



Høgskolen i **Hedmark**

Campus Elverum

Institutt for idrett og kroppsøving

Øystein Timberlid Jenssen

Bachelor

Trivsel blant gutter og jenter i kroppsøving

Enjoyment among boys and girls in physical education

Faglærer i kroppsøving og idrettsfag 2013

2016

Samtykker til utlån hos høgskolebiblioteket

JA NEI

Samtykker til tilgjengeliggjøring i digitalt arkiv Brage

JA NEI

Forord

Som tredje års student på Høgskolen i Hedmark – faglærer i kroppsøving og idrettsfag og fremtidig kroppsøvingslærer har jeg i denne oppgaven valgt å skrive om noe jeg interesser meg for og som kan hjelpe meg senere i arbeidslivet til å bli en bedre lærer. Jeg har valgt å skrive om kjønn og trivsel i kroppsøving og ønsker å finne ut hvordan forholdet til faget er blant gutter og jenter og om det er noen merkbare forskjeller. Etter å ha erfart gjentatte ganger i praksis at mange elever, for det meste jenter, ikke deltar i kroppsøvingstimer eller gjemmer seg bort i timene, er jeg veldig interessert i hvorfor dette forekommer og hvorfor gutter i en større oppslutning har vært mer deltakende og motiverte i timer.

Ut i fra litteratur og forskning vil jeg reflektere og drøfte eventuelle årsaker til mistrivsel i kroppsøving og hva som kan gjøre faget mer attraktivt for mistriverne. Om det er en betydelig forskjell i trivsel mellom kjønnene ønsker jeg å finne ut hva som ligger til grunn og hva som kan gjøres for å utjevne interessen til faget. Som fremtidig kroppsøvingslærer, ønsker jeg å legge til rette for timer der alle har muligheten til å få vist sine ferdigheter, delta på noe de har interesse for og oppleve glede med kroppsøving og fysisk aktivitet. At både gutter og jenter skal ha lik mulighet til å oppnå gode karakter og ha et godt forhold til faget er noe jeg verdsetter høyt og jeg har derfor utarbeidet en problemstilling som kan belyse område trivsel og mistrivsel i kroppsøving bant kjønnene og eventuelt hva som vekker interesse i faget.

Stor takk til min veileder Irina Burchard Erdvik for hjelp med oppgaven og medstudenter Kristoffer Weng, Mikael Bønå og Sondre Skjerven for innspill, råd og mange timer selskap på biblioteket.

Norsk sammendrag

Forfatter

Øystein Timberlid Jenssen

Innhold

Dette litteraturstudiet tar for seg problemstillingen; hvordan trives gutter og jenter i kroppsøving? Oppgaven bygger på fire forskningsartikler som tar for seg forholdet til kroppsøving blant gutter og jenter, hva som kan påvirke trivsel i kroppsøving på en negativ og positiv måte og hva gutter og jenter ønsker i kroppsøving. Resultater i forskningen viser at gutter i en større oppslutning har et bedre forhold til faget og dette skyldes mye av innholdet i faget og hvordan faget praktiseres. Av resultatene funnet i forskning og diskusjonen rundt disse, har jeg konkludert med i oppgaven at læringsklima, variasjon av innhold og stimulering av de grunnleggende psykologiske behovene kompetanse, autonomi og tilhørighet, er sentralt i forhold til trivsel i kroppsøving. Disse faktorene burde legges til rette slik at de møter både jenter og gutters interesser.

Innhold

NORSK SAMMENDRAG	3
INNHold	4
1. INNLEDNING	6
2. PROBLEMSTILLING	9
3. TEORI	10
3.1 KJØNN	10
3.2 TRIVSEL	13
3.3 MOTIVASJON	14
3.4 INDRE OG YTRE MOTIVASJON	15
3.5 SELVBESTEMMELSESTEORIEN	16
3.6 OPPGAVE- OG PRESTASJONSKLIMA.....	17
4. METODE	19
4.1 VALG AV METODE	19
4.2 KVANTITATIVE OG KVALITATIVE DATA.....	19
4.3 LITTERATURSØK	20
4.4 INKLUSJONSKRITERIER.....	21
4.5 KILDEKRITIKK.....	23
5. RESULTAT	24
5.1 ATTITUDES TOWARD AND MOTIVATION FOR PE. WHO COLLECTS THE BENEFITS OF THE SUBJECT? 24	
5.1.1 <i>Metode</i>	24
5.1.2 <i>Funn i undersøkelsen</i>	25
5.2 AUTONOMY-MASTERY, SUPPORTIVE OR PERFORMANCE FOCUSED? DIFFERENT TEACHER BEHAVIOURS AND PUPIL'S OUTCOMES IN PHYSICAL EDUCATION.....	26

5.2.1	<i>Metode</i>	26
5.2.2	<i>Funn i undersøkelsen</i>	28
5.3	”GYM ER DET FAGET JEG HATER MEST”	29
5.3.1	<i>Metode</i>	29
5.3.2	<i>Funn i undersøkelsen</i>	29
5.4	WHOSE GYM IS IT? GENDERED PERSPECTIVES ON MIDDLE AND SECONDARY SCHOOL PHYSICAL EDUCATION	31
5.4.1	<i>Metode</i>	31
5.4.2	<i>Funn i undersøkelsen</i>	31
6.	DISKUSJON	33
7.	KONKLUSJON	37
	LITTERATURLISTE	39

1. Innledning

Skolen er en viktig sosialiseringarena sammen med familie, venner og fritidsmiljø, og et sted der barn og ungdom skal utvikle seg på en allsidig måte (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Grunnskolen er forankret i opplæringsloven av 1998 og skal gi barn og unge de samme mulighetene i et samordnet skolesystem bygd på en felles læreplan (Nilssen, 2014, avsnitt 2). Elevene skal oppnå en helhetlig dannelse og utvikling og tilegne seg fysiske ferdigheter gjennom kroppsøving og friluftsfag (Brattenborg & Engebretsen, 2013).

Kroppsøving er i dag et viktig fag i skolen og obligatorisk for både gutter og jenter, men det har ikke alltid vært slik. Vi må helt tilbake til 1848 før kroppsøving ble et fag implementert i skolen (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Da fulgte skolesystemet lov om almueskolevæsenet av 1848, som kroppsøving for første gang er med som skolefag i en norsk folkeskolelov (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Brattenborg og Engebretsen (2013) påpeker at faget var reservert kun for gutter og ble innført i sammenheng med allmenn verneplikt med et militært formål. Kroppsøving var på denne tiden et valgfritt fag, men ble gradvis opp gjennom årene obligatorisk (Brattenborg & Engebretsen, 2007). Før faget ble obligatorisk hadde det vært store forskjeller mellom by- og landsskoler og mellom jenter og gutter og ikke før 1936, nærmere 90 år etter at faget fikk sin plass i skolen, ble kroppsøving obligatorisk for begge kjønn, både i byskolene og skolene på landet (Brattenborg & Engebretsen, 2007). I denne perioden var hygienikere enige i at kroppsøving var like viktig for gutter og jenter i skolen, grunnet av at guttene generelt bevegde seg mer på fritiden i sammenheng med idrettslivet (By, 1998). Undervisningen var kjønnsdelt og det var også ulikt innhold i timene. Mens guttenes timer fokuserte på idrett, lek og friluftsliv, hadde jentene et større fokus på bevegelse og rytmeaktiviteter som for eksempel dans (Brattenborg & Engebretsen, 2007).

I mønsterplanen av 1974 ble det implementert et større fokus på prinsippet om likeverd og Norge fikk i 1979 en lov om likestilling mellom kjønnene (Imsen, 2009). Skolen skal i dag arbeide aktivt for disse verdiene (Imsen, 2009).

Gunn Imsen (2009) skriver at:

Jenter og gutter skal være likestilt i skolen, de skal være sammen i felles klasse/gruppe, de skal ha likt timetall og lik undervisning i de obligatoriske fag, samme rett til å velge frivillige fag, og de skal ha de samme rettigheter og de samme plikter på alle andre områder i skole. (s. 146)

I opplæringsloven (1998) står det under formålet for opplæringa: «Opplæringa skal gi innsikt i kulturelt mangfold og vise respekt for den enkelte si overtyding. Ho skal fremje demokrati, likestilling og vitskapleg tenkjemåte». Formålet med kroppsøving i dag er først og fremst at det skal inspirere til en fysisk aktiv livsstil og livslang bevegelsesglede (Utdanningsdirektoratet, 2015). Faget skal legge til rette for at barn og unge skal oppleve glede og mestring i bevegelse gjennom å delta på ulike aktiviteter og idretter og møte utfordringer som er tilrettelagt egne forutsetninger (Utdanningsdirektoratet, 2015).

Kroppsøving er et fag der alle skal ha mulighet til å oppnå en god karakter (Utdanningsdirektoratet, 2012), men statistikk viser at gutter i gjennomsnitt presterer bedre enn jenter og får en høyere måloppnåelse i faget (Statistisk sentralbyrå, 2015). Dette er rart siden jenter i alle andre fag, i gjennomsnitt, presterer bedre enn gutter (Statistisk sentralbyrå, 2015). Hvis alle har muligheten, ut i fra sine forutsetninger, til å oppnå en god karakter i faget, er den mindre sterke prestasjonsoppslutningen hos jenter i kroppsøving merkelig sett i betraktning at de ellers gjør det veldig bra på skolen. Det er mye forskning og undersøkelser som viser en utvikling av mistriivsel og dårlige holdninger for faget, og da særlig blant jenter på ungdomstrinnet og videregående skole (Andrews & Johansen, 2005; Flagestad &

Skisland, 2002). Hvis fagets grunnverdi er at det skal inspirere til livslang bevegelses glede (Utdanningsdirektoratet, 2013) og skolen skal underbygge likestilling, er det veldig uheldig at en så stor andel av elever allerede i ungdomsårene får et dårlig møte med kroppsøving og at det er et spesielt problem for et av kjønnene. Hovedformålet omtaler trivsel og glede gjentatte ganger og med dette hovedfokuset i faget er det rart at mange får et dårlig forhold til det. Forholdet til kroppsøving mellom kjønnene og hva som påvirker trivsel skal vi se mere på, men det er tydelig at det ikke er alle som trives i faget.

2. Problemstilling

I valget av tema for oppgaven var jeg ganske sikker på hva jeg ville skrive om uten så mye betenkningstid. For å ikke begi meg ut på et alt for stort tema kom jeg fram til, med hjelp fra veileder, en problemstilling som kan trekke inn flere områder ved hovedtema uten at det ble for vidt. Formålet med oppgaven var å finne ut om trivsel i kroppsøving blant gutter og jenter og derfor ble problemstillingen ble til slutt:

Hvordan trives gutter og jenter i kroppsøving?

3. Teori

Forskningsartiklene jeg har brukt i denne oppgaven tar for seg flere fagbegreper og områder.

For å lettere forstå resultater og diskusjonsdelen i oppgaven har jeg her utdypet sentrale begreper som gjennomgår i forskningen jeg har hentet inn.

3.1 Kjønn

Kjønn definerer ikke bare biologiske forskjeller (Imsen, 2014). Med de ulike kjønnsrollene hører det med forskjellige forventninger og normer enten om det gjelder menn, kvinner, gutter eller jenter. Kjønnsrollene kommer med forventninger om hva man burde mene eller interessere seg for og hvordan man oppfører seg, føler og tenker (Teigen & Svartdal, 2014, avsnitt 1).

Selv om enkelte ting ofte forbindes i en større grad med et av kjønnene, skal man være forsiktig med å generalisere det som en guttegreie eller jentegreie. «... det er mange måter å være jente på og det er mange måter å være gutt på i idrettens og kroppsøvingens verden. Men vi generaliserer jenters og gutters væremåte når det kan underbygges at den karakteriserer en dominerende retning» (Brattenborg & Engebretsen, 2013, s. 180). Skolen skal offisielt tilby gutter og jenter like gode muligheter til å utvikle seg gjennom fagene i et inkluderende læringsmiljø (Imsen, 2014). «Samtidig er det et faktum at det er kjønnsforskjeller i skolen, både med hensyn til interesser, skoleprestasjoner og samværsformer» (Imsen, 2014, s. 467). I følge Imsen har jenter og gutter forskjellige interesser og erfaringer i kroppsøvingfaget (referert i Brattenborg & Engebretsen, 2013). Mange elever deltar i idrett utenfor skolen og tar med seg opplevelser fra idrettene de bedriver til kroppsøvingstimene (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Kunnskap om hvilke idretter elevene deltar på, hvilket forhold de har til idrett og hvilke erfaringer de har gjort

seg, kan hjelpe en til å forstå atferden til elever i kroppsøvingundervisningen (Brattenborg & Engebretsen, 2013).

Kroppsøving blir ofte oppfattet som guttenes favoritt fag, med det er ikke alltid like greit å være gutt i faget (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Imsen skriver «... det er viktigere for 8.-klasseguttenes status blant jevnaldrende å være god i kroppsøving, enn det er for jentenes status» (Sitert i Brattenborg & Engebretsen, 2013, s. 191). Det å prestere dårlig i kroppsøving som gutt kan dermed oppleves veldig ubehagelig (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Om man er nest best eller dårligst kan det være ubekvemt i kampen om å hevde seg hvis man føler seg oversett og undervurdert (Brattenborg & Engebretsen, 2013).

Om man er gutt eller jente er dette vesentlig for hvordan man opplever idrett og kroppsøving (Brattenborg & Engebretsen, 2013). For at flest mulig elever skal oppleve mestring og måloppnåelse i kroppsøvingstimer, må planleggingen av undervisningen ta utgangspunkt i elevenes erfaringer og interesser og forsterke det positive (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Brattenborg og Engebretsen (2013) skriver at å mestre noe oppleves veldig positivt og det å mestre en aktivitet som man har hatt et dårlig forhold til tidligere føles enda bedre. Prøving og øving er essensielt for å mestre krevende oppgaver og det krever at man er motivert (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Aktiviteten må derfor ha en viss viktighet for at eleven skal være motivert til å lære seg den (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Hvordan man skal legge opp undervisningen slik at både gutter og jenter opplever mestring og hvilke aktiviteter og undervisningsmetoder som bør brukes er viktige spørsmål å reflektere over for å gi elevene et positivt inntrykk av kroppsøving og skape trivsel i faget (Brattenborg & Engebretsen, 2013).

«Pettersen (1987) hevdet at dette faget representerte mannssamfunnets høyborg i norsk skole» (Sitert i Brattenborg & Engebretsen, 2013, s. 181). Han mente, blant andre

argumenter, at gutter har et sterkt fokus på at kroppsøvingstimene skal være på deres premisser, guttene er mer fysisk aktive og har en bedre forståelse av faget enn jentene (Brattenborg & Engebretsen, 2013).

«Imsen (1996) har gjennomført en forskningsbasert vurdering av i hvilken grad skolen ivaretok likestilling i tråd med de mål og tiltak som mønsterplan av 1987 (M87) beskrev» (Sitert i Brattenborg & Engebretsen, 2007, s. 165). I denne undersøkelsen var kroppsøving et av fagene som skulle gis tilbakemelding på fra elever i 5. og 8. klasse og den bekrefter mye av det Pettersen uttaler seg om (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Funn i undersøkelsen viser at faget i flere aspekter er tilrettelagt mer for gutter (Brattenborg & Engebretsen, 2007). Det kom fram at aktivitetene som var best likt av gutter som for eksempel fotball og konkurranseidretter er det dominerende innholdet i kroppsøvingstimene (Brattenborg & Engebretsen, 2007). Aktiviteter best likt av jentene og i liten grad likt av gutter, som dans og drama, fikk liten til ingen plass i undervisningen (Brattenborg & Engebretsen, 2007). For at alle skal oppleve glede i faget er det viktig at aktiviteter og undervisningsmetoder varieres slik at både gutter og jenters interesser blir møtt (Brattenborg & Engebretsen, 2007). Elevene må også utfordres på aktiviteter de har et fordomsfylt forhold til med tanke på kjønn (Brattenborg & Engebretsen, 2007). «Klomsten (2006) viser at kjønnsstereotypiske oppfatninger om hva som er jenteaktiviteter, og hva som er gutteaktiviteter, ikke har forandret seg stort» (Sitert i Brattenborg & Engebretsen, 2007, s.166). Brattenborg & Engebretsen (2007) påpeker at det å ikke bli hørt og sett i kroppsøving kan være veldig demotiverende. Hvis man aldri får vist det man er god til og aldri får gjort det man interesserer seg for er det ikke usannsynlig å utvikle et dårlig forhold til faget (Brattenborg & Engebretsen, 2007). Av 8. klasse elevene fikk guttene best karakterer i undersøkelsen til Imsen. Undersøkelsen viser også at jentene i 5. klasse vurderer sin kapasitet i kroppsøving lavere enn guttenes (Brattenborg & Engebretsen, 2007). Det blir ikke gitt karakter i 5. klasse

men jentene mener fortsatt at de er dårligere og det er grunn til å tro at dette har sammenheng med opplevelser i kroppsøvingstimene (Brattenborg & Engebretsen, 2007).

3.2 Trivsel

Trivsel er et allment begrep som ofte brukes for å beskrive det subjektive gode liv (Helsedirektoratet, 2015). Den subjektive opplevelsen av å føle seg vel eller å ha et godt liv kan beskrives av mange forskjellige begreper, men i sammenheng med positiv utvikling og helsefremmende arbeid i skolen, er trivsel blitt hyppig brukt i forskning (helsedirektoratet, 2015). Helsedirektoratet (2015) skriver at:

Trivsel blir fremhevet som èn av seks meningsbærende elementer i folks helsebegrep, som en beskrivelse av å ha det «alminnelig bra» eller «godt nok». Hva den enkelte opplever som et godt liv, varierer med kjønn, alder, ... og en rekke andre forhold. (s.7)

Trivsel kan også sees som et resultat av vekselvirkningen mellom det sosiale miljøet individet er i, personlige forutsetninger og summen av erfaringer hos individet selv (Flagestad & Skisland, 2002, s. 21). I en rapport utgitt av helsedirektoratet står det at en høyere opplevelse av trivsel hos elever kan bidra til både å fremme læring og forebygge frafall, som er en stor utfordring i videregående opplæring (Helsedirektoratet, 2015).

Utdanningsmyndighetene vektlegger trivsel og helse som viktige faktorer for å skape gode læringsrammer i skolen (Helsedirektoratet, 2015).

Studier viser at det er en prosentvis økning i antall elever som trives godt i kroppsøvingsfaget (Flagestad & Skisland, 2009, s. 13), men det er også en del som ikke finner seg til rette i timene (Flagestad & Skisland, 2002, s. 22). Noen elever deltar i timene selv om motivasjonen og entusiasmen ikke er på topp, men det er også de som direkte mistrives og ikke liker faget av ulike grunner (Flagestad & Skisland, 2002). En betydelig

andel misliker faget så sterkt at de finner på ulike grunner og unnskyldninger til å ikke delta i timene (Flagestad & Skisland, 2002, s. 21).

Gjennomgående i resultater fra undersøkelser om trivsel i kroppsøving er at gutter trives bedre enn jenter i faget (Säfvenbom, Haugen & Bulie, 2014; Couturier, Chepko & Coughlin, 2007). Årsaker til hva som skaper trivsel og hvorfor gutter generelt har et bedre forhold til faget kan være mange. Innholdet i timene, undervisningsmiljøet og elevenes motivasjon ser ut til å være sentrale forbindelser til grad av trivsel i kroppsøving (Ommundsen & Kvalø, 2007; Säfvenbom, Haugen & Bulie, 2014; Andrews & Johansen, 2005).

3.3 Motivasjon

Gunn Imsen (2014) skriver at:

Motivasjon handler om hvordan følelser, tanker og fornuft tvinner seg sammen og gir farge, driv og glød til de handlingene vi utfører. Det ligger følelser og forventninger forut for en aktivitet, de følger med mens vi utfører aktiviteten, og de legger seg som et slør rundt erindringen om handlingen. Motivasjon henger nøye sammen med aktivitet, læring og trivsel, og er en viktig betingelse for at elevene skal få et godt læringsutbytte av opplæringen i skolen og føle seg anerkjent i det sosiale fellesskapet. (s. 293)

Hvor mye innsats en elev legger i en aktivitet og hva som gir den retning, mål og mening henger sammen med motivasjon (Imsen, 2014) og motivasjon er tett relatert til trivsel, aktivitet og læring (Imsen, 2014). Elevmotivasjon er et begrep som brukes i skolesammenheng og brukes til å forklare hvor mye anstrengelse eleven investerer i ulike aktiviteter (Imsen, 2014). Elevmotivasjon har ofte tilknytning til elevens tidligere erfaringer med aktiviteter og om erfaringene har vært gode eller dårlige gir utslag for hvor mye innsats eleven gir i aktiviteten (Imsen, 2014). Alle elever er forskjellige og hva som føles som motiverende for elever kan være veldig varierende (Imsen, 2014). Mens noen elever er

opptatte av å være best og motiveres av konkurranse, er det elever som er mer tilbakeholdene og kanskje redde for å dumme seg ut (Imsen, 2014). Angst for å dumme seg ut er ikke uvanlig blant elever og særlig i faget kroppsøving, hvor prestasjoner blir veldig synlig, kan det forekomme i en større grad (Imsen, 2014).

3.4 Indre og ytre motivasjon

Motivasjon har blitt forklart på flere ulike måter i ulike teorier, men blir delt inn i to hovedfaktorer (Woolfolk, 2004). Noen psykologer mener at motivasjon er tilknyttet personlige trekk og individuelle kjennetegn. I følge denne teorien har visse mennesker et sterk behov for å prestere, andre er redde for å feile og noen motiveres av interesse (Woolfolk, 2004). «Andre psykologer ser på motivasjon mer som en tilstand, en midlertidig situasjon» (Woolfolk, 2004, s. 275). Behov, interesse og nysgjerrighet er interne faktorer som styre motivasjon, mens belønning og sosialt press er eksterne. Skille mellom disse faktorene for motivasjon blir kalt for indre motivasjon og ytre motivasjon (Woolfolk, 2004). Med en indre motivasjon søker man ikke en utenforliggende belønning for å gjøre aktiviteten eller utfører på grunn av eksternt press, men å gjøre aktiviteten er givende i seg selv (Woolfolk, 2004). «Indre motivasjon er den naturlige tendensen til å oppsøke og overvinne utfordringer når vi forfølger personlige interesser og utvikler våre ferdigheter (Woolfolk, 2004, s. 275).» Når man utfører en aktivitet av årsaker som ikke har noen direkte tilknytning til oppgaven, som for eksempel å oppnå en god karakter, vinne en premie eller unngå straff snakker vi om ytre motivasjon. Begge formene for motivasjon er viktige, men den indre kilden blir sett på som den mest stabile (Imsen, 2014). «Det menneske som mangler en indre kilde til selvvurdering blir bare ulykkelig og usikker på seg selv, fordi det må stole fullt og helt på ytre kilder» (Imsen, 2014, s. 331).

3.5 Selvbestemmelsesteorien

Selvbestemmelsesteorien er en tilnærming til menneskelig motivasjon og personlighet som bruker tradisjonelle empiriske metoder (Ryan & Deci, 2000). Den fremhever viktigheten av menneskers indre ressurser for vekst og personlighetsutvikling (Ryan & Deci, 2000), og er sentral for å forstå hvordan miljø og kontekst stimulerer til helse og trivsel hos individer (Helsedirektoratet, 2015). Teorien tar for seg menneskers iboende veksttendenser og medfødte psykologiske behov som grunnlaget for deres egen motivasjon og forholdene som påvirker utviklingen av disse. Richard M. Ryan og Edward L. Deci (2000) nevner 3 essensielle psykologiske behov som påvirker motivasjon, konstruktiv sosial utvikling og personlig velvære. Disse er behovet for kompetanse, autonomi (selvbestemmelse) og tilhørighet (Ryan & Deci, 2000).

Autonomi eller selvbestemmelse omhandler behovet for valgfrihet, involvering og kontroll over sitt eget liv og regulere sine handlinger ut i fra egne valg (Imsen, 2014). Selvoppfatning har en nær tilknytning til en persons oppfatning av egen kompetanse (Imsen, 2014). I behovet for kompetanse ligger det et ønske om å føle seg kompetent og ha tro på seg selv (Ryan & Deci, 2000). Ved møte med en utfordring er det essensielt for motivasjonen for å prøve, at man tror man kan mestre den og at man føler mestring ved å klare den (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Følelsen av å mestre kan ha en positiv innvirkning på bilde av egen kompetanse og øke opplevd trivsel (Helsedirektoratet, 2015). Det å føle seg akseptert og trygg i et felleskap er sentralt i behovet om tilhørighet (Helsedirektoratet, 2015). Det å møte og omgås venner og medelever kan være en avgjørende motivasjonsfaktor for mange og det har vist seg betydelig for trivselen blant elever å føle seg som en del av og trygg i ett klassemiljø (Helsedirektoratet, 2015).

Rammene for hvordan og i hvilken retning disse behovene blir tilfredsstilt har stor innvirkning på individets indre motivasjon (Ryan & Deci, 2000). Hvis disse behovene ikke blir tilfredsstilt, kan det gå negativt utover trivselen til individet (Helsedirektoratet, 2015).

Helsedirektoratet (2015) skriver at:

Teorien legger vekt på at for å sikre optimal utvikling i skolen, er det viktig at den enkelte elev gjennom skolemiljøet får understøtte disse tre grunnleggende behovene: å oppleve tilhørighet, å kunne velge å ha medbestemmelse i sine egne liv og oppfatte seg som kompetent (Reeve, 2002; Ryan & Deci, 2000). Skolen har mulighet til å støtte disse behovene ved å tilrettelegge læringsmiljøet. (s. 10)

3.6 Oppgave- og prestasjonsklima

Gjennom undervisning, kommunikasjon, trening og konkurranse skaper kroppsøvingslærere i skolen og trenere i idretten forskjellige typer læringsmiljøer sammen med elever og utøvere (Ommundsen, 2006). Yngvar Ommundsen skriver at «et psykologisk læringsklima kan være mer eller mindre funksjonelt med henblikk på de unges trivsel, motivasjon og læring» (Ommundsen, 2006, s. 49). Hvordan en lærer eller en trener tilrettelegger aktivitetssituasjoner er med på å forme miljøet (Ommundsen, 2006). Oppgaveklima og prestasjonsklima er to forskjellige læringsatmosfærer i kroppsøving og idrett (Ommundsen, 2006). Forskjellene ligger i valgfriheten hos elever, basis for ros og annerkjennelse, standarder og kriterier som ligger til grunn for tilbakemelding og vurdering, måten læringsoppgavene blir strukturert og presentert på og grupperinger og synet på samspill i læringsarbeidet (Ommundsen, 2006).

I et oppgaveklima blir det lagt vekt på fremgang og innsats og det skal legges til rette for valgmuligheter og innflytelse for utøvere og elever. Uavhengig av ferdigheter og prestasjoner skal man ha rett på oppmerksomhet og annerkjennelse (Ommundsen, 2006). Et

oppgaveklima oppfordrer gjerne til samarbeid og mestring gjennom prøving og feiling er sentralt i læringsarbeidet (Ommundsen, 2006). Et prestasjonsklima har et helt annet verdigrunnlag. Fokuset her ligger på konkurranse og prestasjoner basert på sosial sammenligning og mestring blir sett i sammenheng med å hevde seg (Ommundsen, 2006). Typisk for lærere/trenere som tilrettelegger for et slikt klima er at de gir mest annerkjennelse og oppmerksomhet til de beste, de er lite aksepterende for prøving og feiling og er veldig kontrollerende i måten de strukturer aktiviteter (Ommundsen, 2006).

Læringsklimaet har betydning for elevers motivasjon, oppfattet trivsel og psykologisk velvære (Ommundsen, 2006). Forskning viser til at opplevd kontroll i læringsprosessen har stor betydning for elevers motivasjon og et oppgaveklima fokuserer på å gjøre mestring til noe personlig kontrollerbart ved å vektlegge innsats og fremgang (Ommundsen, 2006). Et oppgaveklima kan være mindre angstvekkende og truende da det er åpent for feiling og ha en positiv innvirkning på elevers evne til å stå på og prøve (Ommundsen, 2006). Motsatt, påpeker Ommundsen (2006), at i et prestasjonsklima mister man i større grad kontrollen over det å mestre og at et slikt klima kan over tid føre til svekket motivasjon og redusert innsats og trivsel.

4. Metode

Sosiologen Vilhelm Aubert har formulert et populært sitat som beskriver hva metode er. «En metode er en fremgangsmåte, et middel til å løse problemer og komme frem til kunnskap. Et hvilket som helst middel som tjener dette formålet, hører med i arsenalet av metoder (1985, s.196)» (Dalland, 2012, s. 111).

4.1 Valg av metode

Valg av metode gjøres med den hensikt at den metoden kan hente inn data som er mest relevant i forhold til spørsmålet som skal belyses. Denne oppgaven blir gjort som et litteraturstudie som tilsier at den bygger på skriftlige kilder og arbeid andre har gjort på området problemstillingen tar for seg (Dalland, 2012). I den litterære oppgaven anvendes det ikke en bestemt metode, men utvalget av kilder og forskning er avgjørende for resultatet og dataen som blir samlet inn (Dalland, 2012).

4.2 Kvantitative og kvalitative data

I denne oppgaven tar er det gjort et utvalg av både kvalitative og kvantitative studier. Kvantitative data har den fordelen at de er i form av målbare enheter (Dalland, 2012). «Tallene gir os muligheter til å foreta regneoperasjoner, enten vi ønsker å finne en gjennomsnittlig inntekt i befolkningen eller hvor stor prosent av befolkningen som er avhengig av sosial hjelp» (Dalland, 2012, s. 112). I dette studiet ønsker jeg å finne ut om hvordan jenter og gutter trives i kroppsøving og forskning basert på et større utvalg vil være mer representativt når det kommer til spørsmålet om forholdet til faget blant gutter og jenter (Ringdal, 2013). Jeg ønsker også å finne ut hva som ligger til grunn for eventuell mistriksel og skjevhet i forholdet mellom kjønnene og her vil kvalitative data som dybde intervjuer og observasjonsstudier gi et bedre dybdeperspektiv. Både kvalitativt og kvantitativt orienterte

metoder bidrar til bedre forståelse av det samfunnet på hver sin måte (Dalland, 2012).

Kvantitative data er ofte knyttet til avskilte fenomener, representative og får frem en mest mulig eksakt avspeiling av den kvantitative variasjonen (Dalland, 2012). Kvalitative data går mer i dybden, tar sikte på å få frem sammenheng og helhet og prøver å få frem best mulig gjengivelse av den kvalitative variasjonen (Dalland, 2012).

4.3 Litteratursøk

Litteraturen er den kunnskapen oppgaven tar utgangspunkt i og skal drøftes i forhold til problemstillingen. Troverdigheten og oppgavens faglighet er avhengig av et godt beskrevet og begrunnet kildegrunnlag (Dalland, 2012).

I denne oppgaven har jeg brukt flere forskjellige databaser til å søke opp og finne relevant forskning i forhold til temaet problemstillingen tar for seg. Oria og Ebscohost er de databasene som har blitt brukt mest for å finne forskningsartiklene oppgaven baserer seg på. Jeg har også søkt i databasene Bibsys Brage og Idunn.

Oria er en søketjeneste som ble lansert av BIBSYS i 2013 og gir tilgang til det samlede materialet som finnes ved de fleste norske fag- og forskningsbibliotek. Universiteter og høyskoler tilbyr sine brukere direkte tilgang til varianter av Oria tilrettelagt for den enkelte institusjon (Bibsys, s.a.). Hver enkelt institusjon har sin egen instans av Oria og i denne oppgaven er hh.oria.no brukt. I Oria brukte jeg søkeord som kroppsøving og kroppsøving + kjønn for å finne artikler relevante for mitt studie. For å begrense antall treff og finne pålitelig forskning filtrerte jeg søket til å kun vise treff fra fagfelleverderte tidsskrift.

Sportdiscuss er en database fra EBSCO som tar for seg områder sportpsykologi, fysisk opplæring og helse. Det er en ideell søkemotor for å finne artikler og forskning på ulike sider ved sport, helse og fysisk aktivitet (Ebscohost, s. a.). Her brukte jeg

søkeord som physical education, gender, enjoyment, motivation og attitude. For å finne pålitelig kilder huket jeg av boksen for å bare vise academic journals. Jeg brukte også en annen database fra Ebscohost som heter Academic search premier. Jeg brukte de samme søkeordene her som i Sportdiscuss.

I databasen Brage kan man finne vitenskapelig og faglig materiale laget av ansatte samt master, bachelor og studentoppgaver gjort av studenter ved Høgskolen i Hedmark (Høgskolen i Hedmark, s.a.). Brage har jeg brukt for å finne andre master og bachelor oppgaver som tar for seg temaet min egen problemstilling tar for seg. Dette for å finne relevante kilder i referanselister. Søkeord brukt er trivsel, kjønn og kroppsøving.

Idunn ble bare brukt i sammenheng med tilgang til fulltekst til en artikkel jeg hadde kjennskap til fra før. Da jeg søkte etter artikkelen i andre databaser som Oria, ble jeg henvist videre til Idunn, som er Norges ledende database for fagtidsskrifter.

4.4 Inklusjonskriterier

Utvalget av forskning og kilder som har blitt benyttet i denne oppgaven er gjort ut i fra ulike kriterier. Artikkene må være utgitt etter 2000 tallet. Dette for å opprettholde relevansen i forskningen til dagen samfunn. Forskningsartikkene må være fagfellevurdert slik at resultatene kan sees som pålitelige. Artikkene må ta for seg de temaene jeg ønsker å belyse i oppgaven eller ting som har nær tilknytning til problemstillingen.

Etter å ha gått gjennom de ulike søkstreffene og forsikret meg at de er relevante i forhold til min oppgave som tar for seg trivsel i kroppsøving og kjønn endte jeg opp med disse artiklene:

- Andrew, T. & Johansen, V. (2005) "Gym er det faget jeg hater mest". Norsk Pedagogisk Tidsskrift, 89. s. 302- 314

Dette er en artikkel jeg hadde kjennskap til før jeg begynte med oppgaven. Jeg søkte på tittelen på Oria som henviste meg videre til Idunn for å få tak i fulltekst.

- Couturier, L. E., Chepko, S., & Coughlin, M. (2007). Whose gym is it? Gendered perspectives on middle and secondary school physical education. *The Physical Educator*, 64, 152-157.

Denne artikkelen fant jeg i databasen Sportdiscuss. Her brukte jeg søkeordene; physical education, gender og perspective og huket av boksen for academic journals.

- Ommundsen, Y. & Kvalø, S. E. (2007). Autonomy-Mastery, Supportive or Performance Focused? Different teacher behaviours and pupil's outcomes in physical education. *Scandinavian Journal of Educational Research*, Vol. 51, No. 4 September 2007, pp. 385-413

Denne artikkelen fant jeg på Ebscohost academic search premier. For å finne artikkelen brukte jeg søkeordene motivation, physical education og Norway.

- Säfvenbom, R., Haugen, T., Bulie, M. (2014) Attitudes toward and motivation for PE. Who collects the benefits of the subject? *Physical education and sport pedagogy*, 20(6), 629-646

Dette studiet fant jeg også gjennom søk i databasen Sportdiscuss. Jeg brukte søkeordene; attitude, physical education, Norway og gender.

4.5 Kildekritikk

Når man søker etter kilder er det først og fremst viktig at man finner litteratur som belyser temaet og problemstillingen man vil finne svar på (Dalland, 2012). Men man må også stille seg kritisk til de kildene man finner og dataen man samler inn i henhold til troverdighet (Dalland, 2012). «Leth og Thurèn (2000) sier at kildekritikk er et samlebegrep for metoder brukt for å skille verifiserte opplysninger fra spekulasjoner» (Sitert i Dalland, 2012, s. 67). Dataens pålitelighet er grunnleggende i all forskning og er avhengig av hvordan det samles inn, bearbeides og brukes (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2010). Dalland (2012) nevner 3 sentrale punkter å rette seg etter i forhold til kildekritikk: relevans, gyldighet og holdbarhet. «Relevans handler om hvilken verdi kilden har i forbindelse med de spørsmål man ønsker å undersøke.» (Dalland, 2012, s. 74). Gyldighet og holdbarhet blir sett i lys av hvilken type kilde det er, hvor troverdig den er og hvilken ekthet den har (Dalland, 2012).

I litteratursøket mitt brukte jeg søkeord direkte knyttet til problemstillingen i oppgaven.

Dette gjorde at jeg fant artikler på med høy relevans på oppgavens område. I forhold til gyldighet passet jeg på å finne fagfelleverderte artikler for å kunne komme frem til pålitelige resultater. Jeg avgrenset søket til artikler skrevet etter 2000 tallet for å finne holdbare data.

5. Resultat

Her oppsummeres forskningsartiklene kort med fokus på formål med studiene, metode brukt og funn.

5.1 Attitudes toward and motivation for PE. Who collects the benefits of the subject?

Hovedformålet med dette studiet var å forske på ungdoms erfaring og forhold til kroppsøving i Norge med tanke på trivsel, og selvbestemt motivasjon for å delta i kroppsøving. Forskningen er gjort på bakgrunn av manglende kunnskap angående dette område og for å finne ut hva som kan være årsaksfaktorer for motivasjon i kroppsøving blant gutter og jenter.

5.1.1 Metode

Studiet ble gjort i form av spørreundersøkelser som ble sendt ut til 38 skoler i Norge. Av de som fullførte undersøkelsen var det totalt 2116 studenter, 1020 gutter og 1085 jenter i alderen 12-19 år. Holdninger til faget ble målt ved bruk av to spørsmål som tok for seg de umiddelbare trivselsfaktorene: Hvordan trives du i kroppsøving? Og det mere reflekterte spørsmålet om vurdering av hvordan faget er lagt opp, hva synes du om kroppsøving? Det første spørsmålet ble målt ut i fra en 7-poengs Likert-skala fra (1) jeg trives ikke i det hele tatt, til (7) Jeg trives veldig godt. I henhold til formålet med studiet, å finne data på ungdoms oppfatning og holdninger til faget, ble det andre spørsmålet målt ut i fra fire forskjellige svar alternativer: (1) Jeg synes kroppsøving er forferdelig, (2) Jeg liker ikke kroppsøving, (3) Jeg liker kroppsøving, men det kunne vært lagt opp annerledes, (4) jeg liker kroppsøving og faget burde forbli som det er. I presentasjonen av resultatene i undersøkelsen er alternativ 1 og 2 i det andre spørsmålet slått sammen som «jeg liker ikke kroppsøving». Presentasjonen av de andre alternative er satt opp som kategoriske variabler.

I forhold til selvbestemt motivasjon i kroppsøving, ble dette målt ut i fra spørsmål og svaralternativer tilknyttet underdimensjoner til selvbestemmelse. Spørsmålet som ble stilt var: hvorfor deltar du i kroppsøving? med svaralternativene, (1) Indre motivasjon (fordi jeg synes denne aktiviteten er interessant), (2) Identifisert regulering (jeg gjør det for mitt eget beste), (3) Ytre motivasjon (fordi det er forventet at jeg gjør det) og (4) Umotivert (Jeg vet ikke, jeg ser ikke hva denne aktiviteten gjør for meg). Disse alternativene ble også svart på gjennom en 7-poengs Likert-skala fra (1) helt usant til (7) helt sant.

5.1.2 Funns i undersøkelsen

I dataene samlet inn fra spørreundersøkelsene angående trivsel i kroppsøving kommer det fram at 56% av elevene på ungdom- og videregående skole var fornøyde med hvordan kroppsøving blir gjennomført, mens 44% rapporterte misnøye ved noen sider av faget. 32% mente at faget burde bli gjennomført annerledes og 12% svarte at de ikke likte kroppsøving i det hele tatt. På skalaen fra 1-7 brukt til å måle trivsel var gjennomsnittet 5.74. Dataene viser også at gutter rapporterte høyere grad av trivsel sammenlignet med jenter så vel som mer positive tilbakemeldinger på hvordan faget utføres. I tillegg til forskjeller mellom kjønnene viser dataene en synkende grad av trivsel blant elevene på videregående skole.

I forhold til opplevelse av selvbestemt motivasjon kommer det fram i undersøkelsen at elever at det er større blant elever som deltar i idrett utenfor skolen. Dette indikerer at elever uten kjennskap og forhold til idrett generelt kan oppleve mindre tilfredsstillelse av de psykologiske behovene. Funnene viser en signifikant effekt av deltakelse i organisert idrett utenfor skole i forhold til opplevelse av selvbestemmelse og trivsel i kroppsøving.

5.2 Autonomy-Mastery, Supportive or Performance Focused? Different teacher behaviours and pupil's outcomes in physical education

I dette studiet undersøkes påvirkningen av motivasjonsklimaer, læreres tilrettelegging til autonomi og egen oppfatning av kompetanse og autonomi på elevers selvregulerte motivasjon i kroppsøving. Studiet tar også for seg hvordan disse faktorene for motivasjon stimulerer grad av trivsel og interesse i faget. Forskingen bygger på selvbestemmelsesteorien (self-determination theory) og Achievement goal approach theory som tar for seg tilnærminger til oppgave- og prestasjonsklimaer.

5.2.1 Metode

Undersøkelsen ble gjort i form av skriftlige spørreundersøkelser der totalt 194 elever, 100 gutter og 94 jenter, svarte. Elevene gikk i 10. klasse og undersøkelsene ble sendt til 5 forskjellige ungdomskoler. Undersøkelsene målte spørsmål om oppfatning av lærerens tilrettelegging for autonomi i faget, oppfatning av læringsklimaet, persepsjon av autonomi i faget, selvbestemt motivasjon og interesse og trivsel i faget.

Elevenes oppfatning av lærerens tilrettelegging for autonomi tok stilling til påstander rangert på en skala fra 1 (helt uenig) til 5 (helt enig). Påstandene var blant andre «Jeg mener at kroppsøvlingslæreren min gir meg muligheter og valg» og «jeg føler at læreren min aksepterer meg». En modifisert versjon av «15-item Sport Climate Questionnaire» ble brukt i henhold til påstandene.

Oppfatning av læringsklima ble målt på to skalaer, en for oppgaveklima og en for prestasjonsklima. Målingen tok utgangspunkt i «28-item PE Class Climate Scale, men det er gjort et utvalg av måleenhetene for at målingen ikke skal overlape med de andre kategoriene i undersøkelsen. Vanligvis blir oppgaveklima målt i fire under-skalaer, men her

er det bare brukt to som tar for seg «class learning orientation» og «teacher promotion of learning» som er slått sammen til en skala. Prestasjonsklima ble målt fra skalaene angående «class competitive orientation» og «worries about mistakes». Samme poengsystem ble brukt her også.

Elevenes følelse av tilfredsstillelse i forhold til autonomi i timene ble målt av 6 svaralternativer, der elevene skulle velge alternativet som best reflekterte deres omfang av valg og kontroll i deltakelsen i faget. Svaralternativene var «Jeg har noe valg i det jeg har lyst til å gjøre i kroppsøving», «Jeg har en stemme i hva jeg gjør i kroppsøving», «Jeg føler meg tvunget til å gjøre ting i kroppsøving, selv når jeg ikke ønsker gjøre dem», «Jeg hjelper til å bestemme hva jeg gjør i kroppsøving», «Jeg får gjøre de tingene jeg vil i kroppsøving» og «Jeg får ikke gjøre valg angående hva jeg gjør i kroppsøving». Svaret man valgte skulle rangeres på samme 5-poengsskala som tidligere.

Oppfatning av kompetanse i kroppsøving ble målt ut i fra fire påstander som skulle rangeres fra 1 til 5 ut i fra hvordan de stemte. Hovedspørsmålet var «hvor god er du i kroppsøving?» og påstandene som skulle rangeres var blant andre: «Jeg mener jeg er ganske god i kroppsøving» og «jeg klarer ikke gjennomføre aktiviteter i kroppsøving veldig bra».

Selv regulerende motivasjon ble målt ut i fra spørsmålet «hvorfor deltar du i kroppsøving?». 15 påstander som tok for seg ulike former for indre og ytre motivasjon og amotivasjon, ble rangert fra 1 (helt uenig) til 5 (helt enig). Påstandene var blant andre: «For gleden jeg opplever når jeg deltar i kroppsøving», «Læreren og foreldrene min ville blitt sinte hvis jeg ikke deltok» og «Jeg vet ikke hvorfor jeg deltar i kroppsøving, jeg kommer ingen vei med det».

Trivsel og interesse i kroppsøving ble målt ut i fra 9 påstander rangert fra 1 (helt uenig) til 5 (helt enig). Påstandene var blant andre: «Jeg liker å lære om kroppsøving», «Jeg pleier å like å delta i kroppsøvingstimer» og «Kroppsøving er et fag jeg finner interessant».

5.2.2 Funn i undersøkelsen

På en skala rangert fra 1 til 5 (der 5 er best) i resultatene, som målte oppfatning av trivsel, var gjennomsnittet 3,76. Dette indikerer at de fleste elevene trivdes bra i kroppsøvingstimer. I funnene kom det fram flere faktorer som påvirket oppfatning av trivsel i kroppsøving. Elevene fant læringsmiljøet i timene som mestringsorientert og at læreren i noen grad tilrettela for autonomi. Oppfatningen av egen kompetanse og valgfrihet var også forholdsvis høy. Dataene viser at gutter fant læringsmiljøet i større grad prestasjonsorientert en jentene og rangerte egen kompetanse høyere. Trivsel og interesse og autonomi var tett relatert til et mestringsklima, tilretteleggelse for autonomi og kompetanse. Det kom frem at et mestringsklima hadde en positiv innflytelse på oppfatningen av autonomi og kompetanse. I kontrast kom det frem at prestasjonsklima var urelatert til oppfatning av kompetanse og autonomi.

Indre motivasjon var positivt påvirket av mestringsklima, høyere oppfatning av egen kompetanse og tilretteleggelse for autonomi. Det kommer frem at indre motivasjon blir positivt påvirket hos elevene når læreren vektlegger progresjon og innsats i stedet for sosial sammenligning og når læreren gir elevene muligheter for valg av eget arbeid og ikke er helt kontrollerende. Amotivasjon var også mer relatert til prestasjonsklimaer. I forhold til rapportert grad av trivsel i kroppsøving kom det frem at mestringsklima, tilretteleggelse for autonomi og høyere oppfatning av kompetanse hadde stor innvirkning på interesse for faget og glede i timene og at prestasjonsklima ikke hadde noen signifikant påvirkning på trivsel.

5.3 ”Gym er det faget jeg hater mest”

Formålet med denne undersøkelsen var å finne ut hvorfor noen jenter utvikler en negativ innstilling til kroppsøving og noen forhold som påvirker opplevelsen i faget. Artikkelen tar ikke for seg forholdet til kroppsøving blant gutter og jenter, men intervjuene med jentene gir en klarere forståelse for hva som gjør at noen ikke trives i faget.

5.3.1 Metode

Undersøkelsen ble gjort i form av kvalitative intervju med 13 jenter i alderen 16-20 år.

Utvalget ble gjort på bakgrunn av svar på et spørreskjema hvor de hadde gjort rede for hvor mye fravær de hadde i faget og hvor godt de like kroppsøving. Spørreskjemaet ble besvart av 35 elever og 22 av disse rapportert at de likte kroppsøving dårlig og/eller hadde mer enn 15% fravær, som er grensen for å få karakter i faget. 13 av disse ble spurt om å delta på intervju og alle deltok. De kunne fortelle om kroppsøving slik de ville, men ble bedt om å beskrive erfaringer fra timer på forskjellige skoletrinn, eksempler på hendelser, ønsker for faget og beskrive en kroppsøvingstime de hadde opplevd i detalj. De gjorde også rede for aktivitetsvaner utenfor skolen.

5.3.2 Funns i undersøkelsen

Funns i undersøkelsen viser at det er flere ting av betydning i henhold til jentenes deltakelse og trivsel. Av ting som kommer fram er innholdet i faget, kroppslig utvikling, og relasjoner elevene imellom og relasjoner med læreren faktorer som går igjen. Det var gjennomgående i intervjuene at alvoret i aktiviteter og innføring av karakter på ungdomskolen hadde en negativ påvirkning på forholdet til faget. Aktivitetene ble sett på som for seriøse og mindre lekpreget enn de hadde vært før. Jentene synes også ofte det var flaut å ha kroppsøving sammen med guttene, siden de mente at guttene var så mye flinkere enn dem. Vinnere og

tapere, flinke og mindre flinke elever kom fort til syne i timene og dette hadde resultert i en angst for å dumme seg ut hos flere av jentene.

Innholdet i timene var også noe alle tok opp som noe negativt. Det var alt for mye ballspill og jentene måtte ofte delta på ting de ikke likte eller mestret. Læreren satt opp programmet for timene og da var det oftest fotball og typiske gutteaktiviteter som dominerte. De gangene det var valgfritt fikk guttene ønskene sine hørt, mens jentene fikk gjøre ting hvis de organiserte det selv. Dans, aerobic, turn eller andre aktiviteter jentene ønsket ble det lite tid til, hvis noen. Aktivitetene og miljøet var alt for konkurranse preget og ekle kommentarer fra guttene oppstod ofte hvis man presterte dårlig. Guttene kunne også være veldig voldsomme, som gjorde flere av jentene redde for å delta i disse aktivitetene.

At jentene ikke fikk aktivitetsønsker hørt og at de måtte organisere opplegg selv når det var valgfritt gjorde at de følte seg oversett av læreren. Det var ingen som sa at de direkte savnet lærerens tilstedeværelse i intervjuet, men de ga utrykk for at det var inspirerende å få oppmerksomhet for noe de mestret, og dette ønsket de mer av.

5.4 Whose gym is it? Gendered perspectives on middle and secondary school physical education

Formålet med dette studiet var å undersøke hvorfor studenters grad av deltakelse i kroppsøving avtar i årene på ungdom- og videregående skole med et fokus på kjønn og kjønnsforskjeller.

5.4.1 Metode

Studiet ble gjort i form av spørreundersøkelser som ble sendt til fire videregående skoler og syv ungdomskoler. Spørreundersøkelsen tok for seg områdene, hvorfor elever deltok og ikke deltok i kroppsøving og demografi. Totalt ble det sendt ut 7000 spørreskjemaer og 5308 ble besvart. Elevene som deltok var i alderen 11-20 år, der 49% var gutter og 51% jenter.

5.4.2 Funn i undersøkelsen

Gutter og jenters besvarelser på undersøkelsen var forskjellige på mange interessante områder. I dataene samlet inn om hvorfor elevene deltar i kroppsøving, kom det fram at bare 51,8% av jentene var enige i påstanden «jeg liker konkurransebaserte lagidretter» sammenlignet med guttenes 81,5% respons. Jentenes oppfatning av egne ferdigheter var også lavere enn guttenes. Bare 47,6% av jentene var enige i påstanden «jeg er god i idrett» mens guttene hadde en enighetsopplutning på 79,4%. Guttene var også mer enige i at de «liker å vinne» der 71,3% svarte at de var enige sammenlignet med jentenes 56,2%.

I forhold til trivsel og fornøyelse svarte 76,2% av guttene at de deltok i kroppsøving fordi det var gøy, mens tilsvarende 64,8% av jentene var enige i dette. Det var også signifikante forskjeller mellom kjønnene når det kom til spørsmålet om hva elevene mener om kroppsøving. I større opplutning ville jentene at innholdet i timene skulle bestå av færre konkurranseaktiviteter og flere samarbeids- og fitnessaktiviteter. I gjennomsnitt ønsket flere

jenter at de kunne jobbe med faget i sitt eget tempo og færre følte at de opplevde mestring og progresjon.

Det var også store forskjeller i interesse for ulike aktiviteter mellom kjønnene. Gutter var i større grad interessert i individuelle idretter og lagidretter, mens jenter hyppig rangerte dans og fitnessaktiviteter som første og andrevalg. Alt i alt var også deltakelsen til jenter over de siste fem kroppsøvingstimene ganske mye lavere enn guttenes.

6. Diskusjon

På utdanningsdirektoratet (2015) sine sider står det klart at formålet med kroppsøving er at det skal inspirere elevene til livslang bevegelsesglede og opprettholdelse av en fysisk aktiv livstil etter skolen. Dette skal forekomme gjennom å oppleve glede og mestring i bevegelse i ulike aktiviteter og idretter (Utdanningsdirektoratet, 2015). Dette formålet gjelder for alle elever og om man er gutt eller jente skal man ha like gode muligheter til å utvikle seg i faget i et inkluderende læringsmiljø (Imsen, 2014). Men man kan stille spørsmål ved om disse formålene for faget blir møtt. Gjennomgående i forskningen jeg har funnet er det en forskjell i grad av trivsel mellom kjønnene i faget, der guttene har en mer positiv opplevelse av faget (Säfvenbom, Haugen & Bulie, 2014; Ommundsen & Kvalø, 2007; Couturier, Chepko & Coughlin, 2007). I resultatene ser man også en negativ utvikling av forhold til faget ettersom elevene blir eldre (Säfvenbom, Haugen & Bulie, 2014; Ommundsen & Kvalø, 2007; Couturier, Chepko & Coughlin, 2007). I en undersøkelse gjort på omtrent 2000 elever i Norge kom det fram at hele 43% var misfornøyde med sider av faget og 32% mente at faget burde gjennomføres annerledes (Säfvenbom, Haugen & Bulie, 2014, s. 637). For et fag som skal gjøre alle elever glade i fysisk aktivitet er dette forurolige tall. Særlig dette med at jenter har et betydelig dårligere forhold til kroppsøving enn gutter, stiller også spørsmål til faget om det opprettholder prinsippet om likestilling. I forskning om trivsel i kroppsøving dukker det stadig opp at innhold i timene, læringsklima og selvbestemmelse, er sentrale påvirkere for opplevelse av faget (Ommundsen & Kvalø, 2007; Couturier, Chepko & Coughlin, 2007; Säfvenbom, Haugen & Bulie, 2014).

I undersøkelsen gjort av Therese Andrews og Venke Johansen var det enighet blant jentene at innholdet i timene var alt for lite variert og dominert av guttenes interesser (Andrews &

Johanssen, 2005, s. 306). Jentene måtte stadig delta på aktiviteter de ikke likte eller mestret, noe som førte til at flere trakk seg tilbake.

Om sommeren hadde mi bare fotball. Til slutt var det bare 2-3 jenter som hadde gym. Ingen av jentene likte ballspill, så av og til fikk mi lov til å ha aerobic hvis mi ordna med musikken sjøl. (...) Men guttene slapp jo sjølsagt å ha jenteting. (Andrews & Johansen, 2005, s. 307)

Det var lite eller ingen tid til aktiviteter jentene interesserte seg for og ønsket, som turn og dans, mens guttene hadde større innflytelse på aktivitetsvalgene. «Når det blir som guttene vil bestandig, så blir det til at en ikkje liker det til slutt» (Andrews & Johansen, s. 307). Det kommer fram i Couturier, Chepko og Coughlin (2007) sitt studie at gutter hadde et betydelig bedre forhold til konkurranseidretter enn jenter, der bare 51,8% av de omtrent 2700 jentene svarte at de likte konkurranseidretter i kontrast til guttenes respons på 81,5%. Jentene i undersøkelsen ønsket at innholdet i timene skulle bestå av flere samarbeids- og fitnessaktiviteter som for eksempel dans (Couturier, Chepko & Coughlin, 2007, s. 155-156). I en analyse av årsaker til mistrivsel i kroppsøving skriver Lene Flagestad og Jon Oddvar Skisland (2002) at det er en tydelig sammenheng mellom hvordan elever vurderer innhold i undervisningen og trivsel. De kommer fram til at de elevene som mistrives i kroppsøving ofte er misfornøyd med variasjonen og utvalget av aktiviteter og at konkurranser og ballidretter er lite populært blant disse (Flagestad & Skisland, 2002, s. 25-26). Både den kvalitative og kvantitative undersøkelsen viser en misnøye med aktivitetsinnholdet i faget blant jenter og et ønske om forandring, samtidig som resultatene viser at jenter trives dårligere i faget (Couturier, Chepko & Coughlin, 2007; Andrews & Johansen, 2005).

Læringsklimaet i timene har i forskningen vist seg å ha en betydelig sammenheng med opplevelse av trivsel i faget (Ommundsen & Kvalø, 2007, s. 396). Det klimaet som legger til rette for mestring og fokuserer på progresjon ser ut til å ha en positiv påvirkning på trivsel i

motsetning til et prestasjonsorientert klima (Ommundsen & Kvalø, 2007). Tvert imot ser man ut fra undersøkelser at prestasjonsklimaer kan i større grad føre til umotiverte elever (Ommundsen & Kvalø, 2007). Mestringsklimaet er også positivt relatert til elevenes indre motivasjon (Ommundsen & Kvalø, 2007, s. 399). Selv om guttene oppfattet læringsmiljøet som mer prestasjonsorientert, trivdes de i større grad i faget enn jentene (Ommundsen & Kvalø, 2007, s. 399). Dette kan sees i sammenheng med at gutter generelt liker konkurranseidretter bedre og at prestasjonsfokus kan spille en større rolle for jenter (Couturier, Chepko & Coughlin, 2007, s. 155-156). I intervjuene til Therese Andrews og Venke Johansen (2005) blir alvoret i aktivitetene og prestasjonspresset sett på som noe veldig negativt og angstfremmende.

Det e'kkje sånn at e tror en kan få psykisk sammenbrudd av å ha gym, men det e'ikkje så langt unna. Ein gang e fikk vide på morran at mi skulle løbe innmari mye i gymen, så bare grudde og grudde og grudde e me så ille at e fikk gørrvondt i hauet, så e bare måtte gå heim til slutt. (...). E orka bare ikkje å ha gym, for e var så redd for å ikkje greie det (s. 306)

Redselen for å ikke mestre aktiviteter og presset fra medelever var sentrale negative erfaringer jentene hadde gjort i faget. Jentene følte at de måtte måle seg opp mot guttene og også jenter som var flinkere enn dem selv (Andrews & Johanssen, 2005, s. 307). Fokuset i aktivitetene var ofte å vinne som påvirket jentene på flere negative måter som for eksempel å bli valgt sist i lagidretter og ekskludert i spill (Andrews & Johanssen, 2005, s. 306-308). «Guttene blei sure hvis mi gjorde feil, og så la de skyld på oss hvis vi tapte. (Mona)» (Andrews & Johanssen, 2005, s. 306). «Det er klart, en gruer seg jo alltid, (...) hva kommer til å skje lissom? Kommer e til å drite me ud, eller? (Lene)» (Andrews & Johanssen, 2005, s. 306).

Mi måtte jo bare stå der å glane, og så blei læreren sur fordi at mi ikkje gjorde no', men mi fikk jo aldri ballen, så mi måtte bare løpe fram og tilbake. (Maylèn). Når det går mange uger

mellom hver gang du får ballen, så er det ikkje godt å vite hva du skal gjøre når du først får den ..., og til slutt gidder du ikkje være med. (Evy). (Andrews & Johanssen, 2005, s. 307)

Ut i fra disse kommentarene er det ikke urimelig å tenke seg at læringsmiljøene i timene jentene referer til har vært veldig prestasjonsorienterte, noe som har blitt negativt oppfattet. I intervjuene kommer det fram at ballspill og andre aktiviteter hadde vært godt likt av jentene på barneskolen, men forholdet til de hadde endret seg med alvoret som kom med på ungdomskolen (Andrews & Johanssen, 2005, s. 306). Dermed kan man anta at hele problemet ikke ligger i selve aktivitetene, men også i stor grad måten de blir presentert på.

Resultater av forskningen viser at trivsel og motivasjon i kroppsøving er tett relatert til tilfredsstillelse av de psykologiske behovene autonomi, kompetanse og tilhørighet.

(Säfvenbom, Haugen & Bulie, 2014; Ommundsen & Kvalø, 2007). Vi er kjent med at innholdet i kroppsøving i større grad treffer gutters interesser og preferanser, noe som kan sees i sammenheng med deres høyere oppfatning av egen kompetanse (Ommundsen & Kvalø, 2007, s. 396). Oppfatning av egen kompetanse ble funnet til å ha en sterk tilknytning til trivsel og opprettholdelse av fysisk aktivitet etter skolen (Ommundsen & Kvalø, 2007). Følelsen av autonomi og tilhørighet er viktig for den indre motivasjonen og den blir mer tilfredsstilt i et mestringsorientert klima kontra et prestasjonsklima (Ommundsen & Kvalø, 2007). Det dominerende innholdet av ballspill og konkurranseidretter i kroppsøving kan være en naturlig stimulasjon av behovene for autonomi og kompetanse for gutter, da man ofte er bedre i ting man liker og det kan oppleves mindre betydelig og involveres i aktivitetsvalg hvis man får gjøre det man vil uansett. Det ville ikke være helt urimelig å anta at jentene i undersøkelsen til Andrews og Johanssen (2005) ikke har fått disse behovene tilfredsstilt. Kommentarene rundt læringsmiljøet, innholdet i timene og angsten for å feile gir ikke inntrykk av at de har opplevd en følelse av tilhørighet og valgfrihet eller at de har en sterk oppfatning av egen kompetanse (Andrews & Johanssen, 2005).

7. Konklusjon

Kroppsøving ser ut til å være ganske populært i skolen generelt sett (Flagestad & Skisland, 2002; Flagestad & Skisland, 2009; Ommundsen & Kvalø, 2007). Det er en stor andel av både gutter og jenter som trives i kroppsøving (Couturier, Chepko & Coughlin, 2007; Flagestad & Skisland, 2009), men forskning viser at det er mange som ikke er like begeistret for faget (Säfvenbom, Haugen & Bulie, 2014, Flagestad & Skisland, 2002). I studier kommer det fram at gutter har et bedre forhold til faget og trives bedre enn jenter i timene (Ommundsen & Kvalø, 2007; Couturier, Chepko & Coughlin, 2007; Flagestad & Skisland, 2002). Spesielt blant jenter i ungdomsalderen, er det flere som utvikler et negativt forhold til fysisk aktivitet i skolen (Andrews & Johanssen, 2005; Brattenborg & Engebretsen, 2007). Det skjeve trivselsforholdet mellom gutter og jenter til kroppsøving og den negative utviklingen av forhold til faget med alderen, er veldig uheldig sett opp mot det faget prøver å formidle og fremme (Utdanningsdirektoratet, 2015). Slik kroppsøving er i dag kan det se ut som at det er tilrettelagt i større grad for at gutter skal trives og oppleve bevegelsesglede gjennom aktiviteter de interesserer seg for (Couturier, Chepko & Coughlin, 2007; Næss, 2000, s. 12). Innholdet i timene er noe som gjennomgår i forskning om trivsel og kjønn i kroppsøving og typisk er det at guttene er mest fornøyd med dette (Couturier, Chepko & Coughlin, 2007; Andrews & Johanssen, 2005). Læreplanen i kroppsøving gir noen bestemte retningslinjer som hva faget skal oppnå og at det skal oppnås gjennom fysisk læring, men hvordan den enkelte læreren tolker læreplanen spiller en betydelig rolle for innholdet i timene og hvordan kroppsøvingstimene gjennomføres (Næss, 2000, s. 10). Det står ikke spesifikt i læreplanen hvilke aktiviteter/idretter timene skal inneholde og valget ligger mye hos den enkelte lærer (Utdanningsdirektoratet, 2015). Allikevel er aktivitetsinnholdet hyppig referert til i forskning om trivsel, der guttene er fornøyd og jentene misfornøyd. Dette kan tyde på at det ligger noen problemer i hvordan faget blir praktisert.

Det vil alltid være forskjeller mellom skoler, klasser, grupper, enkeltelever og kjønn og det er ikke lett å lage en bestemt oppskrift på hvordan man skal gjøre alle tilfreds. Gjennom forskning kan vi allikevel finne ting som kan hjelpe oss å legge til rette for undervisning som kan være mer inkluderende og tiltrekkende for flere.

Det har vist seg i denne oppgaven at et variert innhold av aktiviteter i kroppsøving kan være positivt for motivasjonen til elever (Andrews & Johanssen, 2005; Couturier, Chepko & Coughlin, 2007). Aktivitetene bør varieres i forhold til interesser som treffer begge kjønn og ikke bare være forskjellige konkurranse- og lagidretter (Andrews & Johanssen, 2005; Couturier, Chepko & Coughlin, 2007; Flagestad & Skisland, 2002). Det er viktig å utfordre fordomsfulle syn på hva som er gutte- og jenteidretter og vise at aktiviteten kan være interessant uavhengig av sosiale oppfatninger (Brattenborg & Engebretsen, 2013). Det kan også være lurt å la elevene være med på å bestemme innholdet i timene og hvordan de arbeider med aktivitetene ettersom vi har sett at autonomi er tett relatert til trivsel og motivasjon (Ommundsen & Kvalø, 2007; Ryan & Deci, 2000). I forhold til læringsmiljøet ser det ut til at det er mer motiverende og stimulerende for den indre motivasjonen å anvende et klima som fokuserer på elevenes progresjon og innsats framfor å vektlegge prestasjoner (Brattenborg & Engebretsen, 2013; Ommundsen & Kvalø, 2007). Et miljø som aksepterer feiling og bygget på grunn av verdier som samarbeid og annerkjennelse kan gi elevene en større følelse av tilhørighet og trygghet (Ommundsen, 2006). For å opprettholde skolens prinsipper om likestilling og like muligheter for alle er det viktig at man gjør det man kan for å inkludere alle i undervisningen. Dette burde gjøres på en slik måte at alle trives i timene, hvis elevene skal sitte igjen med livslang bevegelsesglede.

Litteraturliste

- Andrews T. & Johansen, V. (2005). *Gym er det faget jeg hater mest*. Norsk pedagogisk tidsskrift, 87(4), 302-313
- Brattenborg, S. & Engebretsen, B. (2013). *Innføring i kroppsøvingsdidaktikk*. Kristiansand: Høyskoleforlaget
- Brattenborg, S. & Engebretsen, B. (2007). *Innføring i kroppsøvingsdidaktikk*. Kristiansand: Høyskoleforlaget
- BIBSYS. (s. a.). *Søketjenesten Oria.no*. Lokalisert på <http://www.bibsys.no/produkter-tjenester/produkter/soketjenesten-oria/>
- By, I.-Å. (1998). *Utvikling av læreplanene i kroppsøving i grunnskolen i perioden 1922-1997*. Oslo: Norges idrettshøgskole.
- Couturier, L. E., Chepko, S., & Coughlin, M. (2007). *Whose gym is it? Gendered perspectives on middle and secondary school physical education*. *The Physical Educator*, 64, 152-157.
- Dalland, O. (2012). *Metode og oppgaveskriving*. (5. utg). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychological Association*, 55(1), 68-78. <http://dx.doi.org/10.1037//0003-066X.55.1.68>
- Ebscohost. (s. a.). *Sportdiscuss: an essential resource for sport studies*. Lokalisert på <https://www.ebscohost.com/academic/sportdiscus>
- Flagestad, L. & Skisland, J. O. (2002). *Årsaker til mistrivsel i kroppsøving: Hvem er mistriverne?* *Kroppsøving*, 52(4), 21-26
- Flagestad, L. & Skisland, J. O. (2009). *Økt trivsel i kroppsøvingsfaget*. *Kroppsøving*, 2, 12-13.

Helsedirektoratet. (2015). *Trivsel i skolen*. IS-2345. Lokalisert på

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/970/Trivsel%20i%20skolen%20IS-2345.pdf>

Høgskolen i Hedmark. (s. a.). *BRAGE Hiim*. Lokalisert på

<https://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/92963>

Imsen, G. (2009). Lærerens verden: innføring i generell didaktikk. *Lærerens verden: innføring i generell didaktikk* (4. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.

Imsen, G. (2014). Elevens verden: innføring i pedagogisk psykologi. *Elevens verden: innføring i pedagogisk psykologi* (5. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.

Johannessen, A., Tufte, P.A. & Christoffersen, L. (2010). Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode. (4. utg.). Oslo: Abstrakt forlag.

Nilssen, F. H. (2014). Grunnskolen. *Store norske leksikon*. Lokalisert 12. april 2016, på

<https://snl.no/grunnskolen>

Næss, F. D. (2000). *Kroppøving – et fag på guttenes premisser?* *Kroppøving*, 6, 10-13.

Ommundsen, Y. & Kvalø, S. E. (2007). Autonomy-Mastery, Supportive or Performance Focused? Different teacher behaviours and pupil's outcomes in physical education. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 51(4), 385-413.

<http://dx.doi.org/10.1080/00313830701485551>

Opplæringslova, LOV-1998-07-17-61. § 1. (2008)

Ringdal, K. (2013). *Enhet og mangfold: samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode*. (3. utg.). Bergen: Fagbokforlaget

Säfvenbom, R., Haugen, T., Bulie, M. (2014) Attitudes toward and motivation for PE. Who collects the benefits of the subject? *Physical education and sport pedagogy*, 20(6), 629-646.

<http://dx.doi.org/10.1080/17408989.2014.892063>

Ommundsen, Y. (2006). Psykologisk læringsklima i kroppsøving og idrett. I Sigmundsson, H. Ingebrigtsen, J. Karlsdottir, R. Stefansson, T. Gradovski, M. Mehus, I. Skaalvik, E. M. Øksnes, M. Steinsholt, K. Repp, G. Høigaard, R. Johanssen, B. J. Enoksen, E. Mathisen, G. Nygård, S. I. Giske, R & Hergeirsson, T. *Idrettspedagogikk* (s.47-61). Oslo:

Universitetsforlaget

Statistisk Sentralbyrå. (2015). *Karakter ved avsluttet grunnskole, 2015*. Lokalisert på

<http://www.ssb.no/utdanning/statistikker/kargrs>

Teigen, K. H. & Svartdal, F. (2014). Kjønnssrolle. *Store norske leksikon*. Lokalisert 12. april

2016, på <https://snl.no/kj%C3%B8nnssrolle>

Utdanningsdirektoratet. (2015). *Læreplan i kroppsøving*. Lokalisert på

<http://www.udir.no/kl06/KRO1-04/Hele/Formaal>

Utdanningsdirektoratet. (2013). *Kroppsøving - veiledning til læreplan*. Lokalisert på:

<http://www.udir.no/Lareplaner/Veiledninger-til-lareplaner/Revidert-2013/Veiledning-til-revidert-lareplan-i-kroppsoving/2-Fagets-egenart/?read=1>

Utdanningsdirektoratet. (2012). *Informasjon om endringer i faget kroppsøving og videregående opplæring*. (Rundskriv av 13.08.2012). Lokalisert på

<http://www.udir.no/Upload/Rundskriv/2012/Udir-8-2012-kroppsoving.pdf?epslanguage=no>

Woolfolk, A. E. (2004). *Pedagogisk psykologi*. Trondheim: Tapir akademisk forlag.