



HÖGSKOLAN
I HALMSTAD

Grundlärarprogrammet åk 4-6, 240 hp

EXAMENSARBETE



Dags för rast!

En mikro-etnografisk studie om elevers fysiska aktiviteter

Paulina Lind Andersson och Amalia Årnedal

Examensarbete II, 15 hp

Halmstad 2015-06-18

Titel	Dags för rast! En mikro-etnografisk studie om elevers fysiska rastaktiviteter
Författare:	Paulina Lind Andersson & Amalia Årnedal
Sektion:	Akademien för lärande, humaniora och samhälle
Handledare:	Ingrid Gyllenlager & Claes Malmberg
Examinator:	Ole Olsson
Tid:	Vårterminen 2015
Sidantal:	34
Nyckelord:	Fysisk aktivitet, rast, skolgård, lärare, elever
Sammanfattning:	<p>Att som barn få goda upplevelser av fysisk aktivitet kan leda till ett fysiskt aktivt liv även i vuxen ålder. Detta i sin tur kan bidra till ett välmående liv. Barn spenderar en stor del av sin vardag i skolan och därmed är raster tillfällen då de kan få möjlighet att utöva fysisk aktivitet. Trots kunskap om fördelarna med fysisk aktivitet är många elever inaktiva mer än 50 % av rasten. Anledningarna till varför de är inaktiva kan vara många. Elever har olika behov och deras åsikter och rastaktiviteter kan vara källor till att få reda på vad som skulle kunna få dem mer fysiskt aktiva under rasten. Syftet med denna mikro-etnografiska studie är att, med fokus på; skolgården, läraren, samt klassen, synliggöra elevers fysiska aktivitet under rasten. Detta för att elevers handlingar, i relation till vad de uttryckt i tidigare gruppsamtal, kan bidra till mer kunskap om fysisk aktivitet på rasten. Studien skedde i två klasser, en årskurs fyra och en årskurs fem, på två skolor i södra Sverige. Efter observationer, analys och diskussion visade det sig att elevernas uttryckta ord och handlingar till viss del skilde sig från varandra. Vi kan konstatera att en kombination av kommunikation och uppmärksamt iakttagande under rasten ger en tydligare inblick i vad som kan skapa en mer fysiskt aktiv rastkultur.</p>

Förord

Arbetets processer har skett gemensamt, med viss uppdelning. Vi har suttit med varandra och arbetat merparten av tiden. Detta för att det skulle finnas möjlighet till diskussion, dialog och gemensam reflektion. Båda har varit delaktiga i sökandet och läsningen av forskning, dock på varsin dator. Vi var lika delaktiga i skrivandet av arbetet. Ett online-dokument användes som gjorde det möjligt att skriva och redigera i dokumentet samtidigt. Detta skrivprogram användes för att båda fick tillgång till texten och därigenom lika delaktighet i textens utformning. Vi läste texten i omgångar och hjälptes åt att förbättra och redigera texten. Det har funnits viss anledning till uppdelning under arbetets gång. Till exempel hade vi kontakt med respektive VFU-handledare och skola. Under observationerna hade vi även olika kategorier som vi fokuserade på. Det var dock kontinuerlig kommunikation mellan oss, vilket ledde till att uppdelningen inte påverkade delaktigheten. Det har även funnits tillfällen då vi skrivit och redigerat olika delar av texten. Till exempel fokuserade Amalia på bakgrunden medan Paulina fokuserade på metod och genomförande. Texten har dock granskats av båda vilket har bidragit till att texten är vår gemensamma produkt.

Under resans gång har vi fått fördjupad kunskap om hur vi genom vår yrkesroll kan påverka och motivera. Vi vill rikta ett stort tack till våra VFU-handledare som varit till stor hjälp, då de har underlättat genomförandet av studien och varit positivt inställda till alla våra idéer. Vi vill även tacka våra handledare på Högskolan i Halmstad, som har hjälpt oss att nå djupare och bredare kunskap och utveckling i vårt skrivande. Slutligen vill vi även tacka varandra för gott samarbete som lett till ett examensarbete som vi kan känna oss stolta över.

Paulina Lind Andersson & Amalia Årnedal

Halmstad, den 2 juni 2015

Innehållsförteckning

Förord	2
Inledning	4
Problemformulering	5
Syfte och forskningsfråga	5
Bakgrund	6
Begreppen fysisk aktivitet och rastaktivitet	6
Områdesöversikt	6
Tidigare utvecklingsprojekt	8
Skolgården och dess material	9
Läraren och hens engagemang	9
Klassen och dess delaktighet.....	10
Genomförande	10
Vetenskapsteoretiska utgångspunkter och ansats	10
Metodval	11
Förutsättningar och urval	12
Analysmetod	13
Etiska aspekter	14
Tillförlitlighet	14
Analys och resultat	15
Skolgården och dess material	16
Läraren och hens engagemang	17
Klassen och dess delaktighet.....	19
Sammanfattning av resultat	20
Diskussion	21
Metoddiskussion	21
Metodval	21
Förutsättningar och urval	23
Analysmetod	23
Resultatdiskussion	24
Skolgården och dess material	24
Läraren och hens engagemang	26
Klassen och dess delaktighet.....	27
Sammanfattning av resultatdiskussion	29
Slutsats	29
Implikation	30
Egna lärdomar	30
Referenslista	31
Bilagor	34
Bilaga 1, Informations- och samtyckesblankett	34

Inledning

Att få positiva upplevelser av fysisk aktivitet i ung ålder är något som kan bidra till ett mer välmående liv, både i nuet och i längden. De upplevelser och rutiner av fysisk aktivitet som man som barn kan skaffa sig, följer ofta med upp i vuxenlivet (Verstraete, Cardon, Clercq & Bourdeaudhuji, 2006). Detta innebär att ett främjande arbete för en fysisk aktiv livsstil bör börja i tidig ålder. Träning och hälsa är en del av människans historia (Lindwall, 2004), men idag är inaktivitet en av de största hälsofarorna (World Health Organisation, 2010)¹. Skolan är den plats där barn spenderar stor del av sitt liv och av egna erfarenheter, baserade på många veckors praktik, är majoriteten av dagen stillasittandes. Stillasittande lektioner varvas med ostrukturerade raster, där eleverna själva väljer vad de vill sysselsätta sig med. Det finns i dagläget inga lagar eller skrifter gällande skolans raster. Inga förhållningsregler gällande hur långa lektionerna får vara innan eleverna måste få rast, eller hur långa rasterna bör vara. Detta är något som kan ses som ett problem för elever som, enligt forskning, bör undvika att vara stilla i över två timmar (Heinonen et al., 2008 refererad i Isberg, 2009). Det innebär också att större ansvar läggs på skolor och lärare, som själva måste avgöra hur ofta raster ska vara inplanerade och hur långa de ska vara. Av egna erfarenheter brukar rasterna bestå av en kortare rast på förmiddagen och en längre på eftermiddagen. Även kortare, så kallade "bensträckare" läggs in mellan lektionerna. Under dessa raster brukar lärarna ha som syfte att eleverna ska vara utomhus, men det är oftast inget krav. Detta leder i många fall till att elever sitter inomhus och samtalar eller spelar spel på sina mobiler. Just detta visar även forskning, där forskare uppmärksammat att många elever väljer att vara fysiskt inaktiva under 50 % av rasttiden (Verstraete et al., 2006). Hur skolan ska få elever att bli mer fysiskt aktiva under raster är inget som är enkelt att svara på. Kunskap kring detta är något som behövs, både för elevers, lärares och skolors skull, då fysisk aktivitet inte enbart är en viktig del av skoldagen, utan även av livet. I Lind Andersson och Årnedal (2015) efterfrågades mer forskning kring vad som kan få elever mer fysiskt aktiva på rasten, vilket är en inspirationskälla till detta arbete.

Vi är medvetna om att det finns fler aspekter än de som vi observerat som spelar in i elevers fysiska aktivitet på rasten. Väder är en aspekt som kan ha inverkan på lust till att vistas utomhus. Dock valde vi att inte lägga fokus på det i detta arbete, då det är något som skiftar och som inte kan påverkas. Vi valde inte heller att undersöka föräldrars inverkan på barnens fysiska aktivitet i hemmet. Detta eftersom vårt fokus låg på att undersöka vad som kan bidra till att eleverna vill vara mer fysiskt aktiva på skolans raster. Man kan ställa sig frågande till huruvida det är skolans uppdrag att få eleverna att bli mer fysiskt aktiva på rasten. I Läroplanen (Skolverket, 2011) står det att ett av skolans uppdrag är att skapa intresse för fysisk aktivitet. Detta innebär alltså inget krav på skolorna, men vi har en förhoppning om att detta arbete kan inspirera skolor, lärare och elever att samarbeta för en mer fysiskt aktiv rastkultur på skolgården.

¹ World Health Organisation kommer vidare i texten att förkortas som WHO, med följande årtal

Eleverna är vår framtid och deras tankar och idéer har vi upplevt innovativa och viktiga. Vad elever själva tycker och tänker om rasten är något som för oss är viktigt att ta till vara på, då de kan komma med idéer som de vuxna på skolan inte tänkt på. Att elever själva får vara med och påverka kan även leda till självmotivation², vilket är viktigt för en fortsatt aktiv livsstil (Annerstedt, 2007). Denna studie undersöker hur elevers önskemål och tankar kring rasten förverkligas i praktiken av eleverna själva. Detta då elevers handlingar skulle kunna skilja sig från deras uttryckta behov. I denna mikro-etnografiska³ studie valde vi att fokusera på tre kategorier; Skolgården och dess material, läraren och hans engagemang, samt klassen och dess delaktighet. Dessa tre kategorier kommer att förklaras mer i bakgrunden.

Studien innefattar inledning, bakgrund, syfte, metod, resultat och analys, diskussion och avslutningsvis slutsats och implikation.

Problemformulering

Fysisk inaktivitet är en av nutidens största hälsorisker och stillasittande barn blir allt vanligare. Det är viktigt att tidigt befästa rutiner för fysisk aktivitet, då de rutiner som barn har ofta är något som följer med upp i åldern. Skolan är den arena där barn spenderar stor del av sin tid, därför är det en plats där intresse för fysisk aktivitet kan möjliggöras. Då idrottstimmar i skolan har minskat har rasten blivit mer betydelsefull. Det är den tid elever kan få ytterligare möjlighet till fysisk aktivitet under skoltid. Vad skolor kan göra för att få elever att röra mer på sig är dock inte självklart, då elever har olika intressen, behov, känslor och tankar kring fysisk aktivitet på rasten. Barn rör sig mindre, det har blivit kortare idrottslektioner och deras enskilda behov är olika. Därför är det viktigt att ta hänsyn till både deras uttryckta behov och deras fysiska aktivitet under rasten, vilket ligger till grund för syftet.

Syfte och forskningsfråga

Syftet med studien är att, med fokus på; skolgården, läraren, samt klassen, synliggöra elevers fysiska aktivitet under rasten. Detta för att elevers handlingar, i relation till vad de uttryckt i tidigare gruppsamtal, kan bidra till mer kunskap om fysisk aktivitet på rasten.

Forskningsfrågan som arbetet avser att besvara är:

Hur förhåller sig elevers rastaktivitet till; skolgården och dess material, klassläraren, samt klassen?

² Motivation som kommer inifrån, därför benämns det självmotivation.

³ Begreppet förklaras mer ingående i bakgrundskapitlet

Bakgrund

I bakgrunden presenteras begrepp, områdesöversikt, samt ett tidigare utfört utvecklingsprojekt. Begreppen vi valt att definiera är; fysisk aktivitet och rastaktivitet. Anledningen till begreppens förklaringar är att läsaren lättare ska förstå vilken definition av begreppen som kommer användas i denna studie. Den tidigare forskning som presenteras i områdesöversikten syftar till att ge läsaren möjlighet att bygga upp förståelse för området. Forskningen presenteras även för att läsaren ska få insikt i varför detta arbete var viktigt och aktuellt att genomföra.

Då detta examensarbete är andra delen av ett större arbete beskrivs även utvecklingsprojektet, som är den första delen.

Begreppen fysisk aktivitet och rastaktivitet

Begreppet fysisk aktivitet används frekvent i studien och kan tolkas på olika sätt. Fysisk aktivitet kan vara intensivt på olika nivåer, vilka dessutom varierar från person till person. WHO definierar begreppet fysisk aktivitet såhär: *“Aktivitet som innefattar all kropps rörelse som produceras av skelettmuskulaturen och som resulterar i en ökad energiförbrukning”* (who.int). Fysisk aktivitet kan delas in i tre större underkategorier, vilka är; lätt fysisk aktivitet, måttlig fysisk aktivitet och kraftig ansträngning. (McIver, Brown, Pfeiffer, Dowda, & Pate, 2009, refererad i Weinberger, Butler & Schumacher, 2013).

Med lätt fysisk aktivitet menar författarna rörelser som är lätta eller långsamma, så som att flytta på lätta föremål eller långsamma promenader. Den måttliga fysiska aktiviteten innefattar, enligt författarna, aktiviteter som att cykla, hoppa, simma eller en snabb promenad. Den sista kategorin, kraftig ansträngning innebär att musklerna belastas mer eller att man utför rörelser snabbt, exempelvis att man springer snabbt (McIver et al., 2009, refererad i Weinberger et al., 2013).

Begreppet rastaktivitet innefattar allt från lätt fysisk aktivitet, då eleverna kanske sitter och bygger sandlott, till att de springer och hoppar så att svetten pärlar sig i pannan. De olika fysiska nivåernas betydelse varierar dock beroende på tidigare aktivitetsvanor och nuvarande fysisk status (Isberg, 2009). Den måttligt fysiska aktiviteten är, enligt Folkhälsomyndigheten (Folkhälsomyndigheten.se) och WHO (2010) den aktivitet som bör utgöra störst del av barns fysiska aktivitet. Det är därför den aktivitet som studien fokuserar på. För att applicera den måttligt fysiska aktiviteten på skolgården kan dattlekar, klättring i ställningar och träd, bollekar, hopprep, hoppa hage, cykla och liknande aktiviteter tänkas.

Områdesöversikt

Träning och hälsa är något som sedan lång tid tillbaka varit en del av människans historia (Lindwall, 2004). I dagens samhälle är vi dock mer inaktiva än vi tidigare var. Den tidigare vardagliga fysiska aktiviteten har minskat och detta i sin tur har lett till mer inaktivitet, inte minst i Sverige (Engström, 2004). Samtidigt som inaktivitet är ett av nutidens större folkhälsoproblem (who.int) finns det skolor i USA som tagit bort rasten helt och hållet (Riley & Jones, 2012). Barn borde

undvika att sitta över två timmar i sträck (Heinonen et al., 2008 refererad i Isberg, 2009) vilket kan få beslutet om minskad rast att kännas som ett steg i fel riktning. De elever som dock fortfarande har rast väljer i stor mån att inte vara fysiskt aktiva. I studier som gjorts gällande elevers fysiska aktivitet har det visat sig att barn är inaktiva mer än 50 % av rasttiden (Verstraete et al., 2006). Verstraete et al. (2006) utförde en mätning på två elevgrupper i Belgien. Det var en invention där den ena gruppen fick nya leksaker och aktivitetskort. Den andra gruppen var inte med om någon invention. De mätte både gruppernas fysiska aktivitet. I studien visade det sig att den fysiska aktiviteten ökade olika mycket i inventionsgruppen. En av anledningarna till det skulle, enligt författarna, kunna vara att leksakerna som de fick inte svarade till allas behov.

De vanor av fysisk aktivitet som barn har i ung ålder följer ofta med upp i vuxen ålder (Verstraete et al. 2006). Det är därför viktigt att som barn få chans att uppleva olika sorters fysiska aktiviteter (Isberg, 2009). Det finns även samband mellan den fysiska aktiviteten under barndomen och depression i vuxen ålder (Jacka, 2010). Författarnas studie gjordes med deltagare i Australien. Det utfördes en enkätundersökning där svaren sedan sammanställdes. Resultaten visade att den fysiska aktiviteten i barndomen till viss del kan ha positiv effekt i äldre ålder. Alla positiva effekter av fysisk aktivitet syns och märks alltså inte alltid direkt, men kan ha inverkan på kroppen i vuxen ålder (Nyberg, 2009).

Elevers självmotivation är viktig för att de ska vilja fortsätta vara fysiskt aktiva (Annerstedt, 2007). Lärare kan vara en motivationsskapare till fysisk aktivitet, särskilt om elever inte är aktiva på fritiden (Isberg, 2009). Fysisk aktivitet i barndomen kan även ha en positiv effekt på hjärnans utveckling (Jackas et al., 2010). Rekommendationen är att barn i åldrarna 5-17 år är fysiskt aktiva minst 60 minuter om dagen (WHO, 2010). Dessa 60 minuterna ska vara sammanhängande och inte uppdelade. Den fria leken i skolan kan bidra till att elever blir mer fysiskt aktiva (Harten, Olds & Dollman, 2007). Därför kan låg fysisk aktivitet under rasten ses som ett problem. I Harten et al. (2007) undersöktes samspelet mellan kön, lekplats, motorik och den fria leken på 8-11 åriga skolbarn. Några av eleverna i deras studie var alltså yngre än de elever som är med i denna studie. I Harten et al. (2007) blev resultatet att; storleken på lekytan kunde ha betydelse för vissa aktiviteter, skolgårdens utseende kunde ha inverkan, samt att mängden redskap och lärare inte hade någon större bidragande roll.

Däremot skriver Sallis, Conway, McKenzie, Marshall och Brown (2001) att skolgården och dess material är en komponent som kan ha bidragande effekt på elevers fysiska aktivitet. Författarna såg detta genom att de själva, under sin studie, fyllde i basketplaner på skolgården. Även i Jago och Baranowski (2004) står det att åtgärder, så som att måla skolans lekplats, fick elever att bli mer fysiskt aktiva. I Eriksson Bergström (2013) berättade de deltagande pedagogerna att miljön i sig, buskar och träd, också hade betydelse för elevernas fysiska aktivitet. Författaren såg även själv att barnen lekte kring dessa föremål. Att tillhandahålla lekutrustning till elever är något som också kan öka elevers fysiska aktivitet (Verstraete et al., 2006).

Det skolor bör ha i åtanke när det kommer till önskemål om exempelvis klätterställningar, är att det finns lagar om utseende och underhåll av lekplatser på allmänna områden. I plan- och bygglagen (SFS 2010:800) står det att risken för

olycksfall ska begränsas och att det ska finnas stor friyta där alla elever (elever med funktionsnedsättning inräknat) kan leka och vistas. Om det inte finns tillräckligt med utrymme för den fria leken ska alltså exempelvis klätterställningen inte byggas. Det kan ibland vara ont om rum där eleverna får chans att gå undan lite från resten av gruppen (Eriksson Bergström, 2013) och därför är det viktigt att inte ta bort det fria lekutrymmet. Lagen kräver även underhåll och besiktning, så risken för olycksfall minimeras, samt att alla andra krav gällande lekplatser uppfylls. Enligt Boverkets föreskrifter (BFS 2011:6) ska fasta lekredskap anordnas på ett sätt så att underlaget, vid exempelvis en klätterställning, är stötdämpande och utformat för att minska personskada, om så sker. Dessa lagar kan ses som argument för att inte ta drastiska åtgärder utan eftertanke, men även argument för upprustning och förbättring av skolgårdens befintliga utrustning.

Att läraren kan vara en motivationskälla är något som nedanstående litteratur och forskning stöttar. Isberg (2009) beskriver läraren som en motivationskälla som kan bidra till att eleverna blir mer fysiskt aktiva. I Isberg (2009) visade det sig att de aktiva lärarna hade en effekt på klassen. Läraren kan genom sitt uppförande, samt genom goda relationer till eleverna, skapa en god atmosfär och trygghet i gruppen (Annerstedt, 2007), vilket i sin tur kan leda till färre konflikter. Även WHO (2010) trycker på vikten av att uppmuntra unga till att delta i fysisk aktivitet. Donnelly och Lambourne (2011) observerade att de fysiskt aktiva lärarnas klasser var mer fysiskt aktiva än de klasser där läraren inte deltog. Även Sallis et al. (2001) berättar att eleverna var mer fysiskt aktiva på de platser där lärare fanns närvarande. Anledningen till varför lärares deltagande, trots alla positiva effekter, kan vara lågt kan bero på olika saker. Exempelvis kan lärarna känna sig hindrade på grund av att de inte har passande kläder (Parrish, Yeatman, Iverson & Russell 2012). Eriksson Bergström (2013) menar att vissa lärare ser deras uppdrag som att hålla ordning snarare än att delta i aktiviteterna.

Klasskompisarna har också visat sig vara en aspekt som har förhållande till elevers fysiska aktivitet. Klassen och dess delaktighet hade inverkan på den fysiska aktiviteten då barnens lek i Eriksson Bergström (2013) till viss del påverkades av resten av gruppen. Under rasten kan elever bland annat få möjlighet att umgås och vara aktiva på sina egna villkor. Den sociala effekten som rasten kan ha kommer dock inte av sig själv, utan styrs av elevernas egna val av sysselsättning (Dillis, Morgan, Rotthoffc, 2011). Annerstedt (2007) skriver att elevers motivation till fysisk aktivitet kan komma från klasskompisars accepterande och uppmuntran. Det är alltså positivt om eleverna får möjlighet till goda upplevelser och att de mår bra när de är fysiskt aktiva, både i sällskap med lärare och med varandra (Annerstedt, 2007). I Salvy et al. (2009) visade det sig att barnen blev mer fysiskt aktiva om de utförde fysiska aktiviteter tillsammans med någon. Att barn får chansen att vara fysiskt aktiva ihop menar författarna kan bidra till en mer hälsosam livsstil.

Tidigare utvecklingsprojekt

Vi har tidigare utfört ett utvecklingsprojekt i två klasser, en årskurs fyra och en årskurs fem, på två skolor i södra Sverige. Nedan finns arbetets syfte, genomförande, hur de olika kategorierna uppkom, samt resultatet för varje kategori.

Syftet med utvecklingsprojektet var att, i samarbete med elever, få ökad kunskap om hur man kan skapa en mer fysiskt aktiv rastkultur. Genomförandet av projektet skedde genom semistrukturerade gruppsamtal, det vill säga med förutbestämda diskussionspunkter (Bryman, 2011). Samtalen analyserades och som en process av analysen (Bryman, 2011) visade sig kategorier med hjälp av färgkodning. Kategorierna skapades i och med att det fanns tre aspekter som utmärkte sig och som var frekvent återkommande både i det transkriberade materialet och i forskningsstudier. Dessa tre var; Skolgården och dess material, läraren och hans engagemang, samt klassen och dess delaktighet. I kategorierna fann vi även fokusord, en typ av samlingsord, som baserades på det centrala under samtalen med eleverna.

Dessa tre kategoriers mest intressanta resultat presenteras nedan kortfattat för att ge läsaren inblick i vad vi kom fram till under utvecklingsprojektet.

Vi vill påpeka att detta tidigare utvecklingsprojekt inte är en del av resultatet i detta examensarbete. Projektet tillhör bakgrunden och kommer inte att ingå i resultatet, utan kommer användas i diskussionskapitlet. I diskussionskapitlet kommer utvecklingsprojektet att användas för att sätta elevernas uttryckta ord i relation till deras fysiska rastaktivitet under de observationer som utförts i detta arbete.

Skolgården och dess material

I utvecklingsprojektet hade eleverna många tankar och åsikter kring skolgårdens utseende och materialets tillgänglighet. Ibland fanns rastmaterial i klassrum som under rasten var låsta. Det kunde även vara svårt att nå skolans vaktmästare, vilket ledde till opumpade bollar. Dessa aspekter ledde till att eleverna ibland fick utesluta vissa lekar. Utseendet och utformningen på skolgården var också något som elever i projektet uttryckte som utvecklingsområden. Ett närliggande skogsområde hade för mycket taggbuskar för lek och basketplanerna var enligt eleverna i dåligt skick. Åtgärder som eleverna föreslog var; mer inbjudande skolgård, större klätterställningar, klippa gräset, ta bort taggbuskar, göra skolgården mer färgglad, samt rusta upp.

För att sammanfatta vad denna kategori innefattar används fokusorden; tillgänglighet, utseende och utformning.

Läraren och hans engagemang

Elever i utvecklingsprojektet uttryckte att klasslärarens deltagande och engagemang var något som fick dem mer fysiskt aktiva under rasten. De berättade att klasslärarna kunde bidra med goda upplevelser och minnen för livet. I samtalen berättade eleverna att rasten blev roligare och att fler deltog när klassläraren var engagerad, bjöd på sig själv och var aktiv. Dessutom bidrog klassläraren till en känsla av trygghet. Läraren sågs som en aktör som kunde hindra större konflikter från att bryta ut. Klasslärarens deltagande uttrycktes dock som en bristvara. Vi vill understryka att samtalen främst gällde klassens egen lärare och inte de andra vuxna på skolgården.

Sammanfattningsvis innefattar denna kategori fokusordet; trygghet.

Klassen och dess delaktighet

Eleverna i utvecklingsprojektet uttryckte klassens delaktighet som en bidragande källa för att vilja vara med och leka. I gruppsamtalen med eleverna fanns det en uttryckt önskan om gemenskap. I en av klasserna berättade eleverna dock att klassen var uppdelad under rasten. Anledningar till detta var att klassen ville olika saker eller att klasskompisarna inte kände sig duktiga på aktiviteten som utfördes. En åtgärd på detta som uttrycktes var att bli bättre på att uppmuntra och stötta varandra.

Denna kategori kan sammanfattas med fokusorden; Gemenskap och uppmuntran.

Dessa resultat genererade de tre kategorierna samt deras fokusord. Hur dessa använts i detta arbete förklaras mer ingående i genomförandet och analysmetodkapitlet.

Genomförande

I följande kapitel kommer tillvägagångssätt för examensarbetet beskrivas. Vilken metod som använts förklaras och motiveras. Även den valda ansatsen, mikro-etnografi och på vilka sätt arbetet varit uppbyggt efter den, är något som förtydligas. Förutsättningarna och urvalet, vilka skolor och elever som deltog och varför, är också något som känns viktigt att berätta för läsaren. Då detta är ett examensarbete och en mikro-etnografisk studie förklaras det slutligen hur de etiska aspekterna som finns inom forskning hanteras och hur tillförlitligt detta arbete kan anses vara.

Vetenskapsteoretiska utgångspunkter och ansats

Den valda vetenskapsteoretiska utgångspunkten och ansatsen är mikro-etnografi. Detta valdes då vi tidigare spenderat tid tillsammans med eleverna och därför har relationer till dem. Mikro-etnografi innebär att forskaren med hjälp av delaktighet söker inifrån-förståelse och ny kunskap kring det som hen forskar om (Bryman, 2011; Lalander, 2011). Eftersom vi spenderat flera veckor ihop med eleverna tidigare och dessutom genomfört ett utvecklingsarbete med dem fungerade därför teorin och ansatsen väl för att besvara forskningsfrågan. Dock genererade studien inte alltid ny kunskap, då vi redan hade en del förförståelse kring de två skolornas kulturer.

Mikro-etnografi kommer från etnografi vilket innebär att forskaren studerar människor under en längre period, för att förstå dem och deras kultur (Bryman, 2011; Arvastson och Ehn, 2009). Etnografien kommer från Antropologin, som betyder läran om människosläktet. Antropologin innebar att forskare levde och bodde med de hen studerade, och fick på så vis en inifrån-förståelse om människorna och deras liv (Lalander, 2011). Arvastson och Ehn (2009) skriver även att etnografien leder till att man ser på verkligheten med nya ögon.

Som student är tiden att tillbringa med respondenterna begränsad, vilket leder till att detta arbete är en mikro-etnografi. Då tiden var begränsad och inte räckte till att

studera allting var det viktigt att vi hade tydliga kategorier att undersöka (Bryman, 2011). Dessa kategorier var de tre som nämnts tidigare; skolgården och dess material, läraren och hans engagemang samt klassen och dess delaktighet. Då vi observerade förhöll vi oss även till kategoriernas fokusord. När vi till exempel kollade på skolgården och dess material kollade vi alltså på tillgänglighet, utseende och utformning.

Vi valde att ta rollen som fullständiga observatörer. Det innebar att vi under observationerna inte samspelade med eleverna som observerades (Bryman, 2011). Lalander (2011) skriver att forskare inom etnografi ska undvika att vara neutral och att man bör bygga upp relationer med respondenterna. Eftersom vi redan spenderat sammanlagt elva respektive fem veckor med eleverna hade vi redan byggt upp relationer med dem. Detta i kombination med att arbetet var en mikro-etnografi gjorde rollen som fullständig observatör genomförbar (Bryman, 2011).

Det fördes anteckningar under observationen. För att fånga känslan som infann sig i situationen var anteckningarna korta men detaljrika. Inom etnografien ska forskaren fokusera och dokumentera det meningsfulla för syftet (Lalander, 2011), vilket vi kunde göra med hjälp av de förutbestämda kategorierna. För att skapa en tydlig bild gjordes små minnesanteckningar av det viktiga, som sedan sammanställdes på dator samma dag, vilket är ett arbetssätt som Bryman (2011) förespråkar.

Metodval

Vi ansåg att de befintliga kategorierna var bra att utgå från, då de baseras på aspekter som både forskning och elever själva påpekat är viktiga för att öka den fysiska aktiviteten på rasten. I Lind Andersson och Årnedal (2015) lyfte flertalet forskare, bland annat Sallis et al. (2001), fram att skolgårdens utformning kunde ha effekt på elevers fysiska aktivitet. En annan forskare, Isberg (2009), påpekade även att lärares engagemang kunde ha betydelse för elevers motivation till fysisk aktivitet. De elever som deltog i det tidigare utvecklingsprojektet berättade att skolgården och läraren hade inverkan på deras fysiska aktivitet på rasten. Då både elever och forskning belyser dessa områden, kändes de viktiga att arbeta med i denna studie. Den tredje kategorin, klassen och dess delaktighet är något som vi inte studerat tidigare, men som eleverna i projektet lyfte fram. Då detta var en viktig punkt för dem så valdes den att inkluderas, då vi ville belysa och undersöka punkter som just de blir motiverade av.

Detta arbete syftar till att, *”med fokus på; skolgården, läraren, samt klassen, synliggöra elevers fysiska aktivitet under rasten. Detta för att elevers handlingar, i relation till vad de uttryckt i tidigare gruppsamtal, kan bidra till mer kunskap om fysisk aktivitet på rasten”*, vilket gjordes med hjälp av observationerna. Observationer är något som ofta används för att synliggöra huruvida respondenters uttalanden förhåller sig till verkligheten (Stukát, 2011). Författaren förklarar det som att man med hjälp av observationer kan få syn på klyftan som kan finnas mellan det som sägs och det som görs. Då detta arbete syftar till att skapa mer kunskap kring hur elever förhåller sig till fysisk aktivitet under rasten är det viktigt att synliggöra både hur elever handlar i realiteten, samt hur de hanterar sina uttryckta behov under rasten. Detta för att synliggöra vad som skapar den eventuella klyftan, samt för att se om det behövs åtgärder för att minska klyftan.

Under observationerna delades de tre olika kategorierna upp mellan oss, så att vi inte behövde fokusera på allt samtidigt. Dock antecknade båda om det var något speciellt som lades märke till, till exempel när det uppstod bråk på den ena skolan. Detta för att dokumentera bådas intryck och observationer. Under observationerna fördes kortare anteckningar kring miljö och händelser, vilka senare under samma dag renskrivs och utvecklades, ett arbetssätt som Lalander (2011) rekommenderar. De olika kategorierna som observerades diskuterades mellan observatörerna, både under och efter observationernas gång. Under diskussionerna upptäcktes det hur de olika situationerna uppfattats. I många fall uppfattades händelser på samma sätt, men det fanns även situationer som diskuterades närmre, vilket ledde till en bättre slutgiltig renskrivning och bredare analys.

När observationen startade satte vi oss på en bänk med bord, placerad centralt på skolgården, så att överblicken blev stor. Eftersom observatören i många lägen måste använda sig av split vision⁴ (Lalander, 2011) var placeringen strategiskt vald. Under observationens gång förflyttade vi oss efterhand som eleverna ändrade plats att leka på. Som observerande inom mikro-etnografen, där forskaren vill få syn på vardagslivet, bör hen göra så för att kunna följa vad som händer, sägs och görs (Lalander, 2011). Under observationerna hände det att elever kom fram och frågade vilka vi var, eller vad vi gjorde där. Vi valde att berätta för dem och efter förklaringen lämnade de oss och fortsatte med sin rast. Bryman (2011) skriver att etnografer ibland måste gripa in i situationer. Gör hen inte detta finns det risk att observatören uppfattas som oengagerad och icke trovärdig. Vi ansåg att detta var sådana situationer, då det fanns en risk att eleverna skulle bli mer nyfikna eller misstänksamma mot oss och vårt syfte.

Att observationerna genomfördes med hjälp av papper och penna, istället för med hjälp av inspelningsverktyg gjordes på grund av flera anledningar. Först och främst gjordes valet på grund av etiska skäl. Godkännande till att delta fanns enbart från de två observationsklasserna. Alltså inte från övriga elever eller personal som befann sig på skolgården. Då vi varit noggranna med de forskningsetiska principerna (Bryman, 2011) genom hela arbetet ville vi inte heller filma elever eller personal som inte var informerad eller gett sitt samtycke om detta. Bjørndal (2005) skriver dessutom att verktyg som filmkameror eller ljudupptagare är begränsade, då de endast kan visa en liten del av området. Inspelning av hela skolgården hade alltså inte varit möjligt, och viss information hade gått förlorad, då eleverna befann sig på olika ställen och rörde sig mellan områden. När vi använde papper och penna kunde vi därför både förhålla oss till de etiska principerna och skriva ner observationer som skedde på olika platser på skolgården.

Förutsättningar och urval

Urvalet gällande deltagande klasser och elever gjordes som ett målinriktat urval (Bryman, 2011). Om man använder ett sådant arbetssätt syftar det inte till att välja slumpvisa deltagare, utan deltagare som är relevanta för studien och forskningsfrågan. Då studiens syfte var att undersöka de utvalda

⁴ Förmåga att överblicka flera delar samtidigt.

observationsklassernas rastaktivitet, var de den mest relevanta målgruppen. Bryman (2011) skriver även att urvalet ofta är målstyrt inom den kvalitativa forskningen.

Studien utfördes i två klasser, en årskurs fyra och en årskurs fem, på två skolor i södra Sverige. Det var sammanlagt 37 elever och tre pedagoger som godkände att de ville delta i studien. På den ena skolan var det 20 elever och en pedagog och på den andra var det 17 elever och två pedagoger. Observationerna skedde vid ett tillfälle på vardera skola, sammanlagt blev det två observationer. På den första skolan, Björkskolan, pågick observationen under cirka 25 min. På den andra skolan, Palmskolan, pågick observationen under cirka 50 min. Elevantalet under observationerna var dock inte 37. På den ena skolan, Palmskolan, var alla eleverna utomhus på skolgården under observationen. På Björkskolan var dock bara ca 15 elever ute på skolgården under rasten. Då vissa elever var i ständig rörelse och vissa befann sig inomhus, kan vi inte ge ett specifikt antal som stämmer överens med hela rasten.

Förutsättningarna för observationerna var relativt goda. Eleverna och föräldrarna hade tidigare godkänt elevernas medverkan i forskningen, vilket underlättade observationerna. Eleverna har vanligtvis rast varje dag och både de och övrig personal på skolorna visste vilka vi var. Dock stötte vi på förhinder under planeringen, då rasterna och eleverna inte var schemalagda i vanlig ordning. Påsklov, lärarfrånvaro, studiedagar och friluftsdagar gjorde att observationerna blev färre än tänkt. Väl under observationerna stötte vi dock inte på några större problem.

Analysmetod

Första steget var att samla in data. När det gjorts var nästa steg att bearbeta och analysera de anteckningar som fanns (Ahrne & Svensson, 2011). Som tidigare nämnts var första steget efter insamlingen att så fort som möjligt färdigställa (Bryman, 2011; Öberg, 2011) och renskriva materialet. Då själva observationerna var uppdelade mellan observatörerna gjordes två enskilda renskrivningar. De två utkasterna jämfördes och sammanställdes sedan till en fullständig text. När materialet fanns nedskrivet påbörjades analysen, som var utformad som en kvalitativ, etnografisk innehållsanalys. Det innebär att forskaren söker efter bakomliggande teman i materialet vilka sorteras ut (Bryman, 2011), i denna studie genom färgmarkering. Befintliga kategorier fanns, från tidigare utvecklingsprojekt, vilket är vanligt förekommande inom etnografisk forskning (Bryman, 2011). Därför började sökandet efter kategorierna; skolgården och dess material, läraren, samt klassen. Vi kollade även på kategoriernas fokusord och kunde genom dem sortera det renskrivna materialet ytterligare. Vi tittade till exempel på gemenskap och uppmuntran när vi färgmarkerade saker gällande klassen och dess delaktighet. När material till de befintliga kategorierna hittades kodades dessa med hjälp av olika färger, detta för att tydligt synliggöra dem (Bryman, 2011).

Under analysen tittade vi på de detaljer som eleverna i utvecklingsprojektet berättat om. Om de exempelvis berättat att leka bland buskar är något som får dem att bli mer fysiskt aktiva på rasten analyserades användandet av buskar, eller möjliga konsekvenser av att det inte fanns några buskar tillgängliga på skolgården. På liknande sätt analyserades det hur gruppdynamiken kunde se ut, lekte klassen ihop

så som de önskat, eller fanns det grupperingar av olika slag? Analyser gjordes på det valda färgkodade materialet och sedan sammanställdes det i resultatdelen. De tre kategorierna valdes också att användas igen eftersom de hörde ihop. Hade en kategori ignoreras hade en bit av sanningen gått förlorad.

Etiska aspekter

Etiska aspekter finns för att skydda de personer som medverkar i forskningen. De berör frivillighet, integritet, konfidentialitet och anonymitet. Denna studie genomfördes på två skolor, vilket gjorde att vi var noggranna med dess aspekter. Blanketter skickades ut till eleverna och deras vårdnadshavare. För att leva upp till samtyckeskravet (Bryman, 2011) fanns det information om syftet med arbetet och vad som skulle genomföras, på blanketten. Vårdnadshavande fick ge sitt samtycke, vilket är ett av kraven. Samtyckeskravet innebär att de deltagande själva har rätt att bestämma om de vill delta eller inte (Bryman, 2011). Då vi värderade elevernas egna tankar och känslor högt valde vi att förklara för dem vad forskningen innebar och att de själva fick avbryta om de inte längre ville delta. Det var dock ingen eleverna som valde att avbryta under forskningen, vilket vi såg som positivt. En annan etisk aspekt som gäller vid forskning är konfidentialitetskravet, vilket innebär att alla uppgifter behandlas hemligt, så att ingen kan identifiera de medverkande (Bryman, 2011). Vi nämnde därför inte skolornas eller elevernas namn i arbetet. För att göra texten mer levande har dock både elever och skolor fått fiktiva namn. Det sista kravet, nyttjandekravet, innebär att de insamlade uppgifterna enbart används till forskningen (Bryman, 2011), och så är fallet. När arbetet var färdigt och godkänt förstördes dessutom allt material.

Dessa punkter godkändes av både föräldrar och elever. Innan vi gick ut och observerade kontaktade vi våra handledare så att de kunde informera eleverna om att vi skulle besöka skolorna. Detta gjorde vi då vi ville ha godkännande från både handledare och elever att de var intresserade och villiga till att medverka.

Bryman (2011) påpekar att det inom viss forskning kan vara svårt att samla in godkännande från alla deltagare, då det ofta är många. Som tidigare nämnt är arbetet en mikro-etnografi. Det innebar att det inte var många som deltog, så godkännande var inget problem. Vi fick godkännande från alla de som vi ville fokusera på. För att hålla oss till de etiska aspekterna var de bara de eleverna och lärarna som vi observerade. Elever, lärare eller andra personer som befann sig på skolgården samtidigt bortsåg vi från.

Tillförlitlighet

När kvalitén på en kvantitativ studie ska undersökas granskas studiens validitet och reliabilitet. I en kvalitativ studie, som detta är, är inte ett mätande lika intressant. Därför används andra sätt för att kontrollera kvalitén. Ett av dessa sätt är att kontrollera tillförlitligheten på studien (Bryman, 2011).

Tillförlitlighet har fyra underkategorier; *trovärdighet*, *överförbarhet*, *pålitlighet* och *möjlighet att styrka och konfirmera* (Bryman, 2011).

Trovärdighet, vilket kan ses som motsvarigheten till intern validitet, innebär att forskaren har tydliga beskrivningar kring det som, i vårt fall, observerats. Trovärdigheten bygger också på att forskningen utförts enligt de regler som finns inom den valda ansatsen och mot de etiska principerna.

Överförbarhet är den kvalitativa motsvarigheten till kvantitativa forskningens externa validitet. Det handlar om huruvida forskningen, arbetssättet och resultaten går att applicera på andra situationer. Bryman (2011) skriver dock att inom den kvalitativa forskningen kan överförbarhet vara svårt, då forskningen fokuserar på det unika i just den enskilda gruppen. Författaren skriver emellertid att om forskaren har tydliga beskrivningar av alla faser, vilket krävs för trovärdigheten och pålitligheten, så kan andra forskare avgöra om forskningen är överförbar.

Pålitlighet, vilket är reliabilitetens motsvarighet, är något som ökar i takt med att forskaren är tydlig och noggrann med att redovisa tillvägagångssätt.

Möjlighet att styrka och konfirmera innebär att forskaren ska undvika personliga åsikter, värderingar eller tankar som kan påverka utförandet eller diskussionen.

Vi anser att detta arbete är tillförlitligt då vi höll oss till de regler som finns inom mikro-etnografisk forskning. Vi var även noggranna med att så detaljrikt som möjligt förklara hur vi gick tillväga med forskningen och textens alla moment. Ett större antal deltagande elever och fler observationer hade möjligtvis kunnat öka tillförlitligheten, då fler situationer visat sig. Detta hade dock lett till att det varit svårt för oss två att genomföra lika detaljerade observationer, då det blir för många och mycket att fokusera på samtidigt. Hur pass överförbar studien är kan, som nämnt ovan, vara svårt att avgöra, då detta är en kvalitativ studie. Dock tror vi att skolor i Sverige kan applicera denna arbetsmodell på sin egen skola utan större problem. Andra önskemål och resultat kommer förmodligen visa sig, då skolgårdar ser olika ut och elever har olika behov. Vissa av våra personliga värderingar kan lysa igenom. Bryman säger (2011) att det som etnografisk forskare är svårt att vara helt objektiv, då man vistas under längre period med respondenterna.

Analys och resultat

I denna del analyseras och presenteras de resultat som observationerna genererat. Namnen på skolorna och eleverna som nämns är fiktiva namn, som alltså inte alls är kopplade till elevernas verkliga identitet. Skolorna har vi valt att kalla för Björkskolan och Palmskolan.

Kapitlet syftar till att besvara frågeställningen: *”Hur förhåller sig elevers rastaktivitet till; skolgården och dess material, klassläraren, samt klassen?”*

Kapitlet är uppdelat i de tre kategorierna, Skolgården och dess material, läraren och hans engagemang samt klassen och dess delaktighet. I kategorin skolgården och dess material fanns fokusorden utseende och utformning, vilka vi tog hänsyn till under analysen. Under analysen angående läraren och hans engagemang var det fokusordet trygghet som vägledde vår analys. I kategorin klassen och dess

delaktighet var det fokusorden gemenskap och uppmuntran som vi främst riktade oss åt i vår analys.

I underkategorierna kommer det först en inledande och förklarande berättelse av situationen, följt av utdrag från observationen. Slutligen kommer en analys av den renskrivna observationssekvensen, samt en kort sammanfattning om hur situationen förhåller sig till kategorins fokusord. Varje kategori innehåller två situationer och analyser, en från varje skola.

Vi vill påpeka att det pågick mer aktivitet än det som synliggörs i kapitlet. Här analyseras utdrag från en hel rastsituation per skola. Det innebär alltså att det inte enbart är det som analyseras som pågick. Dock valdes dessa situationer att analyseras då de stack ut och var relevanta för frågeställningen.

Skolgården och dess material

Det är en kall och blåsig dag när vi kommer till Björkskolan. Det har börjat knoppa på buskar och träd. Då och då tittar solen fram och värmer. Barnen ska snart ha lunchrast och vi sätter oss på en bänk som står placerad centralt på skolgården. Vi sitter en stund på bänken och väntar på att eleverna ska äta klart och komma ut på skolgården. Utseendet på skolgården är varierat; runt omkring oss finns både asfalterade ytor, ytor med gräs och vissa med sand. Klätterställningar, olika gungor och en rutschkana är fast material som vi kan se att elever har tillgång till. Från vår bänk kan vi även se en grusplan och linjer på marken, förmodligen ditmålade för att elever ska kunna leka olika lekar. Efter en stund riktas vår uppmärksamhet till ett gäng killar som leker någon form av "datt" i korridoren, som ligger i anslutning till matsalen och dörren som leder dem ut till skolgården.

De springer ut och in mellan skolgården och korridoren. Några av killarna som är utomhus tar skydd bakom några buskar som är planterade längs med skolbyggnadens väggar. Några av de andra springer upp och ner för en avsats som är vid ingången.

(Fältanteckning, Lind Andersson & Årnedal, 20150413)

Det tar tid för killarna innan de kommer ut på skolgården. En anledning till varför de leker inne i korridoren kan vara att de helt enkelt tycker att det är roligare än att vara utomhus och leka, då utformningen är annorlunda. Det finns en möjlighet för dem att springa in och ut och därför göra jakten svårare. När killarna väl kommer ut så är de snabba på att utnyttja de buskar som finns planterade utmed skolans väggar. De gömmer sig bakom dem och tar skydd. Detta kan vi anta att de gör eftersom utformningen gör att det blir svårare för den som jagar dem att nå dem. De pojkarna som springer upp och ner för avsatsen vid ingången utnyttjar de olika nivåskillnaderna som skolgården har att erbjuda. Det är ännu en sak som kan göra leken svårare för den som jagar, då denne också måste hoppa upp och ner. Det kan även vara så att pojkarna tycker att själva hoppet, både upp och ner, är roligt och att de gillar ansträngningen som krävs. Killarna håller sig på en liten yta under lekens gång, men utnyttjar de olika material som just det området av skolgården har att erbjuda.

I föregående sekvens kan vi se att pojkarna utnyttjar skolan samt skolgården och dess material på olika sätt. Detta kan tolkas som att skolgårdens utformning kan ha viss effekt på elevernas fysiska aktivitet på rasten.

Det är en grå, blåsig och kall vårdag i slutet av april när vi besöker Palmskolan. Det finns gröna små knoppar på björkarna och buskarna har börjat få gröna blad. Det hörs fågelkvitter blandat med barnskatt och rop från lågstadiets del av skolgården. Vi kan skymta en stor kompisgunga, i övrigt finns det inte mycket material på skolgården. Stora områden med gräs och buskage är istället något som är utbredd på stora ytor. På Palmskolan finns en, till utseendet, sliten fotbollsplan lite längre bort, ovanför skolans amfiteater. Planen är inhägnad med staket. Det ligger skräp i form av godispapper och plastbitar, främst i kanterna men även på planen. Fotbollsplanens underlag är hård jord och gräs. Planen har fyra mål i olika skick.

Det finns fyra mål, ett på varje sida av planen. Två av målen har nät, dock är de trasiga, medan de andra består av enbart en metallram. Mellan dessa mål är det mestadels hårt sandunderlag med lite kottar utspritt.

(Fältanteckning, Lind Andersson & Årnedal, 20150424)

Det är målen med nät som eleverna väljer att spela mellan. Varför de väljer att spela mellan målen med nät kan bero på att dessa är i bättre skick och ser mer inbjudande ut. Planen i sig ser inte ut att ha blivit upprustad på länge. Underlaget är gropigt på vissa ställen och det befintliga gräset på planen ser på många ställen dött ut. Målen nät är antingen trasiga eller helt borta, vilket gör att fotbollsplanens utseende är slitet och tråkigt. Då fotbollsplanen är en plats där barnen utför fysisk aktivitet kan det å ena sidan vara så att eleverna inte bryr sig om ifall det finns nät i målen eller inte. Å andra sidan kan elevernas aktivitet vid fotbollsplanen ses som ett argument för att den skulle rustas upp.

Analysen visar att skolans fotbollsplan är i dåligt skick. Utseendet är inget som är tilltalande men då eleverna utför aktiviteter där veckor detta inte vara något som hindrar. I nästkommande kapitel kommer läraren och hans engagemang samt fokusordet trygghet att behandlas.

Läraren och hans engagemang

Från det att vi börjat vår observation på Björkskolan ser vi inga av klassens lärare. Observationen pågår en bra stund, eleverna sysselsätter sig med olika aktiviteter, men inga lärare kommer ut. Vi konstaterar att tiden går och rasten börjar lida mot sitt slut.

Fortfarande syns ingen av klassernas lärare.

(Fältanteckning, Lind Andersson & Årnedal, 20150413)

Under rastens gång kommer ingen av klassens lärare ut. Detta kan bero på många olika saker. En enkel anledning kan vara att skolan har schemalagda rastvakter, och att läraren inte har någon lagd tid just nu. Läraren kanske istället har andra lektioner eller egen rast, som hen valt att spendera någon annanstans än på skolgården. Då vädret är bra kan vi anta att passade kläder inte är ett hinder, utan att det är andra aspekter som leder till att läraren inte kommer ut på skolgården. Under rasten

syssetsätter sig eleverna på olika håll utan uppsikt från klassläraren. Om någonting händer, eller om någon elev skadar sig kan man anta att eleverna tar hjälp av någon vuxen i närheten eller att de vet vart klassläraren finns. Det är dock en fråga om trygghet och säkerhet, då eleverna skulle kunna vara med om en situation som de inte själva kan hantera, eller som de behöver en vuxen för att reda ut.

I föregående sekvens finns ingen klasslärare inom synhåll. Detta skulle kunna tolkas som att elevernas trygghet på skolgården till viss del kan påverkas av läraren och hans närvaro.

Under vår observation på Palmskolan inträffar en incident mellan två elever och vårt fokus riktas mot dem. Det händer i mitten av rasten och vi befinner oss vid några elever som spelar King. Det är en konflikt som troligen börjat vid fotbollsplanen, då de inblandade eleverna kommer därifrån. Vi befinner oss en bit från eleverna som incidenten inträffat mellan, vilket innebär att vi inte sett hur och var konflikten började.

Läraren har fått syn på händelsen. Hon ryter på Tony som står med plankan. Hon ryter hans namn och att han ska sluta. Tony kastar plankan på Sam och backar sedan. Sam, killen som blivit slagen, går in i skolan och läraren springer efter.

(Fältanteckning, Lind Andersson & Årnedal, 20150424)

Då skolgården är stor och klassläraren står och samtalar med andra elever hade hen inte kunnat upptäcka konflikten mellan Tony och Sam i tidigare skede. Hade klassläraren cirkulerat mer på skolgården hade hen kunnat upptäcka konflikten tidigare. Dock har inte klassläraren varit ute en längre tid när denna incident inträffar. Hen står och pratar med andra elever vilket kan tolkas som att hens intention är att spendera tid med eleverna under rasten. Hens dialog med de eleverna kan för dem ses som något betydelsefullt som de hade mist om hen hela tiden varit i rörelse. Klassläraren är trots allt bara en person och skulle omöjligt kunna befinna sig på fler ställen samtidigt. Klassläraren väljer att gå efter Sam in i skolan, vilket kan ha många förklaringar. En trolig anledning kan vara att läraren anser att det är viktigt att trösta honom och se till så att han med all säkerhet inte har skadats allvarligt av plankan. Detta i sin tur leder dock till att resten av klassen är kvar ensamma på skolgården. Som tur är fortsätter inte Tony, som slagits med plankan, att slå någon annan av eleverna. Oavsett är det svårt för läraren att upptäcka om något händer på skolgården, i och med att hen är ensam klasslärare ute på rasten.

I sekvensen ovan har klassläraren en bärande roll då hen avslutar en konflikt som skulle kunna innebära allvarliga fysiska skador. Denna sekvens kan tolkas som att läraren kan påverka elevernas trygghet under rasten. I nästkommande kapitel kommer klassen och dess delaktighet samt fokusorden gemenskap och uppmuntran bearbetas.

Klassen och dess delaktighet

När det gått cirka tio minuter av rasten på Björkskolan är klassen till stor del uppdelad. Killar som leker datt och tjejer som går runt och pratar. Vi har nu bytt position och sitter på en annan bänk, härifrån har vi bättre överblick över de ställen som eleverna förflyttar sig mellan. Bänken är en fast ställning med två sitt-delar med ett bord mellan. När vi sitter där börjar klassen dela upp sig i mindre grupper, vissa elever leker lekar, andra gungar eller går i smågrupper och pratar med varandra. Vår uppmärksamhet riktas dock mot en tjej som inte är delaktig i klassens olika aktiviteter.

Tina, en annan tjej från observationsklassen har mestadels gått för sig själv på skolgården under rastens gång. Hon är hela tiden nära klassen, men för sig själv. Hon går fram till den tomma gungbrädan och står och iakttar oss en stund och rör lite vid gungbrädan. Hon går fram till oss och frågar vad vi gör. Vi svarar henne och hon går sedan tillbaks till sandlådan med gungbrädan igen. Hon går balansgång på sandlådans träkant som skyddar sanden från att spridas runt.

(Fältanteckning, Lind Andersson & Årmedal, 20150413)

Att Tina går ensam och inte deltar i klassens fysiska gemenskap kan analyseras från olika vinklar. Det kan vara så att hon själv väljer att vara ensam. Hon kanske vill gå för sig själv just idag, hon har kanske en del att tänka på eller mår inte bra. Det kan också vara så att hon inte alls mår dåligt, utan helt enkelt inte vill delta i de aktiviteter som övriga klassen sysselsätter sig med. Det kan även vara så att klassen inte bjudit in henne till gemenskap och aktivitet, de kanske inte har tänkt på det, eller vill kanske inte att hon ska vara med. De kan också försökt bjuda in henne, men att hon då valt att avstå. Att hon håller sig nära klassen kan vara ett tecken på att hon ändå på något vis vill delta i det som de andra gör, eller bara vara i deras närhet. Hon kanske är nyfiken på vad de håller på med och hoppas att hon ska få en inbjudan, om en sådan inte har kommit. Det kan också vara så att hon går där enbart för att hålla sina kompisar under uppsikt, vad de gör och vilka som gör vad. Det kan antagas att klassen är trygghet för Tina, eller att hon får en känsla av trygghet när hon har dem i närheten. Att hon kommer fram till oss och frågar vad vi gör kan vara av ren nyfikenhet. Då Tina känner igen en av oss vill hon kanske veta vad vi gör där, och varför. Att hon kommer fram till oss och hälsar kan också analyseras som en sökan efter trygghet, gemenskap eller bekräftelse. Hon kanske har en förhoppning om att stanna och prata en stund, då hon inte gjort det med sin klass under rasten. Dock verkar hon förstå och visar respekt för det arbete som utförs och väljer därför att lämna. Hennes beröring av gungbrädan och balansgång på träkanten kan vara ett sätt för Tina att sysselsätta sig. Då hon inte leker med resten av klassen kan detta tolkas som att detta är hennes sätt att sysselsätta sig på, istället för att till exempel sitta på en bänk och vänta ut tiden.

Ovanstående sekvens behandlar Tinas ensamhet under rasten. Då hon är fysiskt inaktiv kan detta tolkas som att gemenskapen i klassen har betydelse för den fysiska aktiviteten på rasten. Detta även då de som är i gemenskap med andra är fysiskt aktiva.

På Palmskolan ligger fotbollsplanen lite längre bort på skolgården, vi ser att många elever från observationsklassen är där. Vårt fokus riktas mot planen och vi väljer att gå dit. Vår placering är vid ingången av fotbollsplanen. Under fotbollsspelet mellan observationsklassen och parallellklassen pågår ett tillsynes gott spel som verkar rulla på utan några större problem.

Det är både killar och tjejer som är med och spelar. Man hör skratt men även en del hårda ord som kastas mellan eleverna. Även killen, Oliver, som tidigare gick iväg och var ledsen är med och spelar. Stina som är med och spelar berömmar och peppar sina medspelare titt som tätt.

(Fältanteckning, Lind Andersson & Årnedal, 20150424)

Det är en större skara på cirka 18 elever som spelar med varandra, vilket tyder på en god gemenskap i gruppen. Det är svårt att veta hur de hårda orden uppfattas av de olika eleverna. Å ena sidan går många av dem i samma klass och kan därför ha relationer som tillåter ett hårdare språk utan att någon blir ledsen och tar illa vid sig. Å andra sidan kan det finnas elever som tar illa vid sig och som på grund av det inte finner spelet lika rolig. Det kommer även uppmuntrande ord från en av tjejerna, Stina, vilket kan bidra till god stämning mellan eleverna, då de fortsätter det till synes goda spelet. Samtidigt vet vi inte vilken relation Stina har till resten av gruppen. Det skulle kunna vara så att hennes kommentarer inte uppmärksammas av mottagaren. Det hörs skratt från både tjejerna och killarna vilket kan tolkas som att de har roligt under spelets gång och att det finns goda relationer mellan eleverna i klasserna. Att Oliver, som tidigare blivit ledsen, är med och spelar kan ha olika förklaringar. Till exempel har kanske eleverna tröstat och uppmuntrat honom innan vi hinner till fotbollsplanen. Han ser inte ledsen ut när spelet börjar, vilket kan tolkas som att han inte är berörd av det tidigare fallet.

I stycket analyseras observationsklassens fotbollsmatch. Stor del av klassen är fysiskt aktiva ihop, vilket kan tolkas som att de har en bra gemenskap. Man kan anta att de uppmuntrande orden bidrar till god stämning då de utför den fysiska aktiviteten. Nedan kommer en sammanfattning av alla kategoriernas resultat.

Sammanfattning av resultat

På de båda skolorna, Björkskolan och Palmskolan, utnyttjar eleverna de olika objekten och utformningen som finns på skolgårdarna. Då eleverna använder sig av buskar som står placerade vid väggar, avsatser vid dörrar och slitna fotbollsplaner, verkar de inte vara avsevärt besvärade av placering, skick eller utseende på dessa. Eleverna är fysiskt aktiva och de använder sig av de ting som skolgården erbjuder, vare sig det är grundtanken med dem eller ej.

På Björkskolan finns det ingen klasslärare ute på lunchrasten. Vad detta beror på är inget som analysen kan besvara. Det kan bero på att hen inte har schema för detta, inte vill, inte kan eller andra aspekter. På Palmskolan är klassläraren dock närvarande på rasten. Hen pratar med elever och får även ta hand om en situation som uppstår. Situationen i sig hade hen, i detta läge, inte kunnat förhindra, då hen inte kan vara på två platser samtidigt. Dock agerar hen snabbt och väljer att ta hand om eleven som blivit utsatt. De två observationerna är olika och visar på hur läraren kan bidra till trygghet och i sin tur mer fysisk aktivitet på raster.

Att en elev går själv på rasten, så som Tina på Björkskolan gör, är svårt att veta varför. Antingen är det självvalt, eller så är det något som hon inte valt. Det finns en möjlighet att klassen inte bjudit in till gemenskap. Dock verkar det som att Tina söker någon slags trygghet eller kontakt med både klassen och med oss, då hon håller sig nära och även kommer fram och hälsar. På Palmskolan är situationen annorlunda, där leker eleverna i större grupper. De som spelar fotboll verkar, trots hårda ord, ha roligt ihop, då de spelar på. Dock kan det vara så att någon tar illa upp, utan att visa det. Den uppmuntrande tjejen kan vara en aspekt som bidrar till den positiva stämningen. I de två sekvenserna och analyserna visas olika sätt där gemenskap kan spela roll för elevers fysiska aktivitet på rasten.

Diskussion

I kapitlet diskuteras de metoder som använts och de resultat som analysen genererat. För- och nackdelar med de metodval som använts, hur lämpliga och anpassade de var för studiens syfte och frågeställning värderas. Även förslag på hur vi kunde gjort annorlunda presenteras. Hur resultaten ser ut, anledningar till varför och hur de förhåller sig till syftet diskuteras nedan.

Metoddiskussion

I Metoddiskussionen värderas metodvalet, förutsättningarna och urvalet samt analysmetoden. I kapitlet diskuteras för- och nackdelar med de val som tagits och hur vi hade kunnat arbeta på andra sätt. Diskussionen drar även paralleller mellan arbetsmetoderna, ansatsen och de etiska principerna, som för oss varit viktiga.

Metodval

Valet att göra en mikro-etnografisk studie gjordes av flera tidigare nämnda anledningar. Till exempel ville vi få en inblick i vardagslivet (Lalander, 2011) och en inifrån-förståelse av det vi studerat (Bryman, 2011; Lalander, 2011). Detta är dock en mikro-etnografisk studie och vi befann oss alltså bara på skolorna en kortare tid. Detta kan ses som en brist då vi inte observerade flera tillfällen på skolorna. Det som hände under de tillfällen vi var där skulle kunna vara tillfälligheter. Hade vi spenderat mer tid på skolorna hade vi även kunnat få ett bredare spektrum kring rasterna. Vi hade exempelvis kunnat få vara med en dag med dåligt väder, en dag då båda klassernas lärare varit ute och kanske en dag då material eller miljö på skolgården rustats upp. Vi var dock medvetna om att resultatet skulle grunda sig i få tillfällen gjorda under en kortare period. Syftet med studien är inte att generalisera resultaten, utan snarare få skolor att känna sig inspirerade att påverka efter sina förutsättningar.

Klasserna var bekanta med åtminstone en av observatörerna i denna studie och därför kan resultaten ha påverkats av vår närvaro. I det tidigare utvecklingsprojektet hölls gruppsamtal med eleverna, gällande fysisk aktivitet på rasten. Å ena sidan skulle elevernas tidigare erfarenheter av observatörerna kunnat påverkat deras rastaktivitet. Å andra sidan fanns det elever som var inaktiva då observationerna

skedde, vilket skulle kunna tolkas som att observatörernas närvaro inte gjorde någon skillnad.

Vi valde att observera på grund av flertal olika anledningar. En av dem var att videoinspelning kan vara svårt att använda sig av om inte alla eleverna befinner sig på samma ställe. Detta var något som blev synligt under våra observationer, då vi ofta fick använda oss av split vision (Lalander, 2011) för att observera flera punkter samtidigt. På fotbollsplanen hade det exempelvis varit svårt att få ett helhetsintryck genom videoinspelning, då eleverna var många och utspridda. En fördel med att filma hade varit att miljön i stort hade varit lättare att se i efterhand. Risken är dock att smådetaljer, som gropar i underlaget, kunnat bli svåra att se på film. För att väga upp filmens fördelar var vi därför noggranna med att anteckna just smådetaljer gällande skolgården. Detta gjordes även då vi arbetade mikro-etnografiskt och ville fånga känslan som infann sig. Då eleverna på Björkskolan befann sig i en korridor där många andra elever cirkulerade hade det varit svårt att filma enbart vår observationsklass, vilket hade kunnat bli ett etiskt dilemma. En kombination av bild och anteckningar hade kunnat vara ett alternativ. Det finns dock en risk att en kamera kunnat dra till sig mer uppmärksamhet, vilket i sin tur hade gjort att vi inte kunnat smälta in lika mycket. Ljudupptagning var något som inte heller var aktuellt, då vi inte befann oss såpass nära eleverna, utan oftast en bit bort. Detta visade sig vara ett bra beslut då våra observationer skedde under två blåsiga dagar. Risken att mikrofonen inte hade kunnat fånga upp ljuden var hög båda dagarna. Som Bjørndal (2005) skriver kan video och ljudupptagning vara begränsande och passar därför inte alla typer av studier. I detta examensarbete var nackdelarna med video- och ljudupptagning fler än fördelarna, vilket gjorde valet att inte använda tekniken lätt.

Då vi genomförde våra mikro-etnografiska observationer fokuserade vi på de tre stora kategorierna (Bryman, 2011) och dess fokusord. Detta var ett beslut som skulle kunna begränsa oss och få oss att missa annan intressant data. Kategorierna som vi valt att förhålla oss till var dock kategorier som utmärkte sig under observationerna, vilket bekräftade att vårt fokus var befogat. Att dela upp kategorierna var något som var positivt, framförallt gällande kategorin klassen och dess delaktighet. Då vi var olika mycket bekanta med de olika klasserna hade det kunnat bli svårt att tilldela denna kategori till personen som inte var bekant med klassen. Risken hade funnits att vi observerat elever som inte tillhörde observationsklassen. Eftersom det fanns etiska aspekter att ta hänsyn till var det därför mer tillförlitligt att dela upp kategorierna, så att resultatet inte blev oanvändbart och oetiskt. Under observationen fördes dialog mellan observatörerna vilket gjorde det möjligt att hjälpas åt med anteckningarna.

Under observationerna var det ett flertal elever som kom fram till oss, hälsade och frågade vad vi gjorde. I och med att arbetet gjordes med grund i mikro-etnografi var inte detta något som vi såg som ett hinder eller något negativt. Det var inte heller så att eleverna störde. Efter att de hälsat eller fått svar på frågan så avlägsnade de sig och vi kunde fortsätta observera. Bryman (2011) skriver att utesluten interaktion och agerande med deltagarna i observationen kan leda till att observatören uppfattas som oengagerad och icke trovärdig. Därför valde vi att kommunicera med eleverna för att det inte skulle skapas frågetecken eller orolighet kring vår närvaro. Detta val skulle å ena sidan kunna leda till att eleverna agerade annorlunda och höll sig på

visst avstånd för att visa oss respekt. Å andra sidan var vi bekanta med eleverna vilket därför gjorde mötet med eleverna naturligt och oansträngt.

Förutsättningar och urval

Denna studie har ett målinriktat urval. Detta innebär att resultatet inte kan appliceras på en större population (Bryman, 2011). Det innebär dock inte att läsare inte kan ha användning av resultatet. Då elever har olika behov kan det finnas elever på andra skolor som liknar de som är med i vår studie, vilket innebär att arbetssättet och resultatet till viss del går att applicera på andra skolor. Aspekter, så som slitna skolgårdar, konflikter, och lärarengagemang är inget som är unikt för våra observationsskolor. Dessa är viktiga delar av rasten som de flesta skolorna skulle kunna undersöka och arbeta med.

Våra observationer var få men innehållsrika. En av anledningarna till varför inte fler observationer var möjliga var på grund av att eleverna inte befann sig på skolorna i vanlig ordning. Vi stötte på hinder så som lärarfrånvaro i två dagar, påsklov, studiedagar och friluftsdagar. Detta innebar att eleverna inte var på skolan eller att deras lärare inte var närvarande. Därför blev det svårt att hitta tillfällen som passade för en komplett observation. Detta ledde i sin tur till mindre empiri och färre tillfällen att jämföra mellan. Dock observerades skolornas raster under cirka 75 minuter, med goda förutsättningar och under den tiden samlades tillräckligt mycket empiri in för att en analys skulle kunna genomföras.

Förutsättningarna på skolorna var goda då eleverna redan var införstådda med vår närvaro. Att en av skolorna var i ombyggnad skulle kunna ses som en aspekt som påverkat resultatet. Eleverna på skolan lekte dock på andra ställen på skolgården och därför blev inte resultatet påverkat av bygget. Ombyggnad är inte heller en ovanlig insats på skolor, vilket i sin tur gör att resultatet inte skiljer sig avsevärt från realiteten. Det kan istället ge detta arbete en styrka, då det visar att likande undersökningar kan genomföras i olika förhållanden.

Analysmetod

Färdigställandet av materialet skedde under samma dag som observationerna hade utförts. Detta är något som rekommenderas av både Bryman (2011) och Öberg (2011) och som vi såg som en fördel, då våra intryck och minnen var färskare. Under renskrivningen sammanställdes bådas utkast av anteckningarna till en gemensam text. Detta kan å ena sidan ses som extraarbete. Å andra sidan blev båda mer delaktiga i bearbetningen då bådas intryck blev inkluderade. Detta i sin tur gör den renskrivna texten mer trovärdig och tillförlitlig.

Efter renskrivningen färgkodades texten. Då vi färgkodade förhöll vi oss till de förutbestämda kategorierna och fokusorden. Denna metod kan göra att annan information silas igenom, trots att det är en del av sanningen. Emellertid kan bearbetning av precis all inhämtad information göra så att frågeställningen och syftet kommer i skymundan. Därför var det bättre med bestämt och relevant fokus.

Vi valde att använda oss av ett online-dokument för att bevara den renskrivna texten. Å ena sidan hade det kunnat bli mer tydligt om vi skrivit ut det färgkodade, klippt ut och lagt materialet i olika högar. Å andra sidan kan det vara riskfyllt med utskrifter då det kan tappas bort och därmed komma i orätta händer. Vi kände även att online-dokumentet passade oss bra, dels för att vi redan var väl bekanta med programmet, och dels för att båda kunde se, redigera och bearbeta texten samtidigt.

Sättet, som observationen och analysen gjorts på, har varit positiva för arbetet. Inga val har gjorts utan eftertanke, vilket vi ser som något positivt och utvecklande.

Resultatdiskussion

I kapitlet diskuteras examensarbetes resultat i sig och i relation till syftet. Reflektioner har gjorts och kopplingar mellan resultaten och bakgrunden lyfts fram. Även detta kapitel är uppdelat i de tre kategorierna skolgården och dess material, läraren och hans engagemang samt klassen och dess delaktighet. Detta för att fortsätta göra arbetet lätt för läsaren att följa. I slutet av varje kategori återkopplar vi även här till fokusorden, då de kopplar elevernas uttryckta ord till deras handlingar. Efter resultatdiskussionen kommer vi även lyfta fram vårt viktigaste resultat i form av en sammanfattning.

Att diskutera de resultat som analysen genererat är viktigt. Detta för att få reda på och lyfta fram vad som kan få elever mer fysiskt aktiva på rasten, då inaktivitet är en av nutidens största hälsorisker (WHO, 2010). Harten, Olds och Dollman (2007) skriver i sin studie att deras resultat skiljer sig en aning från andra författares resultat. De jämför med Sallis et al. (2001), som även använts i detta examensarbete. Författarna skriver att olika resultat kan bero på kulturskillnader mellan olika länder. Även detta examensarbete kan skilja sig från några av de refererade, då många av dessa är från USA. Kulturskillnader kan leda till att elever har olika intresse, vilket kan göra att deras uttryckta eller observerade behov skiljer sig. Därför var det viktigt för oss att lyfta fram vad just eleverna i Björkskolan och Palmskolan önskade, då den forskning som finns, inte säkert överensstämmer med deras tankar.

Skolgården och dess material

Elever ha olika behov, intressen och viljor. Därför använder elever också skolgården, dess material och andra utbud på olika sätt och olika mycket. Buskar, som kan vara menade för att vara fina och skapa en atmosfär kan även användas som gömställen. Elevers fantasier och tankar kring de erbjudanden som finns på skolgården kan vara gränslösa och svåra att förutsäga. I utvecklingsprojektet uttryckte eleverna att utseendet och skicket på skolgården påverkade deras fysiska aktivitet. I likhet med våra elevers uttryckta tankar blev det ökad fysisk aktivitet under rasten när de, i Sallis et al. (2001), rustade upp och förbättrade utseendet på skolgården. På Björkskolan fick vi se elevers kreativa sida då de använde sig av buskar och avsatser under sin lek. Dessa buskar och platser kanske har syfte till att bara vara fina, men eleverna kom på andra användningsområden. Hade inte dessa buskar funnits hade kanske inte killarna gått ut och lekt, då de lekte inomhus till att börja med. I Eriksson Bergström (2013) står det att buskage kan locka till aktivitet, vilket buskarna på Björkskolan verkade göra. Då

eleverna faktiskt leker kring buskar bör skolor ta hänsyn till åsikter, som de som kom fram i utvecklingsprojektet. Eleverna på Palmskolan, som inte lekte i buskar under observationen, hade under utvecklingsprojektets samtal berättat att de önskade att deras skola skulle ta bort taggbuskar. De berättade att de ville leka bland buskage, men inte kunde på grund av taggar. Det är en, för skolan, liten åtgärd att ta bort taggbuskar, som kan leda till att fler elever blir fysiskt aktiva på rasten.

Fotbollsplanen som fanns på Palmskolan var sliten och ovårdad, men användes. Vi blev förvånade och positivt överraskade av detta. I utvecklingsprojektet berättade eleverna att de skulle vara fysiskt aktiva om skolan rustade upp skolgården och de planer som finns. Fotbollsplanen är i stort behov av tillsyn, men trots detta spelade eleverna fotboll där. Det kan vara så att eleverna inte tänkte på det, eller att de faktiskt inte har något annat val. Vill de spela fotboll får de spela på den slitna, då det inte finns några valmöjligheter. Att fylla i linjer, rusta upp skolgården och tillhanda material till elever är något som både Sallis et al. (2001), Verstraete et al. (2006) och Jago och Baranowski (2004) skriver kan motivera elever till att bli fysiska aktiva på raster. Till skillnad från denna studie fyllde Sallis et al. (2001) i linjer på bollplaner. Författarna såg då ökad fysisk aktivitet hos eleverna. I denna studie fanns ingen möjlighet till att utföra liknande aktioner och en före- och eftermätning var tyvärr inte möjligt. Det hade varit intressant att få en tydlig bild av huruvida den fysiska aktiviteten hade förändrats eller ej om åtgärder hade tagits. Men trots skicket på fotbollsplanen spelade eleverna fotboll där. Dock hade en uppfräschning av planen, nya, hela fotbollsmål och linjer, kunnat få fler elever att vilja spela. Trots att eleverna spelade så önskade de i utvecklingsprojektet att skolan skulle se över planen, vilket är en önskan som borde tas på allvar. Eleverna vill uppenbarligen spela fotboll, oavsett skicket, men en fin plan kan med all sannolikhet öka intresset och därmed aktiviteten.

Under observationerna var flertalet elever aktiva under rasten, inte alla men förvånansvärt många, med tanke på vad eleverna uttryckt i det tidigare utvecklingsprojektet. I tidigare samtal berättade eleverna att de inte kände någon lust till fysisk aktivitet, då skolgården inte var inbjudande. Huruvida eleverna enbart var fysiskt aktiva 50 % av tiden, så som eleverna i Verstraete et al. (2006), är dock svårt att mäta. Det kan både varit mer eller mindre. Men för att försöka ligga högre än den procenten, och för att eleverna ska vilja vara fysiskt aktiva i 60 minuter om dagen, som WHO (2010) rekommenderar, kan elever behöva hjälp. Att ha en inbjudande, säker, fin och upprustad skolgård är något som både forskning (Verstraete et al., 2006; Sallis et al., 2001; Jago & Baranowski, 2004) och eleverna själva säger hjälper. Varför skolor inte rustar upp skolgården och dess material kan bero på många olika saker, ekonomin är en av dem. Dock är det inget som läggs större fokus på i detta arbete. Varför ekonomin inte diskuteras är för att den kan variera från skola till skola, vilket gör diskussionen svår. Dessutom vill vi belysa att det inte behöver kosta mycket för skolorna att rusta upp skolgården. Eleverna i utvecklingsprojektet kom själva med förslag som inte kräver stora utlägg, så som att pumpa bollar och måla befintligt material. En annan anledning till varför skolor inte rustar upp kan vara för att de inte ser skolgården med samma ögon som elever gör. Elever på vissa skolor förväntas att befinna sig utomhus under raster, vilket lärare eller andra ansvariga på skolor inte alltid gör. Elever ser därför omgivningen oftare och därmed tydligare. Det är elever som förväntas leka på lekplatser, fotbollsplaner, klätterställningar, gungor, med bollar och så vidare. Då de förväntningarna finns på eleverna bör de också kunna förvänta sig att skolan ser till att dessa material och områden är inbjudande och säkra. Då elever, som i ovanstående fall, ändå använder

de material och områden på skolan som behöver rustas upp, kan det vara så att skolan inte ser behoven. För att skolan ska få information om vad som behövs ses över, rustas upp eller bytas ut är det viktigt att både lyfta fram vad elever säger men även undersöka vad de faktiskt använder sig av. Detta för att styrka elevernas åsikter och för att synliggöra andra aspekter, som kan ha kommit i skymundan eller glömts bort i samtal.

Genom denna resultatdiskussion belyses fokusorden; Tillgänglighet, utseende och utformning. Den tillgänglighet till det lösa materialet, som nämndes under det tidigare utvecklingsprojektet, visade sig inte lika tydligt under observationerna i detta arbete. Däremot var tillgängligheten till det fasta materialet mer aktuellt under våra observationer. Detta kan bero på att elevernas intresse ändrats och att utformningen och utseendet spelade mer roll i de skeenden som vi observerade.

Läraren och hens engagemang

Under utvecklingsprojektet uttryckte eleverna på Palmskolan att klasslärarens medverkan var ett minne för livet. Att läraren är en motivationskälla till den fysiska aktiviteten är något som även Isberg (2009) såg i sin studie, då den fysiska aktiviteten varierade beroende på lärarengagemanget. Under observationen på Palmskolan var läraren bland eleverna och kommunicerade med dem när de lekte ute på rasten. Då eleverna uttryckt klasslärarens deltagande som något positivt, tryggt och minnesvärt kan vi här se kopplingar till det som Isberg (2009) konstaterat. Att ha en engagerad klasslärare skulle också kunna skapa självmotivation hos eleverna till att fortsätta att vara fysiskt aktiva under raster. Självmotivation är av betydelse då den ofta gör så att individen vill fortsätta vara fysisk aktiv (Annerstedt, 2007). De rutiner barn har under barndomen kan följa med upp i vuxen ålder (Verstraete et al. 2006), vilket i sin tur skulle kunna resultera i att eleverna får livslång lust till fysisk aktivitet. Eleverna på Björkskolan uttryckte också, under utvecklingsprojektet, att rastupplevelserna blev goda om deras klasslärare medverkade. I Donnelly och Lambourne (2011) blev eleverna mer fysiskt aktiva om även läraren var aktiv och motiverade eleverna till fysisk aktivitet. Därför skulle klasslärarens frånvaro på Björkskolan kunna ses som en anledning till varför det fanns elever som gick runt ensamma eller var inaktiva. Tina gick mycket ensam, vilket skulle kunna bero på att hon inte kände sig trygg i gruppen som befann sig ute på rasten. Om klassläraren hade varit närvarande hade hen kunnat skapa en god gruppdynamik (Annerstedt, 2007), vilket i sin tur skulle kunna bidra till att Tina känt sig mer bekväm och tagit sig mod och medverkat i den fysiska aktiviteten under rasten.

Att lärare kan vara en avgörande deltagare under rasten fick vi vara med och observera, då det på Palmskolan inträffade en konflikt. Hade inte lärare funnits till hands hade det funnits en risk att fler elever lagt sig i konflikten och fler hade kunnat bli skadade. Detta hade i sin tur kunnat skapa rädsla och otrygghet hos eleverna, vilket hade kunnat innebära att elever inte hade velat vara ute och vara fysiskt aktiva i lika stor grad. Då fotbollsplanen låg en bit bort hade det även kunnat leda till att eleverna valt närmre belagda ytor som hade kunnat innebära mindre fysisk aktivitet, detta för att vara nära vuxna. På Björkskolan var ingen lärare från årskursen ute, vilket å ena sidan hade kunnat innebära att potentiella konflikter mellan eleverna hade kunnat sluta illa. Å andra sidan låg elevernas klassrum i närheten och förhoppningsvis visste eleverna vart läraren fanns om något allvarligt

hade hänt. Det var inte heller så att skolgården var helt fri från vuxna, utan rastvakter från andra årskurser fanns ute. Dessa interagerade dock inte med observationsklassen. Är klimatet bra på en skola kan eleverna vända sig till alla vuxna på skolan oavsett om det är ens klasslärare eller en lärare från en annan klass. I utvecklingsprojektet uttryckte eleverna, på båda skolorna, att klassläraren är en trygghet och att de tycker att det är skönt att veta att det finns någon vuxen nära, då denne kan stoppa konflikter. Därför är det bra att lärare finns ute, eller att eleverna säkert vet vart de kan hitta någon vuxen.

Trots att dessa två observationstillfällen var olika och hade olika förutsättningar är det ändå viktigt att sätta dem i relation till varandra. Då eleverna på skolorna uttryckte liknande önskningskring klassläraren var det intressant för studiens syfte att se hur olika elevers uttryckta behov förhåller sig till deras handlingar. På Palmskolan visade sig relationen mellan klassläraren och eleverna konkret, medan det på Björkkolan inte pågick någon synlig interaktion mellan elever och klasslärare. Då ingen allvarlig incident inträffade på Björkskolan märktes inte klasslärarens frånvaro av på samma sätt som den hade gjort om klassläraren hade varit frånvarande på Palmskolan. Oavsett om klassläraren vill vara med eller ej kan vi konstatera att klassläraren har inverkan på elevernas rastaktivitet. Därför är det viktigt att klassläraren på ett eller flera sätt försöker vara så engagerad som hen kan gällande elevers rast. Lärare kan, genom kommunikation och medverkan under rasten, få bättre kännedom om elevers behov för ökad fysisk aktivitet och goda upplevelser. Medverkar läraren mer på rasten kan det bli mer synlig och bli mer verkligt för hen vilken påverkan deltagandet faktiskt kan ha. Inte bara som en slags rastvakt utan även som en deltagare i elevernas fysiskt aktiva utveckling och gemenskap. I detta sammanhang vill vi understryka vikten av läraren och hens engagemang, samt tryggheten hen kan bidra med. Detta då fysisk aktivitet i ung ålder är en av källorna till minskad risk för depression och fetma, samt då fysisk aktivitet har positiv effekt på hjärnans utveckling (Jacka et al., 2010). Då inaktivitet är ett av nutidens största folkhälsoproblem (WHO, 2010) skulle alltså goda upplevelser av fysisk aktivitet genom lärarengagemang kunna bidra till en bättre folkhälsa.

I denna diskussion har fokusordet trygghet visat sig tydligt. Det som inträffade på Palmskolan visar att klasslärarens närvaro kan bidra till ökad trygghet, då hen ingrep under en konflikt. Detta var något som eleverna även uttryckt i det tidigare utvecklingsprojektet. Klasslärarens frånvaro på Björkskolan skulle alltså kunna påverka hur eleverna förhöll sig till varandra och till val av rastaktivitet.

Klassen och dess delaktighet

Klassen är den grupp som vistas ihop stor del av dagen. Under schemalagda aktiviteter är ofta gruppen tillsammans, vare sig de vill eller ej. Under raster kan elever få möjlighet att leka och umgås på egna villkor (Dillis, Morgan, Rotthoff, 2011). Under rasterna som observerades i denna studie var eleverna fria och fick själva välja vem eller vilka de aktiverade sig med. Under utvecklingsprojektet framkom det att majoriteten av eleverna ville att hela klassen skulle vara aktiva ihop under rasten. Det fanns dock undantag, elever som inte tyckte att det var en bra idé, som ville leka ensamma eller i mindre grupper. På Björkskolan var det en tjej, Tina, som faktiskt var ensam under rasten som observerades. Som analysen visat är det svårt

att veta av vilken anledning. Hennes klasskompisar utförde olika aktiviteter, men hon gick mest runt för sig själv. Då majoriteten av eleverna uttryckte att de vill att klassen skulle leka ihop var det förvånansvärt att ingen av de andra eleverna i klassen bjöd in henne i aktiviteterna. Det kan vara så att Tina valde att vara ensam. Annerstedt (2007) skriver dock att elevers motivation till fysisk aktivitet kan öka med hjälp av uppmuntran från klasskompisar. Om klasskompisarna uppmuntrat Tina eller inte kan vi inte svara på, utan bara hoppas. Dock kan skolan inte lägga över allt ansvar på eleverna själva. De är unga elever som är upptagna med sina egna aktiviteter och det är därför inte säkert att de reflekterat över att Tina går ensam. Det är i situationer som denna som arbetets kategorier går in i varandra; Hade klassens lärare varit ute på rasten hade Tina kanske inte gått ensam, då klassläraren hade kunnat starta en gemensam aktivitet, frågat de andra om Tina kunde fått vara med eller själv umgått med henne. Då Tina inte satt still, utan gick runt, aktiverade hon sig ändå genom lätt fysisk aktivitet (McIver et al., 2009, refererad i Weinberger, Butler & Schumacher, 2013). Hennes aktivitet bidrog dock inte till någon större förmånlig hälsoaspekt. Hade hon däremot varit med och lekt datt hade hennes fysiska aktivitet förmodligen höjts och kunnat leda till goda upplevelser av högre kroppslig ansträngning. Dock kan man inte förvänta sig att elever ska vara måttligt eller kraftigt fysiskt aktiva under hela eller varje rast, ibland behöver man vila och bara gå runt.

På Palmskolan var eleverna aktiva i två större grupper, var av den ena spelade fotboll. Som utomstående uppfattades matchen som en match där spelet flöt på, och där alla fick vara med. Det var både tjejer och killar som deltog. I utvecklingsprojektet som genomfördes på Palmskolan framkom det att eleverna ville göra saker ihop på rasten, både killar och tjejer. Att se att eleverna gjorde det var positivt, då det visar att eleverna verkar bry sig om sina egna och övriga klassens tankar och åsikter. Salvy et al. (2009) skriver att barn blir mer fysiskt aktiva om de utför aktiviteten tillsammans med andra och att den gemensamma aktiviteten kan bidra till en mer hälsosam livsstil. Detta kunde även vi se i vår studie då eleverna som lekte i större grupper var mer fysiskt aktiva än de som var själva. Dessutom skriver Annerstedt (2007) att barn mår bra när de är fysiskt aktiva i sällskap. Detta gör att fotbollsmatchen och den fysiska aktivitet som pågick där är bra och viktig på många nivåer, både fysiskt och psykiskt. Det verbala som hördes från planen var både hårda ord och beröm. De hårda ord som hördes över planen verkade inte röra någon av spelarna i ryggen, då alla spelade vidare. Dock kan en utomstående aldrig veta hur ord tas av elever, någon kan ta illa upp av vissa kommentarer. För att inte riskera detta kan vi även här vända blicken till läraren; Om en lärare varit på plats hade hen kunnat stoppa kommentarer som riskerar att såra. Emellertid hade en lärare på plats kunnat hämma elevernas spel, då språket kan tolkas som en del i själva spelet och något som för eleverna skapar en viss stämning. Det finns alltså för och nackdelar med någon som övervakar vad som görs och sägs. Det fanns dock en elev, Stina, som kontinuerligt gav positiva kommentarer, uppmuntran och feedback till klassen. Hennes positiva anda kan varit viktig för att väga upp de andra kommentarerna och något som gjorde att några av deltagarna faktiskt deltog.

De två observationerna är mycket olika, vilket är positivt för arbetet. Att se kontraster och diskutera detta är något som kan leda till utveckling. Det som är spännande är att på Björkskolan ville många elever umgås i stor grupp, men inte alla, medan eleverna på Palmskolan ville att alla skulle umgås. På Björkskolan var eleverna mer uppdelade i små grupper än vad eleverna på Palmskolan var. Eleverna på Björkskolan var inte heller, vad vi kunde se och avgöra, lika fysiskt aktiva som Palmskolans elever. Detta kan ha med elevernas och gruppens intressen att göra, men även med det som forskning

(Salvy et al., 2009) visar på; barn blir mer fysiskt aktiva om de utför aktiviteter tillsammans! Dock bör skolan inte tvinga elever att leka ihop, utan enbart uppmuntra och hjälpa. Att som skola och lärare hjälpa elever komma på aktiviteter och lekar att utföra ihop är en idé som skulle kunna få fler att vara fysiskt aktiva ihop. Det är inte säkert att eleverna själva kommer på vad de ska sysselsätta sig med, vilket även nämndes i utvecklingsarbetet. De kan behöva hjälp med att komma på lekar, sätta upp regler och starta aktiviteter. Att hjälpa eleverna med detta är inget som kostar pengar för skolan och inget som tar upp stor del av klasslärares tid. Det är ändå under rasten som elever får chans att umgås fritt. Dock ska eleverna inte tvingas in i en gemenskap, eftersom rasten kan ge möjlighet till att umgås på sina egna villkor (Dillis, Morgan & Rotthoffc, 2011). Det är även elevernas egna val av sysselsättning som kan bidra till sociala effekter (Dillis, Morgan & Rotthoffc, 2011), vilket också är ett argument till varför skolor ska hjälpa elever till gemensam fysisk aktivitet, utan tvång. Vi kan alltså även här konstatera att det är viktigt att lyssna på elevers åsikter, tankar, behov och önskemål, allt för att hjälpa dem till att bli mer fysiskt aktiva på rasten.

I denna kategorins diskussion visade sig fokusorden; gemenskap och uppmuntran. Gemenskapen belystes då eleverna från observationsklasserna interagerade både med den egna klassen och elever från parallellklasser. En annan sida av gemenskap belystes också, då det på Björkskolan fanns en elev som gick ensam och därför inte ingick i gemenskapen som de övriga eleverna hade. Fokusordet uppmuntran visade sig mest på Palmskolan då det under fotbollsmatchen hördes snälla ord.

Sammanfattning av resultatdiskussion

Vårt viktigaste resultat är att elevernas uttryckta önskingar och deras handlingar inte stämde överens i alla skeenden. Det som uttrycktes under det tidigare utvecklingsprojektet var alltså inte alltid det som synliggjordes under observationerna. På olika vis har det dock visat sig att kategorierna och fokusorden kan ha en betydande roll för elevers fysiska aktivitet under rasten. Något som också tydligt visat sig, under analysen och diskussionens gång, är att de tre kategorierna hör samman. Om en kategori hade uteslutits eller setts förbi hade detta drabbat de kvarstående. De påverkar varandra och kan vara svåra att inte diskutera ihop.

Slutsats

Elevers uttryckta ord i relation till hur de handlar skiljer sig till viss del. En kombination av kommunikation och uppmärksamt iakttagande under rasten kan öka kunskapen kring vad som kan få elever mer fysiskt aktiva.

Implikation

Rasten är en del av skoldagen som kan bidra med goda utfall för eleverna som grupp, men även för den enskilde individen. I denna studie belyser vi varför det är viktigt att alla på skolan tar ansvar för rastaktiviteter och försöker ta reda på hur de kan påverka, både med små och stora medel. Exempel på stora medel kan vara att lärare observerar raster och för dialog om raster med elever. Mindre medel kan vara att både elever och personal hjälps åt att se till så att bollar är pumpade, samt att lärare kan vara ute på raster och leka någon extra gång i veckan. Detta i sin tur skulle kunna skapa möjligheter till en mer fysiskt aktiv rastkultur och friskare liv.

Egna lärdomar

Under arbetets gång har vi växt som personer, skribenter och som blivande lärare. Vi har lärt känna oss själva och varandra bättre då vi dagligen har spenderat otaliga timmar tillsammans. Vi har utvecklats i vårt skrivande, då vi bearbetat samt reflekterat kring texten fram och tillbaka i omgångar. Under arbetets gång har diskussioner förts, inte enbart kring texten i sig, utan även om våra tankar kring läraryrket och dess uppdrag. Vi är stolta över både resultat och genomförande, då det är något som kämpats med under lång tid. Vi inser att det kan vara svårt för verksamma lärare att genomföra en studie som denna, då det tar tid och kräver mycket planering och struktur. Som verksam räcker kanske inte tiden till för att noggrant samtala kring och observera raster. Men, som det står i implikationen, tror vi definitivt att lärare kan hämta inspiration i detta arbete och få sig en extra tanke kring raster, samt elevers fysiska aktivitet. Att göra små saker, som att vara med i lekar och tillgodose eleverna med material, är något som vi tror och hoppas att skolor kan och vill göra. Vi inser också hur viktigt det är att ta vara på gott samarbete, så som vi gjort i detta arbete. Det är viktigt att bära med sig det in i arbetslivet och som lärare och arbetslag jobba mot ett gemensamt mål. Under arbetets gång, och under de många diskussionerna mellan oss, har vi tydligt sett hur de tre kategorierna som arbetet är uppdelat i, hör samman. Då skolan fungerar som en helhet är det svårt att dela upp i kategorier, då de påverkar varandra i flera aspekter. Dock känner vi att det kan vara lättare att dela upp dem, och sedan avgöra vad som hör till vilken kategori för att lättare se vad som behöver åtgärdas eller utvecklas.

Slutligen har vi fått inblick i hur skolan kan främja elevers motivation till att bli mer fysiskt aktiva under raster. Detta är något som vi kommer att ta till oss och bära med oss, vilket förhoppningsvis kan få våra framtida elever och skolor att vilja skapa en rastkultur där eleverna vill vara fysiskt aktiva.

Referenslista

- Ahrne, G., Svensson, P. (2011) Att designa ett kvalitativt forskningsprojekt. I G. Ahrne & P. Svensson (red.). *Handbok i kvalitativa metoder* (s. 19-33).
Johanneshov: TPB
- Annerstedt, C. (2007). *Att (lära sig) vara lärare i idrott och hälsa*. Göteborg:
Multicare.
- Arvastson, G. & Ehn, B. (red.) (2009). *Etnografiska observationer*. (1. uppl.) Lund:
Studentlitteratur.
- BFS 2011:6. BBR 18. *Boverkets byggregler (föreskrifter och allmänna råd)*
- Bjørndal, C.R.P. (2005). *Det värderande ögat: observation, utvärdering och
utveckling i undervisning och handledning*. (1. uppl.) Stockholm: Liber.
- Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. (2., [rev.] uppl.) Malmö: Liber.
- Dills, A., Morgan, H., Rotthoff, K. (2011). Recess, physical education, and
elementary school student outcomes. *Economics of education review*. 30(5),
889-900. doi:10.1016/j.econedurev.2011.04.011. Hämtad: 2015-01-31,
Tillgänglig:
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0272775711000665>
- Donnelly, JE., Lambourne, K. (2011). Classroom-based physical activity, cognition,
and academic achievement. *Preventive Medicine*. 55 (1), 36-42, doi:
[10.1016/j.ypmed.2011.01.021](http://dx.doi.org/10.1016/j.ypmed.2011.01.021) Hämtad: 2014-11-13. Tillgänglig:
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0091743511000491>
- Engström, L. (2004). *Skola - idrott - hälsa: studier av ämnet idrott och hälsa samt
av barns och ungdomars fysiska aktivitet, fysiska kapacitet och hälsotillstånd.
Utgångspunkter, syften och metodik*. Stockholm: Idrottshögskolan. Hämtad:
2014-11-14. Tillgänglig: [http://swepub.kb.se/bib/swepub:oai:DiVA.org:gih-
24](http://swepub.kb.se/bib/swepub:oai:DiVA.org:gih-24)
- Eriksson Bergström, S. (2013). *Rum, barn och pedagoger: [Elektronisk resurs] om
möjligheter och begränsningar i förskolans fysiska miljö*, Umeå universitet,
Diss. Umeå: Umeå universitet. Hämtad: 2014-11-19. Tillgänglig:
<http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:umu:diva-67667>
- Folkhälsomyndigheten (2015). Rekommendationer, aktivitetsnivå och attityder.
Hämtad 2015-04-16. Tillgänglig:
<http://www.folkhalsomyndigheten.se/far/rekommendationer/>
- Harten, N., Olds, T., Dollman, J. (2007) The effects of gender, motor skills and play
area on the free play activities of 8–11 year old school children. *Health &
Place*. 14(3). Doi: 10.1016/j.healthplace.2007.08.005. Hämtad: 2015-01-31,

Tillgänglig:

<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1353829207000688#>

- Isberg, J. (2009). *Viljan till fysisk aktivitet* [Elektronisk resurs]: *en intervention avsedd att stimulera ungdomar att bli fysiskt aktiva*. Diss. Örebro: Örebro universitet. Hämtad:2014-11-14. Tillgänglig:<http://oru.diva-portal.org/smash/get/diva2:272180/FULLTEXT02>
- Jacka, F.N., Pasco, J.A., Williams, L.J., Leslie, E.R., Odd, S., Nicholson, G.C., Kotowicz, M.A., Berk, M. (2010) Lower levels of physical activity in childhood associated with adult depression. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 14 (3), 222–226. Doi: [10.1016/j.jsams.2010.10.458](https://doi.org/10.1016/j.jsams.2010.10.458). Hämtad: 2015-04-21, Tillgänglig:
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1440244010006596#>
- Jago, R., Baranowski, T. (2004). Non-curricular approaches for increasing physical activity in youth: a review. *Preventive Medicine*. 39(1), 157-163. Doi: [10.1016/j.ypmed.2004.01.014](https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2004.01.014). Hämtad: 2015-04-09, Tillgänglig:
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0091743504000556>
- Lalander, P. (2011) Observationer och etnografi. I. G. Ahrne & P. Svensson (red.). *Handbok i kvalitativa metoder* (s. 83-103). Johanneshov: TPB
- Lind Andersson P, Årnedal A. (2015) *Elevers fysiska aktivitet - Utomhusmiljön och läraren som aktörer*. DiVA: Högskolan i Halmstad. Tillgänglig:
<http://hh.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A799923&dswid=-231>
- Lindwall, M. (2004). *Exercising the self: on the role of exercise, gender and culture in physical self-perceptions*. Diss. (sammanfattning) Stockholm: Univ., 2004. Stockholm. Hämtad 2015-01-31. Tillgänglig: <http://www.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A237785&dswid=-2636>
- Nyberg, G. (2009). *Physical activity in 6-10 year old children: variations over time, associations with metabolic risk factors and role in obesity prevention*. Diss. (sammanfattning) Stockholm: Karolinska institutet, 2009. Stockholm.
- Parrish, M.A., Yeatman, H., Iverson, D., Russell, K. (2012). Using interviews and peer pairs to better understand how school environments affect young children's playground physical activity levels: a qualitative study. *Health Education Research*. 27(2), 269-80. doi: [10.1093/her/cyr049](https://doi.org/10.1093/her/cyr049). Hämtad: 2014-12-04. Tillgänglig: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21712499>
- Riley, J., Jones, R. (2012). Review of Research: When Girls and Boys Play: What Research Tells Us. *Childhood Education*. 84(1), 38-43. Doi: [10.1080/00094056.2007.10522968](https://doi.org/10.1080/00094056.2007.10522968). Hämtad: 2015-1-31, Tillgänglig:
<http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/00094056.2007.10522968>

- Rönnerman, K. (red.) (2012). *Aktionsforskning i praktiken: förskola och skola på vetenskaplig grund*. (2., [rev.] uppl.) Lund: Studentlitteratur
- Sallis, F.J., Conway, L.T., McKenzie, L.T., Marshall, J.S., Brown, M. (2001). The association of school environments with youth physical activity. *American Journal of Public Health*. 91(4), 618-20. Hämtad: 2014-11-13. Tillgänglig: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1446652/>
- Salvy, S-J., Roemmich, J., Bowker, J., Romero, N., Stadler, P., Epstein, L. (2009). Effect of Peers and Friends on Youth Physical Activity and Motivation to be Physically Active. *Journal of pediatric psychology*. 34(2), 217-225. Doi: 10.1093/jpepsy/jsn071. Hämtad: 2015-04-16, Tillgänglig: <http://jpepsy.oxfordjournals.org/content/34/2/217>
- SFS 2010:900. *Plan- och bygglag*. Stockholm. Socialdepartementet
- Stukát, S. (2011). *Att skriva examensarbete inom utbildningsvetenskap*. (2. uppl.) Lund: Studentlitteratur.
- Sverige. Skolverket (2011). *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet 2011*. Stockholm: Skolverket.
- Verstraete, S., Cardon, G., De Clercq, D., De Bourdeaudhuij, I. (2006) Increasing children's physical activity levels during recess periods in elementary schools: the effects of providing game equipment. *European Journal of Public Health*, 16(4) 415–419, doi: <http://dx.doi.org/10.1093/eurpub/ckl008>. Hämtad: 2015-01-31, Tillgänglig: <http://eurpub.oxfordjournals.org/content/16/4/415.article-info>
- Weinberger, N., Butler, G A., Schumacher, P. (2013). Looking inside and out: perceptions of physical activity in childcare spaces. *Early child development and care*, 184 (2), 194-210, doi: 10.1080/03004430.2013.779579. Hämtad: 2014-11-20. Tillgänglig: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03004430.2013.779579#.VKpcUCuG9qU>
- WHO. (2010). Global recommendations on physical activity for health. Hämtad 2014-11-22, från: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/9789241599979/en/>
Tillgäng: http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789241599979_eng.pdf?ua=1
- WHO. (2014). Physical activity. Hämtad 2014-03-23, Tillgänglig: http://www.who.int/topics/physical_activity/en/
- Öberg, P. (2011) Livshistorieintervjuer. I G. Ahrne & P. Svensson (red.). *Handbok i kvalitativa metoder* (s. 58-70). Johanneshov: TPB

Bilagor

Bilaga 1, Informations- och samtyckesblankett



Till vårdnadshavare i klasser som tar emot lärarstudenter

Era barns skola samarbetar med lärarutbildningen på Högskolan i Halmstad. Det innebär att studenter gör praktik i klassen och utför olika uppgifter kopplade till utbildningen. Våren 2015 kommer en student som går sin sista termin på lärarutbildningen att genomföra sin sista praktikperiod i klassen. Studenten kommer att hålla i större delen av undervisningen, men också tillsammans med klassläraren dokumentera undervisning i syfte att identifiera ett utvecklings-område. Dokumentationen kan ske genom inspelade samtal, bilder, video med mera. Det insamlade materialet kommer att hanteras etiskt korrekt enligt vedertagna principer vilket till exempel innebär att elever och lärare oidentifieras och att dokumentationen endast användas för utveckling och utbildning. Vi vill avslutningsvis betona att förbättringsarbetet genomförs i syfte att gagna alla barns utveckling och lärande.

Om du/ni har frågor får du gärna höra av dig till mig. För att studenterna skall kunna planera sina uppgifter behöver vi svar så snart som möjligt om ditt godkännande.

Vänliga hälsningar
(Utbildningsledare)
Mail: tel.

Klipp av svarstalongen och lämna in. Tack på förhand!

✂ -----

- JA, jag/vi godkänner att mitt/vårt barn deltar i undervisning som dokumenteras

Vårdnadshavare för:

.....

Datum

.....

.....

Vårdnadshavares namnteckning



Amalia Årnedal

Paulina Lind Andersson



Besöksadress: Kristian IV:s väg 3
Postadress: Box 823, 301 18 Halmstad
Telefon: 035-16 71 00
E-mail: registrator@hh.se
www.hh.se