erika menar på att den undervisningen som bedrivs i skolan inte är tillräcklig för att förbättra folkhälsan. Det är genom att få eleverna intresserade och medvetna om vad fysisk aktivitet har för inverkan på kroppen. Genom att skapa en medvetenhet har eleverna en bättre chans att få ett intresse för idrott. Om man ser det långsiktigt kan det bara genom medvetenheten skapa en bättre folkhälsa.

”Man förbättrar ju inte folkhälsan genom att man får så här mycket att man har så mycket fysisk aktivitet att de förbättrar sin hälsa. På det viset kan jag nog hålla med om att det är viktigare att ge dem verktygen för att ge dem ett val” (Erik).

Tolkning

Erik har en synpunkt där han lyfter fram att man ger eleverna medel och verktyg, för att eleverna senare i livet kunna påverka sin egen livssituation.

Analys

Vi delar åsikter med pedagogerna. Vi anser att idrottsundervisningen inte kan förbättra folkhälsan utan att vi som lärare kan påverka eleverna i den utsträckningen att de förstår vikten av fysisk aktivitet. Det är genom samtal och diskussion som kunskapen om hur man förbättrar sin hälsa bli starkare. Pedagogerna visar att de har en medvetenhet att ämnet inte

kan förbättra folkhälsan på två timmars idrottslektion i veckan. Vi som lärare har stor påverkan och inflytande på eleverna vilket gör att vi kan sprida budskapet om varför och hur man får en bättre hälsa. Den påverkan och de inflytande pedagoger har på eleverna kan göra att de ändrar sina vanor och sin livsstil vilket kan i förlängningen bidra till en förbättrad livssituation och förbättrad folkhälsa. Den förändringen som kan ske är förbättrade matvanor och regelbunden fysisk aktivitet. Lpo94 tar upp att regelbunden fysisk aktivitet för barn och ungdomar har påverkan på deras fysiska och psykiska välbefinnande (Skolverket, 2000). Genom att arbeta på mot ett livslångt lärande anser samtliga pedagoger att folkhälsan kan förbättras. Undervisningen ska även ge stimulans och engagera eleverna för att ska kunna genomföra fysisk aktivitet på egen hand (Skolverket, 2000). De som pedagogerna anser kunna förbättra folkhälsan är att göra eleverna medvetna över sin situation.

7.2 Varför idrottsämnet är ett bildningsämne

Introduktion

Idrott och hälsa anses inte vara ett fullvärdigt skolämne enligt många. Det kan bero på bristen på kunskap och insikt i ämnet.

”Men det är att gå ut med de till andra behöriga och andra obehöriga så att säga så de vet att det är ett bildningsämne. Varför det heter bildningsämne. För det är ett ämne där man lär sig och får kunskaper”. (Catarina)

Tolkning

Catarina menar på att obehöriga, som inte är i skolans värd saknar en förståelse för ämnet idrott och hälsa. Hon vill därför göra utomstående uppmärksam på vad idrott och hälsa innebär samt vilka kunskaper som förmedlas.

Analys

Under intervjuerna och genom den forskning vi läst har vi fått en insikt i hur allmänheten ser på ämnet idrott och hälsa. En allmänuppfattning är att det enbart är fysisk aktivitet som utövas i ämnet. Det ses som en avslappnande ämne där kraven inte är så högt ställda. Annerstedt (2007) skriver om problematiken kring ämnet idrott och hälsa som ett bildningsämne.

Allmänheten ser inte ämnet som ett bildande ämne ur ett framtida perspektiv. Vi kan i vår

insamlade empiri se hur många av pedagogerna delar uppfattningen om att ämnet inte har fått samma grund att stå på som övriga ämnen. Pedagogerna anser att ämnet idrott och hälsa är ett bildningsämne då de anser att man får kunskaper som man har med sig livet ut. Flertalet av intervjupersonerna nämner att man utbildar sig till att ta hand om sin egen hälsa. När det kommer till att ta hand om sin egen hälsa kommer pedagogerna in på att man ska äta rätt och sköta sin kropp. Raustorp (2004) skriver i sin bok att göra eleverna intresserade idag är av största vikt beroende en växande inaktivitet. Utifrån studier som gjorts att föreningslivet växer men att det samtidigt utförs mindre spontan idrott på fritiden (Raustorp, 2004). Ämnet har blivit mer accepterat då allmänheten har börjat se ämnet på ett annat sätt. Ämnet har fått högre status tack vare medvetenheten om hälsoaspekten i samhället. Många av pedagoger ser ämnet som ett väldigt socialt ämne där den sociala kunskapen får oerhört mycket träning. De sociala är något samtliga pedagoger anser göra idrott och hälsa till ett bildningsämne. I idrott och hälsa tränas de sociala förmågorna genom gruppövningar där eleverna får samarbeta. Pedagogernas betoning av social träning i form av gruppövningar och samarbetsövningar anser vi vara en stark orsak till att idrott och hälsa ska betraktas som ett bildningsämne. Raustorp (2004) skriver om undervisningen som ska bedrivas så att alla kan vara delaktiga för att arbeta med elevers självkänsla. Den självkänsla man bygger upp kan eleverna senare ta med in i klassrummet där det speglas på andra mer teoretiska ämnen.

7.3 Syftet för idrott och hälsa utifrån läroplanen

Introduktion

Pedagogerna har en övergripande bra bild av vad syftet med idrott och hälsa är. I intervjuerna som genomförts har vi diskuterat och gått djupare in på vissa delar av läroplanen. De vi valt att gå djupare in på är den fysiska, sociala och den psykiska hälsan. Enligt läroplanen är ett av ämnets syfte att utveckla elevernas fysiska, psykiska och sociala förmågor samt att ge kunskaper om den egna livsstilens betydelse för hälsan (Skolverket, 2000). Vi kan genom vår tolkning se att det finns en medvetenhet och förståelse hos pedagogerna för vad detta syfte innebär.

”Livslång hälsa att få kunskaper för och veta hur man ska göra för att må bra. Och nå hälsa i livet både psykiskt och fysiskt, socialt” (Erika).

”Nyttan av att röra på sig, det är också det här med nyttan av att samarbeta, se sin egen roll tillsammans med andra. Eftersom det är mycket i grupp man gör inom idrotten det är inte bara enskilda prestationer utan det är grupprestationer” (Gerd).

Tolkning

Pedagogerna har en övergripande bra syn på vad som är syftet med idrott och hälsa. Samtliga pedagoger kommer in

Analys

Det vi kan se i vår empiri är att samtliga pedagoger är medvetna om vad syftet är. Intervjuerna igenom har de huvudsakliga begreppen för syftet tagits upp till diskussion. Arbetet som pedagogerna beskriver om att de genomför har fokus på att uppnå de uppsatta mål som finns. Intervju igenom visar pedagogerna att deras arbete har en grund och stöd i läroplanen. Samtliga pedagoger lyfter upp att undervisningen ska speglas så att eleverna får ett livslångt lärande. Pedagogerna diskuterar också att det är viktigt för eleverna att få kunskaper, medel och verktyg för att sköta sin egen hälsa och sitt välbefinnande. Vilket kan förankras i läroplanen (Skolverket, 2000). Barn och ungdomar behöver därför utveckla kunskaper om hur kroppen fungerar och hur vanor, regelbunden fysisk aktivitet och friluftsliv förhåller sig till fysiskt och psykiskt välbefinnande” (Skolverket, 2000). Samarbeta tillsammans med att man erbjuder variation i undervisningen är något pedagogerna anser vara ett annat syfte. Gerd berättar om att det är viktigt för eleverna att samarbeta samt se sin roll tillsammans med andra. Jonte menar på att han erbjuder eleverna att prova på olika aktiviteter för att få en positiv bild. Marcus berättar att han ser utmaningen i att få de elever som inte har det idrottsliga intresset, intresserade. Deras syn på syftet med undervisningen kan bekräftas där Lpo94 säger att eleverna ska utveckla gemenskap och samarbetsförmåga och respekt för andra (Skolverket, 2000). Variationen i undervisningen ska bedrivas på det sätt att det väcker intresse och nyfikenhet för nya aktiviteter (Skolverket, 2000). Några av pedagogerna lyfter upp punkter som simning, orientering och dans som ett syfte med undervisningen. Dessa tre punkter tar läroplanen upp där man ska kunna orientera sig genom att använda enkla hjälpmedel, ha god vattenvana samt utföra enklare danser till musik (Skolverket, 2000). Enligt pedagogerna ska eleverna även utbildas i att ta hand om sig själva, att må bra. Detta är något pedagogerna är väl medvetna om och arbetar aktivt med. Gerd hänvisar till att om man

är aktiv och rör på sig presterar man också bättre i de teoretiska ämnena. Sollerhed (1997) beskriver en studie som gjorts som visar att det finns samband mellan regelbunden träning och studieresultat. Sollerhed (1997) beskriver att elever som tränade minst två gånger i veckan hade högre medelbetyg än dem som inte tränade. Träningen tog tid från vad som skulle kunna vara studietid men de elever som tränade presterade bättre. I läroplanen finns inga restriktioner på hur undervisningen ska bedrivas eller hur dessa mål skall uppnås. Detta är helt lämnat till ansvarig lärare. Sandahl (2005) skriver att det för läraren handlar om att bedriva en undervisning som syftar till elevens lärande. Där är en stor skillnad i läraruppdraget i ett målstyrt arbetssätt jämfört med det tidigare läraruppdraget som handlade mer om hur pedagogen bedrev undervisningen. Sandahl (2005) skriver vidare om att det är viktigt för läraren att bedriva undervisningen för att få med alla aspekter för eleven. Frågor som varför, vad, hur, när, av vem och i vilket syfte undervisningen bedrivs utifrån. Detta kan man ställa till relation till att man betonar process istället för prestation. I Sandahls (2005) resonemang om hur undervisningen ska bedrivas anser vi att frågorna varför, vad, hur, när, av vem och i vilket syfte undervisningen bedrivs utifrån är av stor vikt. Dessa didaktiska frågor anser vi vara grundläggande för hur undervisningen bedrivs samt en bra utgångspunkt för att nå de mål som finns i läroplanen. Pedagogerna anser att det är betydelsefullt att inom idrotten inte bara är enskilda prestationer utan det är grupprestationer som är viktiga.

7.4 Pedagogernas perspektiv på fysisk, psykisk och social hälsa

Introduktion

Vi diskuterar den fysiska, psykiska och sociala hälsan med pedagogerna. De här olika delarna är en central utgångspunkt i uppsatsen.

”Den psykiska är ju svårare tycker jag, den fysiska hälsan är det inga problem med. Den sociala hälsan kommer in när vi jobbar med olika konstellationer på idrotten tycker jag och man lär sig så då vilka som är ensamma och får in dem i grupper så alla får känna sig delaktig” (Catarina).

Tolkning

Catarina är väl medveten om hur de fysiska och sociala delarna samspelar i undervisningen och gör det samspelet synligt genom tankar runt sin undervisning. Arbetet med den psykiska

hälsan verkar vara en komplex del i undervisningen, där Catarina inte riktigt vet hur hon ska få grepp om elevernas innersta känslor.

Analys

De lärare vi intervjuat menar överlag att den psykiska hälsan är svår att komma åt. Men den sociala hälsan kommer in väldigt mycket i den idrottsliga vardagen. I den fysiska gemenskapen arbetar eleverna alltid i ett socialt sammanhang, där även ensamma elever ska ingå i grupper för att bygga upp en delaktighet och social gemenskap, samt att öva den sociala förmågan. Eleverna måste respektera varandra och acceptera att alla inte är lika duktiga. Utifrån det sociokulturella perspektivet är idrott och hälsa ett socialt ämne där eleverna samarbetar och lär sig av varandra för att sträva mot en bättre hälsa. Ämnet syftar till att göra eleverna medvetna i hur de är mot varandra i det sociala samspelet (Säljö, 2000).

”Jo men allt kommer upp i idrotten som inte kommer upp i klassrummet just de psykiska är svårt att ta på” (Catarina).

Tolkning

Det psykiska arbetet som idrott och hälsa ska vara med att bidra till tycker lärare Catarina är svårt att komma åt då eleverna kan dölja sina känslor. Men samtidigt verkar hon tycka att hon ofta kan se hur en elev mår, då eleverna är mer avklädda i idrotten och får visa mer känslor än under lektioner i andra ämnen. Vi tolkar hennes svar här att det är svårt att komma åt de allra innersta känslorna. Men samtidigt att vi som pedagoger kan se tendenser hos elever i hur de mår och känner sig.

Analys

Eftersom pedagogerna vi intervjuat har svårt att veta hur deras elever mår innerst inne är det istället av största vikt att främja deras psykiska hälsa genom att ge dem redskap och verktyg att hjälpa sig själva (Raustorp, 2004). Tanken med empowerment är enligt Raustorp (2004) att eleven har kraften och styrkan själv att styra sitt liv.

Introduktion

I intervjun belyser flera pedagoger den fysiska hälsan genom att synliggöra aktiviteter för att göra elevernas fritid mer aktiv.

”Man behöver inte hålla på med en lagidrott utan man kan göra något enkelt som att gå till och hem från skolan, istället för att fråga mamma o pappa om man får skjuts, vanlig daglig Aktivitet för många asså, just för att synliggöra de här med daglig fysisk aktivitet är viktigt. Ehh sen är de få en positiv bild av sig själv e är, det är ett ämne som ibland kan va ganska.... ehh.... svårt för vissa. Att få en positiv bild av sig själv, där får man ju jobba med det, pusha mycket” (Marcus).

Tolkning

Om vi ser till den fysiska hälsan och hälsobegreppet som helhet är daglig fysisk aktivitet något som påverkar individen utifrån pedagogernas synpunkt. Där är det viktigt att arbeta under lektionerna för att introducera aktiviteter och påverka dem för att få en bättre självbild och lyckas. Genom självförtroende och daglig fysisk aktivitet är syftet att arbeta mot en bättre hälsa för eleverna.

Analys

Annerstedt (2007) belyser vikten av att använda teoretiska processer för att introducera vikten av den dagliga rörelsen, vilket kan knytas till vikten av att introducera aktiviteter. Lärarna vill se en större teoretisk grund i undervisningen för att påverka i positiv riktning i ett folkhälsoarbete. En tydlig ståndpunkt för lärarna är vikten av att eleverna får möjlighet att lyckas och klara av undervisningen i idrott och hälsa. Det är en väldigt tydlig bild som framkommer, där lärarna belyser vikten av en lagom utmaning för eleverna, beroende på att det är svårt för eleverna att inte jämföra sig med varandra. Raustorp, (2004) tar upp utmaningen som en stor del för elevernas motivation. Där målet ska vara inom räckhåll och att eleverna ska kunna lyckas. Men samtidigt ska inte målet vara för lätt att uppnå. Just utmaningen är en viktig del för att skapa intresse utifrån vårt sysätt på undervisning.

Introduktion

Individen är en tydlig utgångspunkt för att arbeta med idrott och hälsa utifrån ett hälsoperspektiv.

”Hur man äter och att man måste röra på sig för att må bra..... ehh. Sen är det även samarbete jag tänker på det också att man är ett lag, aa empati o sånt asså aaa att man tar hänsyn till varandra. Man har olika förmågor. Aa jag tänker lite så” (Anna).

Tolkning

Anna ser på den fysiska hälsan som den vardagliga aktiviteten och att det är viktigt att fundera och reflektera över sin hälsa och vad som påverkar den positivt. Det behöver inte vara styrketräning eller lagidrott, utan de ska se till livsstilen. Hälsa kopplas också ihop med en medvetenhet i hur eleverna lever genom kost, fruktstund, frukost med mera. På det sättet verkar Anna kopplat ihop hela hälsobegreppet.

Analys

Kostenius & Linqvist (2006) menar att eleven måste stärkas i sin kunskap och kompetens. Vi anser att eleverna då kan reflektera över sin livsstil på ett helt annat sätt med en kunskap som bas i reflektionerna. Det ska ingå i diskussionen ständigt hur eleverna mår, eller varför det är viktigt att röra sig och äta rätt för att känna ett välbefinnande.

”Det är inte så att de fysiska är det viktigaste det tycker jag ju inte, det viktigaste är att man försöker o göra det bästa utifrån sin förmåga, att man blir stöttad av gruppen, så det blir en positiv upplevelse, för de a det är väldigt viktigt” (Anna).

Tolkning

Anna kopplar också ihop idrott och hälsas olika delar i en helhetssyn för hur vi pedagoger ska arbeta med hälsa dagligen i skolan. Att förmedla hälsans olika betydelser för att få en positiv självbild och kunskap om livsstilen. Förmedlingen till eleverna att arbeta utifrån förmåga är det viktigaste och få en upplevelse tillsammans.

Analys

Just upplevelsen är något som ska vara betonat i ämnets karaktär. Ämnet ska vara lustfyllt och mer motionsbaserat (Meckbach, 2004). En tanke som verkar vara homogen bland pedagogerna är att flytta över mer fokus på hälsobegreppet. Meckbach (2004) ser utvecklingen av idrott och hälsa mer som en lärprocess med kroppen och hälsan i centrum istället för kroppsörelser i centrum som tidigare stod för bildningen. Många pedagoger pratar om de positiva bitarna i att arbeta med den sociala och psykiska hälsan genom idrott och hälsa. Men samtidigt kan detta bli en problematik enligt några av dem. Idrotten kan vara stimulerande men samtidigt kan det vara väldigt tufft att smälta in, eleverna syns ganska tydligt i undervisningen. Därav vill vi ännu tydligare belysa vikten av att arbeta med gemenskap och förståelse mellan eleverna, som en tydlig utgångspunkt i undervisningen.

”Har du ett bra klimat i klassrummet, inte i klassrummet men i gymnasalen så får du ju de på köpet men det är ju en långsiktig process ju. Det går ihop lite grann ju. Men jag har planerat för det fysiska så får man lite grann det andra på köpet så fungerar de fysiska så fungerar det sociala så får du med de psykiska också” (Martin).

Tolkning

Martin ser som många andra pedagoger att det fysiska, psykiska och sociala går ihop i en långsiktig process. Samtidigt tycker vi att många av dem behöver reflektera och inte bara se de som att eleverna får den sociala och psykiska på köpet. Alla bitar av hälsobegreppet måste vara med mer i diskussionen mellan elever och lärare och inte bara tas för givna.

7.5 Synen på sig själv som pedagog

Introduktion

Majoriteten av våra intervjupersoner beskriver relationerna med eleverna som ett stort plus i arbete med idrott och hälsa. Eftersom ämnet består av så många delar inte bara fysiska utan även den sociala och psykiska hälsan.

”De e ju så att all träning stärker alla eleverna på olika sätt. Så tycker jag. Hela tiden uppmuntra dem att göra så gott de kan. Det kräver jag det är ett krav” (Catarina).

Tolkning

Att sätta press på eleverna innebär att kräva att de gör så gott de kan, det är ett synsätt som är enhetligt för alla pedagoger under intervjuerna. Kontakten med eleverna är en viktig utgångspunkt i samband med kraven i undervisningen. Genom att arbeta efter sin förmåga kan eleverna börja ta in kunskap i allt vad hälsa innebär. Det gör att de kan stärka självkänslan, genom att känna att de klarar av och lyckas.

Analys

De flesta pedagogerna tror att de har en bra kontakt med eleverna. Att etablera bra kontakt med eleverna ingår i rollen som lärare, vilket i dagens skola handlar om att handleda eleverna för ett livslångt lärande (Raustorp, 2004). I samstämmighet med skolans mål är en utgångspunkt att utveckla eleverna efter sina egna förutsättningar (Skolverket, 2000). Vi tycker det är grundläggande att få eleverna att göra sitt bästa, annars blir det svårt att få dem att ta in upplevelser och erfarenheter.

”Man får hitta olika ingångar. Till de olika momenten. Aaa, orientering, varför ska vi orientera här på gallberget, Nää säger jag vi kan orientera var som helst, men när du åker på semester till sommaren här och du ska ha en karta och se hur du ska ta dig fram i Paris så kan de va kul att veta hur du håller kartan” (Catarina).

Tolkning

Catarina försöker medvetet arbeta med förståelsen för de olika momenten i undervisningen. Hon verkar ha det i tanken hela tiden att introducera vad eleverna lär sig eller hur de kan använda de olika momenten i det vardagliga livet.

Analys

De flesta försöker hitta ingångar under lektionerna för att få in teori som bearbetar varför eleverna gör olika övningar. Där försöker pedagogerna göra eleverna medvetna och tydliggöra vad de lär sig. Dewey (1998) menar genom sitt perspektiv learning by doing att den kunskap eleven får måste vara verklighetsförankrad och komma till nytta. Därför tror vi på vikten att försöka hitta ingångar att förklara vad eleverna lär sig och varför de gör olika övningar. Det svåra är dock att försöka motivera de elever som inte vill och inte har

inställningen att vilja, där är utmaningen. Här tycker lärarna det är betydelsefullt att introducera mycket nytt för sina elever, för att hitta något till alla. Att de varierar sin undervisning är något de tänker till stor del på.

Introduktion

Fokus på lusten till idrott och hälsa för att utöva fysisk aktivitet efter skolan i sociala sammanhang eller på egen hand är en stor del i ämnets karaktär.

”Sen är det viktigt att man lockar fram skrattet under övningar och emellanåt att man kan skämta med eleverna” (Jonte).

Tolkning

Jonte är tydlig i sina tankar om sin roll som pedagog. I inlärningsprocessen ska lusten och skrattet vara ett naturligt inslag för att stimulera eleverna. Vi uppfattar att det för honom är en balansgång mellan lust och inläring i hans undervisning. Att det inte bara ska vara skratt hela tiden men att det är en del av processen i hans arbete med eleverna.

Analys

I den sociala uppfostran är viktigt för alla pedagoger att vara tydlig i deras roll som pedagog. Som lärare ska de visa vad som inte är okej i samspelet, genom att visa eleverna hur de ska ta hand om varandra. Att vara regelrätt uppfattar de flesta av lärarna som en positiv egenskap, de tror att eleverna uppskattar detta genom att lära sig följa regler och acceptera att de gör fel ibland. Intervju personerna ser idrott och hälsa som ett steg i mognaden och som en viktig del i den processen. Men samtidigt som de är hårda ska de finnas tid till skratt och att idrotten ska vara något lustfyllt och där måste vi som lärare bjuda på sig själv, för att eleverna ska tycka att idrotten är stimulerande och rolig. Att förmedla glädje med idrott tar de flesta upp som en viktig del och där handlar det mycket om intresse vilket alla pedagoger har för ämnet. De tycker de är roligt att komma på nya övningar och nya sätt att jobba, vilket är en viktig del för den inre motivationen hos eleverna.

Introduktion

I intervjun diskuterade vi vikten av att analysera sig själv som pedagog. Just för att reflektera hur lärarna är mot eleverna för att motivera och vara ett stöd som är en utgångspunkt för ett livslångt lärande.

”A det är lite såhär intressant att analysera sig själv, men det är lite så man försöker vara ett exempel liksom, ja jag försöker ta med mig så mycket som möjligt av det jag lärt mig, och kunna visa att det är något man själv jaa, använder och sådär, sen ser man att man är så ny så man upptäcker liksom varje termin att nya saker metodik och sådär” (Erik).

Tolkning

I diskussionen med Erik upplever vi stor själkkänedom i hans reflektioner runt sig själv som pedagog. Han reflekterar runt sin kunskap och hoppas att han är ett föredöme för eleverna.

Analys

Lusten att analysera sig själv finns hos några få av pedagogerna. I samband med intervjun märker vi att det finns ett intresse av att analysera sig själv och tänka i de termerna. Men några av dem verkar tycka att det inte finns något behov av det och suckar med eller mindre. Att inte pedagogerna är intresserade av att analysera sig själva i deras roll som pedagog tycker vi är oroväckande. Raustorp (2004) menar utifrån det förändrade ämnet att det är viktigt att diskutera hur vida lärarna följer utvecklingen. Därför är det också något som pedagogen själv måste fundera över. Medvetenheten i sin roll som lärare och skapa reflektion runt rollen då ämnet blivit allt mer komplext är också väsentligt (Annerstedt, 1991).

7.6 Livslånga lärandet

Introduktion

Det livslånga lärandet är en viktig utgångspunkt i vår diskussion kring läroplanens mål. För att vidare visa på hur pedagogerna arbetar med läroplanens mål utifrån det livslånga lärandet. Perspektivet på rörelse också senare i livet är utgångspunkten för diskussionen kring det livslånga lärandet.

”Att de ska få ett bestående intresse för att röra sig och bli medveten om varför rörelse påverkar hälsan och varför de påverkar hälsan. Ta in kost och sömn, må bra, lära sig att må bra, egenvård” (Catarina).

”Är inte föräldrarna intresserade av någon sport kanske de inte skjutsar sina barn till någon sport och då kommer de inte i kontakt med något, de tycker jag är kanske jätte viktigt. Att vi förmedlar variation i skolan” (Catarina).

Tolkning

Vi uppfattar att Catarinas perspektiv på livslångt lärande förmedlas på ett bra vis i intervjun. Just medvetenheten av rörelsens betydelse samt variation i undervisningen är något hon tänker på dagligen. Hon tar också upp andra ämnen som har betydelse för ett livslångt lärande inom idrott och hälsa. Både naturkunskapen och hemkunskapen ska också förmedla viktiga redskap för att ha en hälsosam livsstil i vardagen.

Analys

Lärarna tycker att de har en viktig roll i det livslånga lärandet och det är något som alla tar upp under intervjun. Just att påverka eleverna för att göra val i livet. Många elever har inte föräldrar som är intresserade av fysisk aktivitet och just här handlar det om att ge eleverna val och introducera olika aktiviteter för att ge dem sätt att påverka sin egen hälsa, på ett psykiskt fysiskt och socialt plan. Det är extra viktigt i dagens skola då många studier visar på att barn har blivit mer inaktiva, tyngre och svagare (Larsson & Meckbach, 2007). För att arbeta med livslångt lärande förordar pedagogerna vikten av att få en förståelse för de olika delarna i ämnet. Att eleverna ska reflektera över sin situation och få redskap för att ta hand om sin hälsa. Det räcker inte bara att reflektera om sin hälsa utan de är betydelsefullt att få positiva erfarenheter om idrott och hälsa, som ska förmedlas av läraren. Att idrott och hälsa måste vara rolig för att förmedla ett livslångt lärande är också av största vikt. Här är vi som kunskapsförmedlare otroligt viktiga. När eleverna lär sig mycket blir det också roligare, är en reflektion från en pedagog. Samtidigt är det viktigt att i det här avseendet ha individen i fokus för att arbeta med intresset. Larsson & Meckbach (2007) ser att en förskjutning har skett från att ha aktiviteten i fokus till att sätta individen i fokus.

”För mig är de att man ska röra på sig och lära sig för senare i livet, att man ska röra på sig och äta rätt. Och sömn och sånt” (Marcus).

Tolkning

En vetenskaplig utgångspunkt med kroppen i fokus är ett perspektiv på livslångt lärande som Marcus förmedlar. Han nämner i samband med fokus på rörelse upplysningens betydelse, för att öppna till intag av ny kunskap för eleverna.

Analys

Stillasittande är ett av problemen att arbeta mot i idrott och hälsa. Det finns många barn som inte gillar att röra på sig och inte är intresserade där handlar det om att vara en bidragande orsak till att intresse skapas. Inte bara att skapa intresse för fysisk aktivitet utan få dem att bli intresserade av kroppen. För att upplysa eleverna inom hälsa tar många pedagoger upp just legitimiteten hos lärarna, för att ha rätt kunskap att kunna undervisa eleverna, för att eleverna ska ha nytta av det senare i livet. Särskilt de som inte är aktiva i vardagen är viktiga att påverka för möjligheter till en livslång fysisk aktivitet. Annerstedt (2007) anser också att just upplysa eleverna är grundläggande för ämnet. Därför syftar vi till att belysa lärarens kunskap som en viktig del för inläring.

Introduktion

Själförtroende och självkänsla är utgångspunkter för pedagogernas arbete med eleverna. En positiv och informerande lärare som arbetar med alla delar i hälsobegreppet diskuterar igenom hela intervjun.

”Ehh, de är ju mycket prata positivt, få en positiv bild på sig själv, många tycker väll att nej jag kan inte, då gäller de ju att berömma dem, visst du är jätte duktig, och att vi är olika pratar vi om jätte mycket i klassen, och att man får vara den man är o att man ska vara glad över den man är. Det är ju ditt ansvar, försöka hjälpa dem så gott det går stötta dem” (Anna).

Tolkning

Som lärare är det viktigt att vara en medmänniska och en stöttepelare för eleverna. Det är ett viktigt synsätt för Anna i skolans verksamhet. Genom hela intervjun förmedlar hon hur det

arbetet sker inom alla ämnen i skolans vardag och att det ska vara en grund i arbetet med eleverna.

Analys

Målet för eleverna är att erhålla kunskaper för att kunna ta ansvar till sitt livslånga lärande (Raustorp, 2004). Målet med detta är att varje individ ska hitta ett sätt som gör att det är roligt att röra sig. Det är många pedagogers absolut största syfte med undervisningen. De anstränger sig också som lärare att prata positivt för att eleverna ska få en positiv självbild. Det gäller att ge beröm till eleverna för att få dem att känna att deras hälsa är den enskildes ansvar. Inte acceptera att de säger att de inte kan, utan hjälpa dem att lyckas. Glädje och livslångt lärande är precis det som hör ihop med ämnets karaktär utifrån styrdokumentet (Skolverket, 2000). Just att förbättra folkhälsan genom idrotten i skolan tror inte många pedagoger är möjligt. De hjälper eleverna att ta ansvar för sin hälsa. Eleverna ska ges kunskap och hjälpmedel till att ta hand om sig, men efter skoltiden får de ta eget ansvar för sin hälsa. Därför stärker inte idrottsundervisningen folkhälsan på lång sikt. Men kortsiktigt tycker många att de stärker eleverna om de inte rör sig utöver undervisningen i idrott och hälsa.

”Ja framförallt att man försöker som man märker både på utbildningen och som jag ser det själv, att det är mer vetenskapligt uppbyggt, kring vikten av både hälsa och det här med att lära sig livslångt lärande, genom fysiskt aktivitet, jaa, och den grundläggande motoriken att det är något som man har nytta av resten av livet då, och sen att man försöker att göra det till ett riktigt kunskapsämne, baserat på fakta och teoretiskt, det är väll de” (Erik).

Tolkning

Erik arbetar delvis utifrån ett mer teoretiskt perspektiv i undervisningen. Han beskriver i intervjun hur eleverna får teoretiska arbetsområden under terminerna. Där är hälsa en stor utgångspunkt och eleverna får reflektera över sin hälsa under teoretiska pass och genom att göra skriftliga arbeten över sina reflektioner runt en hälsosam livsstil.

Analys

För att arbeta med det livslånga lärandet för eleverna belyser en del pedagoger det teoretiska i ämnet som något de vill jobba mer med. Merparten har dock teoriundervisning endast några

minuter varje lektion och verkar tycka det är tillräckligt. Men många säger att de skulle vilja ha mer teoretiska pass under skoltiden. Vi tolkar deras svar som att några vill jobba mer med själva hälsobegreppet, för att arbeta med det livslånga lärandet. Att det kopplar ihop teori och praktik, för att uppnå en livslång hälsa. Några få pedagoger arbetar med teoretiska pass där eleverna får diskutera begreppet hälsa. De ska hjälpa varandra och genom det pusha varandra att bli mer aktiva, utifrån de teoretiska lektionerna. Eleverna ska även vara mer delaktiga genom ett mer demokratiskt synsätt i undervisningen. Detta blir också en övergång för många till förståelsen att det inte bara handlar om sport i undervisningen. Att vara mer delaktiga i undervisningen utformning tycker vi till stor del hör ihop med begreppet learning by doing, där eleverna tillsammans med läraren ska formulera målen. Utgångspunkten är att det är viktigt med samarbete och att eleverna får komma till sals i undervisningen (Dewey, 1998).

”Men om man ser rent för att kunna få ett fysiskt och psykiskt välbefinnande så, så anser jag att det är något man, man måste ha med sig. Man ska kunna hur mycket matte som helst hur mycket svenska som helst hur mycket SO som helst men har du inte kroppen med dig sen när du blir femtio sextio så tjänar det inte mycket till. Utan att jag tycker det är ett väldigt, väldigt viktigt ämne. För hälsans skull. För att må bra. Tycker jag” (Martin).

8. Diskussion

8.1 Litteraturgenomgång

Vi har tillsammans arbetat fram den litteraturgenomgång som gjorts. Vi anser att den tidigare forskningen som gjorts varit till stor hjälp. Vi har med hjälp av den hittat stöd för de argument pedagogerna haft för sitt sätt att bedriva undervisningen. Läroplanen, Lpo94, är de styrdokument som vi har valt att arbeta utifrån. Vi har inte tittat tillbaka på tidigare läroplaner. Det är något som vi nu anser att vi borde ha gjort för att få en bredare bild av hur ämnet sett ut tidigare. Då vi under nästa år kommer få ny läroplan, Lgr 11, skulle vi även här ha tittat på den för att få ytterligare förståelse för i vilken riktning ämnet idrott och hälsa är på väg. Om vi tittat på den kunde vi även gjort en jämförelse dokumenten emellan för att se likheter och skillnader. Övrig litteratur har vi ansett vara till stor hjälp. Då de kommer till tidigare forskning på fysisk, psykisk och social hälsa har vi kunnat dra bra paralleller till läroplanen samt de svar vi fått från pedagogerna.

8.2 Metod

Anledningen till att vi ville göra en kvalitativ undersökning var att vi ville få en diskussion med intervjupersonerna. Genom intervjuerna har vi kunnat få en bra dialog där vi har kunnat söka svar på de frågeställningar vi har. Detta anser vi inte hade kunnat göras med en kvantitativ enkätundersökning. De svar vi fått genom vår intervjuguide har vi kunnat använda väldigt väl i resultat skrivningen. Vi har kunnat göra en analys av de svar vi fått. Det vi känner har kunnat påverka intervjupersonerna är att vi har varit två personer under intervjuerna. En som intervjuat och en som varit passiv mottagare. Detta kan ha påverkat pedagogerna då det blir en två mot en situation. Det är inget obehag vi lagt märke till men vi antar att en del av pedagogerna kan ha känt ett vist obehag. Vi anser dock att det inte har varit avgörande för de svar pedagogerna gett oss. Urvalet som gjorts har varit av strategisk karaktär. Då vi skulle få tag på intervjupersoner gick till en början väldigt dåligt. Det slutade med att vi åkte runt till olika skolor för att få tag på tag på personer som ville ställa upp på intervju. Det resulterade i att vi fick ta de personer som fanns tillgängliga, med andra ord det första bästa. Eftersom urvalet gjordes på detta vis kunde vi inte påverka kön, ålder, eller längd på utbildning. I slutänden har det inte spelat någon roll då de pedagoger som intervjuats varit i varierande åldrar, olika kön och haft olika utbildningar. Den intervjuguiden som vi arbetet

fram har vi nu i efterhand tittat närmre på. Vi har konstaterat att en del av frågorna inte har någon relevans till det syfte och frågeställningar som finns. Det beror på att vi under arbetets gång ändra både syftet och frågeställningarna. Uteslutandet av frågorna anser vi inte har haft någon påverkan på de andra svaren i intervjuerna. Samtliga frågor har varit av den karaktär att undersöka pedagogernas förhållningssätt till läroplanen och hur det speglar sig i undervisningen. Därför anser vi inte att de uteslutande frågorna har varit avgörande för varken resultatet eller de svaren vi fått i intervjuerna.

8.3 Resultat/Analys

Svaren vi fick under intervjuundersökningen var otroligt givande för oss och intressant att ta in lärarnas kunskap som underlag. Mycket av det pedagogerna sa var gemensamt för alla intervjupersoner. Den tydligaste bilden vi ser överlag är att lärarna vill ha en större teoretisk och kunskapsmässig anknytning i undervisningen för att legitimera idrott och hälsa som ett obligatoriskt skolämne. Men många verkar tycka att det är tillräckligt att ha teorin i anslutning till lektionerna, i början och i slutet. Vi kan alltid diskutera hur mycket teoretisk undervisning det ska vara under lektionerna. Men det finns två sidor att se det. En del menar att det måste ske en större anknytning. Vissa författare och pedagoger menar att folkhälsan blir sämre då det blir en förskjutning mot mer teoretisk kunskap.

Det var härligt att se hur överens alla pedagoger var att idrott och hälsa är otroligt viktigt att ha med sig från skolan och framförallt för senare i livet. Det är en viktig grund att lärarna i ämnet har motivation att se idrott och hälsa som ett fullvärdigt ämne. Alla tar upp hälsa och fysisk aktivitet som en grund för att må bra i livet och det är något de försöker förmedla till sina elever. Flera lärare tar upp ämnets status och står upp för ämnet som ett kunskapsbaserat ämne. Där väver de in både den fysiska psykiska och sociala hälsan som viktiga grunder i ämnets karaktär. Framförallt ses idrott och hälsa utifrån de fysiska och sociala aspekterna. Den sociala aspekten kopplas samman med ett livslångt lärande för hur eleverna ska vara som människor en slags uppfostring. Framförallt att se ämnets olika delar är av vikt för ämnets utveckling och att pedagogerna skaffar sig en stor kunskapsbas för att bilda eleverna.

8.4 Slutsats

Vi kan nu i slutet av vårt arbete med pedagogernas kunskap om idrott och hälsa dra en rad slutsatser. Vårt material i form av intervjuer kopplat till litteraturstudier och vetenskapliga teorier har gjort att vi fått analysera och fundera på idrott som ämne och dess karaktär. Det har gjort att vi fått fundera över vårt eget synsätt i undervisningen och om hur vi själva ska arbeta som pedagog efter utbildningen. Just det egna synsättet för pedagoger inom idrott och hälsa är en viktig del i lärarnas profession och det är en tydlig slutsats efter arbetets gång. Det var tydligt att många pedagoger hade svårt att analysera sig själva och tänka runt sin roll i undervisningen vilket vi tycker är av största vikt att de gör. Att fundera över sin roll och varför de tar olika beslut i undervisningen är av vikt för att idrott och hälsa ska ses som ett fullvärdigt skolämne. De måste tänka på hur de ska få med ämnets olika delar i undervisningen och reflektera över ämnets hälsobegrepp, utifrån en teoretisk utgångspunkt i undervisningen. Pedagogerna anser att idrott och hälsa handlar om mer än att bara slänga in en boll och genom att knyta kunskap till idrott och hälsa kan vi som lärare också ändra synen från samhället på ämnet. För att bidra med livslångt lärande för eleverna så tycker vi att pedagogerna måste ta ämnets fysiska, psykiska och sociala delar på större allvar. Att lära sig mer genom en teoretisk grund i ämnet tror vi gör att eleverna får mer kunskap om sin livsstil. Det hoppas vi gör att eleverna kanske får upp ögonen för betydelsen av en hälsosam livsstil både utifrån en fysisk, psykisk och social aspekt. Läroplanen ska bidra med kunskap för att främja livslång aktivitet och hälsomedvetenhet (Skolverket, 2000). Detta tror vi enbart kan göras med en större teoretisk bas i undervisningen där diskussion och reflektion är i fokus. Vi hoppas att våra intervjuer har gjort att tankar och reflektioner kommit fram hos pedagogerna och att de reflekterat över ämnets olika delar för att främja livsstil och hälsa.

9. Referenser

- Annerstedt, Claes, (2007). *Att lära sig vara lärare i idrott och hälsa*.
- Annerstedt, Claes, (1991). *Idrottslärarna och idrottsämnet, Göteborgs universitet*.
- Askheim, Ole Petter, Starrin, Bengt (2007). *Empowerment i teori och praktik*, Malmö: *Gleerup*.
- Danielsson, L. & Liljeroth, I (1998). *Vägval och växande - Förhållningssätt, kunskap och specialpedagogik för yrkesverksamma hjälpare*, Stockholm: *Liber*.
- Dewey, John (1998). *Individ, skola och samhälle*, Stockholm: *Natur och kultur*.
- Dysthe, Olga, (2003). *Dialog, samspel och lärande*, Lund: *Studentlitteratur*.
- Kostenius, Cecilia, Lindqvist, A-K, (2006). *Hälsovägledning – Från tanke till ord och handling*.
- Larsson, Håkan (red), Jane Meckbach (red) (2007). *Idrottsdidaktiska utmaningar*, Stockholm: *Liber*.
- Meckbach, Jane, (2004). Artikel. *Ett ämne i förändring. – lärarens reflektioner över ämnet idrott och hälsa i grundskolan*, *Svenskidrottsforskning*, nr 4, 2004.
- Nilsson, Björn. (2005). *Samspel i grupp*, Lund: *Studentlitteratur*.
- Raustorp, Anders (2004). *Att lära fysisk aktivitet - Bildning i rörelse - Livsstil och hälsa*, Uppsala: *Kunskapsföretaget*.
- Sandahl, Björn, (2005). *Ett ämne för alla? Normer och praktik i grundskolans idrottsundervisning 1962-2002*, *Carlsson Stockholms universitet: Historiska institutet*.
- Skolverket (2000). *Lpo94- Läroplanen för idrott och hälsa*, www.skolverket.se.
- Säljö, Roger, (2000). *Lärande i praktiken*, Stockholm: *Prisma*.
- Sollerhed, Ann-Christin (1997). *Fysisk status hos tonåringar*, *Tidskrift i gymnastik & Idrott*, nr 5, pp 2.
- Thornberg, Robert. (2006). *Det sociala livet i skolan*, Stockholm: *Liber*.
- Wennergren, A – C, (2007). *Dialogkompetens i skolans vardag – En aktionsforskningsstudie i hörselklass*, Luleå: *Universitetstryckeriet*. <http://epubl.luth.se/1402-1544/2007/34/index.html>.

Bilagor

Intervjupersoner

Namn: Catarina

Kön: Kvinna

Ålder: 62 år

Utbildning: GIH, Idrott och Hälsa, grundskolans senare år

Erfarenhet: 35 år

Namn: Marcus

Kön: Man

Ålder: 30 år

Utbildning: Idrott och Hälsa, Engelska, grundskolans senare år

Erfarenhet: 3 år

Namn: Jonte

Kön: Man

Ålder: 29 år

Utbildning: Idrott och Hälsa, Matematik, grundskolans senare år

Erfarenhet: 4 år

Namn: Anna

Kön: Kvinna

Ålder: 28 år

Utbildning: Idrott och Hälsa, grundskolans tidigare år

Erfarenhet: 5 år

Namn: Erika

Kön: Kvinna

Ålder: 37 år

Utbildning: Idrott och Hälsa, Engelska, grundskollärautbildningen 4-9

Erfarenhet: 14 år

Namn: Erik

Kön: Man

Ålder: 35 år

Utbildning: GIH, Idrott och hälsa, Folkhälsovetenskap, grundskolans senare år

Erfarenhet: 4 år

Namn: Martin

Kön: Man

Ålder: 34 år

Utbildning: Idrott och Hälsa, So, Grundskolans senare år

Erfarenhet: 8 år

Namn: Gerd
Kön: Kvinna
Ålder: 53 år
Utbildning: Idrott och Hälsa, Mellanstadieexamen
Erfarenhet: 30 år

Intervjufrågor

Inledning

Vad heter du?
Hur gammal är du?
Vilken utbildning har du?
Hur länge har du arbetet som lärare?

Lärarnas syn på ämnet och forskningen

Hur legitimerar du idrottsämnet som obligatoriskt skolämne?
Vad anser du göra idrott och hälsa till ett fullvärdigt skolämne?

Hur funderar du på varför idrott och hälsa är ett bildningsämne?
Vad får man ut av ämnet kunskapsmässigt?

Hur uppdaterar du dig inom den aktuella forskningen som finns om barns rörelse och hälsa?

Syftet med undervisningen

Vad är det grundläggande syftet för Idrott & Hälsa utifrån läroplanen?
Vad är det i så fall?

Synen på hälsa och sig själv som pedagog

Hur ser du dig själv som pedagog inom idrott och hälsa?

Hur funderar du om i vilket syfte undervisningen bedrivs för idrott och hälsa?

Det finns fler aspekter på vad hälsa innebär idag.
Hur arbetar du med den psykiska och sociala hälsan?

Hur arbetar du med den psykiska och sociala hälsan om man ställer den mot den fysiska?

Hur mycket undervisar du teoretiskt jämfört med praktiskt?

Avslutande diskussion

Hur arbetar du för att främja empowerment för elevernas hälsa?

Alltså att ta ansvar för sin egen hälsa, hjälpa sig själva, få en positiv bild på sig själva och ämnet.

I diskussioner om idrottens legitimitet är en åsikt att idrotten inte kan förbättra folkhälsan utan istället ska dess uppgift vara att er hålla eleverna kunskaper och medel för att veta hur de kan reflektera över sin livsstil och vanor och därifrån förändra dem.

Hur tänker du runt de tankarna?