



Høgskolen i **Hedmark**

Campus Elverum

Avdeling for folkehelse og idrettsfag

Richard Bertelsen

Fagdidaktisk fordypningsoppgave.

Hvordan fysisk inaktive ungdommer påvirker legitimeringen av kroppsøving?

How physical inactive youth affect legitimation of physical education?

Bachelor Faglærer kroppsøving.

3. studieår, 2013

Samtykker til utlån hos høgskolebiblioteket JA X NEI

Samtykker til tilgjengeliggjøring i digitalt arkiv Brage JA X NEI

Sammendrag

Forfatter:

Richard Bertelsen,

Faglærer kroppsøving 2013, Høgskolen i Hedmark, avd. Elverum

Oppgavens tittel:

Hvordan fysisk inaktive ungdommer påvirker legitimeringen av kroppsøving?

Problemfelt:

Målet med denne oppgaven er å finne ut hvordan kroppsøvingslærere ser på økt helsefokus i kroppsøving og at faget i større grad legitimeres på grunnlag av økt inaktivitet blant ungdommer. Undersøkelsen ble gjort på en ungdomsskole i på Østlandet.

Teori:

I dette kapittelet skal jeg vise til relevant stoff i læreplanen, lovverk, forskning og teori på problemområdet. Jeg belyser forskning på hvor fysisk aktive barn og ungdommer er, med utgangspunkt i Helsedirektoratets anbefalinger om 60 minutter med aktivitet hver dag. Med utgangspunkt i dette skal jeg se på legitimering av kroppsøvingfaget og hvilke konsekvenser helsefokus kan ha på fagets verdier.

Metode:

Oppgaven benytter seg av kvalitativt intervju som metode. Jeg intervjuet to kroppsøvingslærere på en ungdomsskole på Østlandet. Dette for å belyse hva kroppsøvingslærere mener om påvirkningen inaktive barn og ungdommer har på legitimeringen av kroppsøvingfaget og på helsefokus i faget.

Resultater og diskusjon:

Mine hovedfunn var at kroppsøvlingslærerne brukte argumenter som inaktivitet blant barn og ungdommer og nytteverdien faget har som rekreasjon i en ellers tung hverdag som begrunnelse for hvorfor faget er viktig.

Konklusjon

Sammenlignet med funnene i teorikapitlet stiller informantene seg mer positivt til at kroppsøvlingsfaget legitimeres på helseargumenter og fagets verdi som rekreasjonsfag.

Nøkkelord:

Legitimering, helse, inaktivitet, rekreasjon, kroppsøving.

Forord

I forbindelse med at jeg går siste året i studiet faglærer kroppsøving på høgskolen i Hedmark skriver jeg denne bacheloroppgaven. Oppgaven handler om legitimering av kroppsøving og hvordan dagens debatt om inaktive ungdommer og helse påvirker dette faget.

I arbeidet med oppgaven har jeg fått hjelp underveis. Jeg vil derfor gi en stor takk til rektor ved den skolen jeg fikk gjøre intervjuer og selvsagt også til de lærerne jeg intervjuet. De var veldig hyggelige og positive og ga meg så gode svar som mulig på spørsmålene jeg stilte. Å gjøre de intervjuene var en interessant og fin læringsopplevelse.

En stor takk må jeg også gi til bachelorveilederen min, Bente Skogvang, gode tips og veiledning underveis har vært til stor nytte.

Jeg startet opp med oppgaven i desember 2012. I første omgang var det vanskelig å finne problemområde og problemstilling. Når dette kom på plass ble metodevalget kvalitativt intervju og skolen valgt. Inspirasjonen til oppgaven kommer fra diskusjoner vi har hatt om legitimering av kroppsøvingsfaget i fagdidaktikk.

Elverum, mai 2013

Richard Bertelsen

Innholdsfortegnelse

Sammendrag	2
Forord	4
1. Innledning	7
1.1. Bakgrunnen og problemområde for oppgaven	7
1.2. Problemstilling	8
1.2.1 Hovedproblemstilling	8
1.2.2 Underspørsmål	8
1.3. Oppbygging av oppgaven.....	8
2. Teori	9
2.1. Definisjon på helse	9
2.2. Fysisk inaktivitet blant barn og unge.....	9
2.3. Hva er målet med kroppsøvfingsfaget?	10
2.4. Stortinget og regjeringen setter helsearbeid inn i skolen.....	11
2.5. Legitimering av kroppsøvfingsfaget.....	12
2.5.1 Læring i bevegelse eller gjennom bevegelse.....	13
2.5.2 Debatt om kroppsøvfingsfagets legitimitet.....	13
2.6. Debatt rundt fokus på helse i kroppsøving.....	14
3. Metode	16
3.1. Metodevalg:.....	16
3.2. Fordeler og ulemper med kvalitativt intervju:.....	16
3.3. Utvalg av informanter	17
3.4. Forberedelser og gjennomføring av intervjuene.....	17
3.5. Metodens validitet og reliabilitet.....	18
3.6. Troverdighet, bekreftbarhet og overførbarhet	19
3.7. Etikk	19
3.8. Kritisk blikk på egen undersøkelse	20
4. Resultater og diskusjon	21
4.1. Faget blir sett på som en arena for å forebygge livsstilssykdommer som følge av inaktive ungdommer.....	21
4.1.2 Helse, livsstilssykdommer og rekreasjon	22
4.2. Ansvar for fysisk aktivitet skolen og kroppsøving eller hjemmet?	23
4.4. Hvordan ser lærerne på økt helsefokus i kroppsøving?	24
4.5. Er det viktigst å trene eller å lære i en kroppsøvingstime?	26
5. Konklusjon	27
5.1. Kritisk blikk på egen forskning	27
5.2. Videre forskning på området.....	28
Referanseliste	29

Vedlegg:	32
Vedlegg 1: Brev til rektor, tillatelse om intervju av lærere	32
Richard Bertelsen Vedlegg 2: Forespørsel og samtykke om intervju.....	32
Vedlegg 2: Forespørsel og samtykke om intervju	33
Vedlegg 3: Taushetsplikt	34
Vedlegg 4: Intervjuguide	35

1. Innledning

I denne oppgaven skal jeg belyse sammenhengen mellom kroppsøvingsfagets legitimitet og dagens helseutfordringer med fokus på inaktive ungdommer. Skolen får stadig mer ansvar når det kommer til barns oppdragelse og sosialisering, og nå diskuteres også skolens rolle i forhold til elevenes fysiske form og helse (Departementene 2005). Dette la grunnlaget for denne oppgaven. Jeg var nysgjerrig på hvordan kroppsøvingslærere ser på at legitimeringen av faget baseres mer og mer på helse og at barn og ungdom stadig er mer stillesittende. Føler kroppsøvingslærerne at de har ansvar på dette området og i såfall i hvilken grad?

Dette har jeg valgt å forske på fordi jeg synes denne debatten er interessant. Under utdanningen har det vært diskusjoner rundt dette både i fagdidaktikk og i pedagogikk. Disse diskusjonene har vært inspirasjonen til å forske på området.

1.1. Bakgrunnen og problemområde for oppgaven

Fysisk aktivitet, eller mangel på fysisk aktivitet, har blitt et viktig tema både lokalt og nasjonalt (Sosial- og helsedirektoratet, 2000). Denne debatten figurerer i media, blant fagfolk på området og helt opp til regjeringen. Det utredes om inaktive ungdommer (Helsedepartementet, 2012, s. 43), økning i kroppsvekt og hvordan dette kan føre til livsstilssykdommer (Departementene 2005). I dagens samfunn, med de helseutfordringene vi står ovenfor, snakkes det om at skolen bør ta ansvar. Det argumenteres for flere kroppsøvingstimer i en skoleuke, med legitimitet i kroppsøvingsfaget på helseargumenter som følge av inaktivitet blant barn og unge (Ibid).

Problemstillingen min og det som vil være hovedfokuset i oppgaven er om kroppsøvingslærere er enige i at deres yrke skal legitimeres på grunnlag av dette. Kroppsøvingsfagets legitimitet og hvilke verdier faget skal tuftes på er tema jeg mener er relevant for meg som fremtidig kroppsøvingslærer.

1.2. Problemstilling

Jeg ønsket å finne ut hvordan kroppsøvingslærere ser på hvordan faget legitimeres og jeg har hatt fokus på hvordan lærerne ser på de inaktive ungdommenes rolle i denne sammenheng. Jeg er spesielt interessert i å undersøke deres meninger rundt helsefokus i skolen og kroppsøvingsfaget spesielt. For å kunne forske på dette måtte jeg ha en problemstilling å jobbe ut fra. En god problemstilling er et presist spørsmål som har et formål og kan svares ved samfunnsvitenskapelige metoder (Halvorsen, 2008).

1.2.1 Hovedproblemstilling

Hvordan mener kroppsøvingslærere at dagens inaktive ungdommer påvirker legitimeringen av kroppsøvingsfaget?

1.2.2 Underspørsmål

- Hvordan ser kroppsøvingslærere på økt helsefokus i kroppsøving?
- Hvordan ser kroppsøvingslærere på sin rolle med tanke på å motivere elevene til å være fysisk aktive på fritiden?

1.3. Oppbygging av oppgaven

Oppgaven er bygget opp med at jeg har startet med bakgrunn for problemområdet og valg av problemstilling. Etter dette kommer teorikapittelet der jeg ser på aktuell teori på problemområdet. Videre kommer metodekapittelet hvor jeg kort sier noe om metoden jeg har valgt og hvorfor. Svarene metoden gir er i resultatkapittelet før jeg til slutt diskuterer svarene og kommer med en konklusjon. Referanseliste og vedlegg kommer til slutt.

2. Teori

I dette kapittelet vil jeg belyse problemområdet med relevant teori. Jeg har hentet teori fra læreplan, lovverk, relevante faglige artikler og fagbøker. Dette for å forankre oppgaven teoretisk, belyse hva legitimering av kroppsøving er og vise til at det er et aktuelt tema blant fagfolk på området. Teorien vil også bli brukt som referansepunkt til resultatene fra intervjuene.

2.1. Definisjon på helse

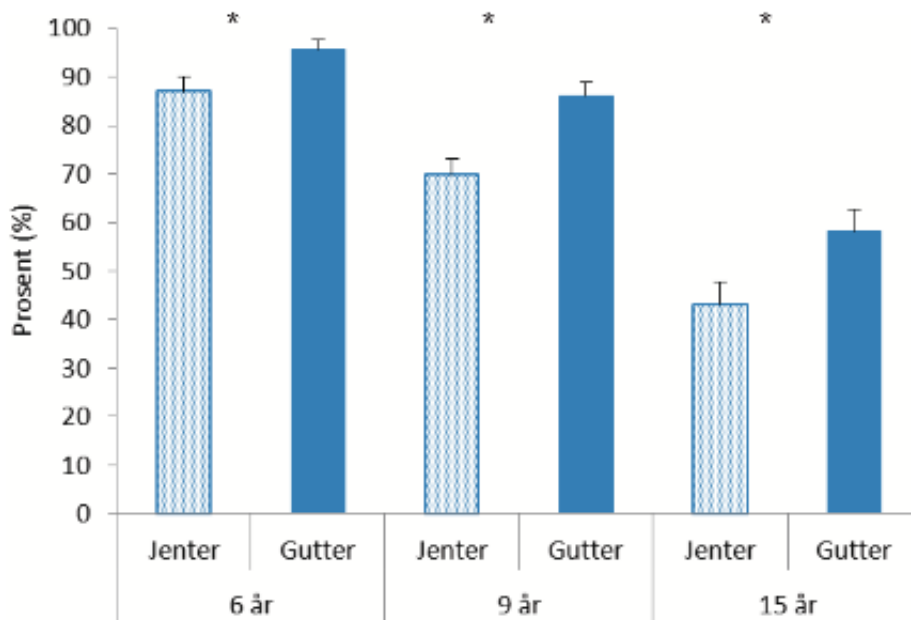
Det er mange definisjoner på helse. Jeg har valgt å trekke fram WHO sin definisjon. "WHO definerer helse som en tilstand av fullkomment legemlig, sjelelig og sosialt velvære, og ikke bare som fravær av sykdom eller lyter" (Sæle, 2012, s. 14). Her tas det med at sjel, kropp og sinn er faktorer for helse i tillegg til fysiske aspekter.

2.2. Fysisk inaktivitet blant barn og unge

Moderniseringen i vårt daglige virke har gjort at aktivitetsnivået har endret seg til at befolkningen generelt sett er mer stillesittende, spesielt i jobbsammenheng. Før var arbeidsdagene lengre og mer fysisk krevende. I tillegg gjør maskiner mye av jobben som før måtte gjøres av arbeidere, samtidig som bil har tatt over mye av transporten, selv på korte distanser (Sosial- og helsedirektoratet, 2000). Dette har ført til høyere kroppsvekt i befolkningen. Denne økningen er så sterk at Verdens helseorganisasjon (WHO) definerer den som "... en global epidemi med store konsekvenser for folks helse" (Departementene, 2005, s. 2).

Forskning viser til at barn og unge bruker mye tid foran TV og datamaskiner og at det er en økning av livsstilssykdommer som diabetes og fedme (Næsheim-Bjørkvik, 2005). "Norske anbefalinger fra Statens råd for ernæring og fysisk aktivitet i 2000, anbefaler at barn og unge bør være fysisk aktive minimum 60 minutter hver dag for god helse og normal vekst og utvikling" (Helsedirektoratet, 2008, s. 3).

I 2011 gjorde Helsedirektoratet (2012) en kartleggingsundersøkelse hvor de blant annet kom fram til resultater om at ikke alle barn og ungdommer innfrir anbefalingene om 60 minutters fysisk aktivitet hver dag. Tabell 1 (Helsedirektoratet, 2012, s. 43) illustrerer prosentandel av 6-, 9 og 15-åringer som innfrir kravene.



Tabell 1: Andel som når anbefalingene

Disse tallene viser en tydelig trend på at barn på 6 år er mer aktive sammenlignet med ungdommer på 15 år. Tabellen viser at 43.2% av jentene og 58.1% av guttene i 15-årsalderen ikke oppfyller anbefalingene om 60 minutters aktivitet hver dag. Med andre ord er om lag 50% av elevene på ungdomskolen i for lite fysisk aktivitet. Med slike tall har kroppsøving fått økt legitimitet (Ommundsen, 2005).

2.3. Hva er målet med kroppsøvingfaget?

I Utdanningsdirektoratets læreplan i kroppsøving del om formålet med faget står det at faget skal inspirere til en aktiv livsstil og bevegelsesglede livet ut. Gjennom lek og aktiviteter skal elevene lære med kroppen som instrument. I faget står glede og mestring sentralt, noe som skal skape en positiv oppfatning av kroppen (Utdanningsdirektoratet, 2006). Helse er også nevnt i formålet med faget: "I faget skal elevene tilegne seg kunnskap om trening, livsstil og helse og bli motivert til aktivitet og trening" (Ibid., s. 2). Ett av fagets hovedområder er trening og livsstil som kommer inn i ungdomsskolen fra 8.klasse. Dette skal omfatte hvordan ulike

aktiviteter kan påvirke helse, noe som gjenspeiles i kompetansemål fra etter 10.års steget "bruke lek og ulike treningsformer for å utvikle egen kropp og helse", "forklare sammenhengen mellom fysisk aktivitet, livsstil og helse" og "forklare korleis ulike kroppsideal og ulik rørslekultur påverkar trening, ernæring, livsstil og helse" (Ibid., s. 9). Dette viser til at helse har fått god plass i læreplanen som dagens kroppsøvingslærere må følge. Samtidig ser vi at ... læreplanen i kroppsøving fremmer et nokså opplagt og snevert forhold mellom fysisk aktivitet og god helse (Dowling, 2010, s. 207).

2.4. Stortinget og regjeringen setter helsearbeid inn i skolen

Kroppsøvingslærere må også følge opplæringsloven. Opplæringsloven (2012) gir tydelige krav til helsearbeid i skolen:

Skolen skal aktivt drive eit kontinuerleg og systematisk arbeid for å fremje helsa, miljøet og tryggleiken til elevane, slik at krava i eller i medhald av dette kapitlet blir oppfylte.

Skoleleiinga har ansvaret for den daglege gjennomføringa av dette. Arbeidet skal gjelde det fysiske så vel som det psykososiale miljøet. (§ 9a-4)

Her legger loven føringer for at skolen skal jobbe for å fremme helse til elevene, dette er høyaktuelt for kroppsøvingsfaget. Helsearbeid i skolen har virkelig kommet på agendaen helt opp til øverste hold. Stortinget og regjeringen har i de senere år laget flere planer og forskrifter som omhandler helsearbeid i skolen. Departementene (2005) lagde en handlingsplan for fysisk aktivitet 2005-2009. Den heter "Sammen for fysisk aktivitet" og der står det nevnt at:

Skolen er en sentral arena for å fremme gode levevaner blant barn og ungdom. Det er derfor viktig at skolen ser det som sin oppgave å stimulere og legge grunnlaget for en aktiv livsstil og utvikle skolemiljøer som fungerer for alle, også når det gjelder bevegelse og fysisk aktivitet. (s. 40)

Kroppsøvingsfaget har av Stortinget blitt nevnt som en viktig arena for fysisk aktivitet og folkehelsen tidligere. Grunnen til dette er at faget favner om alle elever, og derfor er mulighetene til å fremme folkehelsen stor på denne arenaen. Dessverre er kroppsøving på skolen den eneste aktiviteten i hverdagen for mange elever og derfor er kvaliteten i kroppsøvingstimene viktig (Departementene, 2005).

I handlingsplanen for økt fysisk aktivitet ble det foreslått en økning av kroppsøvingstimer på barnetrinnet fra 494 til 637 timer. Dette med feste i Opplæringslovens § 9a om at skolene er "pålagt å ha et fysisk og psykososialt miljø som fremjar helse, trivsel og læring" (Departementene, 2005, s. 40). Dette ble vedtatt og i LK06 og nå er det 478 klokke timer øremerket kroppsøving, noe som tilsvarer 637,33 skoletimer på tre kvarter (Utdanningsdirektoratet, 2006).

2.5. Legitimering av kroppsøvingfaget.

Gjennom årene etter at kroppsøving fikk innpass i skolen har legitimeringen vært ulik. Hva faget hadde fokus på hang sammen med hva samfunnet mente faget tjente nytte av. For eksempel i usikre krigstider på begynnelsen av 1900-tallet ble fagets legitimering forankret i at det var viktig å fostre sterke og dyktige soldater (Brattenborg & Engebretsen, 2007).

Nå er vi i 2013 og samfunnet har endret seg. Kostholdsvaner, fedme og inaktivitet er i søkelyset. "Undersøkelser viser en tydelig vekttoppgang i de fleste aldersegmentene i befolkningen, og forklaringene er økt velstand, usunt kosthold og mindre kroppsutfoldelse" (Loland, 2004, s. 23). Med dette har kroppsøving fått økt legitimitet. I samfunnet menes det at "gym" på skolen er til for å forebygge fedme og skal være en arena der barn og ungdommer får være i aktivitet. Dette blir sett på som viktig for å forebygge livsstilssykdommer som har sammenheng med fedme og fysisk inaktivitet (Ommundsen, 2005).

Kroppsøving har også fått fotfeste som viktig i forbindelse med at det er en tung teoretisk skolehverdag for elevene. Derfor er faget et godt pusterom for elevene. God fysisk helse sees også på som et godt utgangspunkt for teoretisk læring. Denne argumentasjonen for å legitimere kroppsøving er ikke bare positivt i følge Ommundsen (2005).

Jeg er av den klare mening at dersom faget tuftes på en instrumentalistisk helsebegrunnelse alene og/eller fagets positive verdi for bereder av grunnen for å mestre teoretiske skolefag (argumentene om overføring av læring og rekreasjonsargumentet), taper man av synse fagets egenart som fag, og det iboende verdi. (s. 8)

2.5.1 Læring i bevegelse eller gjennom bevegelse.

Læring i bevegelse er veien å gå for å nå barns bevegelseslyst og skape motivasjon til å ville utforske og utfolde seg fysisk. Dette er viktig didaktisk i kroppsøving. Læring i bevegelse har fokus på bevegelseslæring, kroppslig bevissthet og kroppslig læring, noe som gir faget egenverdi (Ommundsen, 2005). Jobber elever mot selvutvikling og med å utfordre sine muligheter vil det legge grunnlag for ett godt læringsmiljø i klassen. En slik trygghet og verdi i faget er et godt utgangspunkt for at elevene får et godt forhold til fysisk aktivitet (Næsheim-Bjørkvik, 2005).

Skal helseargumenter ligge til grunn for kroppsøving vil læring gjennom bevegelse komme i fokus. Her legitimeres kroppsøving med helseargumenter og rekreasjonsverdi. Med fokus på læring gjennom bevegelse vil nytteverdien av kroppsøving komme foran egenverdien. Målet vil være å oppnå at elevene får bedre helse og at kroppsøvingstimen er til for å gi elevene et avbrekk fra ellers tung teoretisk skolehverdag. Kroppen reduseres til et instrument (Ommundsen, 2005).

2.5.2 Debatt om kroppsøvingfagets legitimitet.

Fagfolk på området diskuterer og debatterer om hva faget skal bidra med til samfunnet. Og som nevnt har dagens helseproblematikk blitt en het potet. For dårlig kosthold og for lite fysisk aktivitet blant barn og ungdommer har ført til fedme og livsstilssykdommer. Det er her skolen kommer inn i diskusjonen som en helseforebyggende arena. Noe som er urealistisk siden det er bevilget alt for få timer til kroppsøving i grunnskolen (Departementene, 2005).

Dette gjør at det har kommet på dagsorden helt opp til Stortinget. Siden skolen favner alle barn og unge menes det at skolen har ett særskilt ansvar for å gi elevene muligheter til å være i fysisk aktivitet. Dette er ansett som en viktig faktor for å fremme folkehelsen (Ibid).

Hvis fagets oppgave skal være å demme opp for fysisk inaktivitet og helseugunstig livsstil kan det miste sin legitimitet. Det er urealistisk at faget skal innfri slike oppgaver. Om det over tid viser seg at faget kroppsøving ikke resulterer i bedre helse og aktivitetsnivå kan spørsmålet om hva vi skal med faget komme opp.

”No matter how well it is configured or how much time is given to it in schools, physical education has no more capacity or responsibility to make children fit, eat well, and be thin than have math teachers the capacity or responsibility to make pupils multimillionaires...” (Ommundsen, 2005, s. 11, sitat fra Evans, Rich & Davis).

Det er like usannsynlig at kroppsøving klarer å "redde folkehelsen" som at matematikk gjør alle elevene til millionærer.

2.6. Debatt rundt fokus på helse i kroppsøving

Konsekvensene av fokus på helse i kroppsøvfaget og skolen generelt kan ha negative konsekvenser for elevenes helse. Aspen og Dowling (2009) understreker hvilke konsekvenser dette kan få hvis kroppsøvlærere ikke er bevisst på dette:

Ukritiske og ubetenksomme måter å kommunisere om helse på kan i de verste tilfellene føre til noen svært uheldige konsekvenser, som når unge mennesker utvikler spiseforstyrrelser, overdrevne treningsregimer og anstrengte forhold til sin kropp og selvidentitet. (s. 10)

Er formålet med kroppsøvingstimene instrumentelt og helsebetont kan det føre til økt kroppsfokus blant elevene. Ideal om "sixpack" og riktig vekt og kroppsfasong kan føre til usikkerhet og dårligere helse hos eleven (Ommundsen, 2005). Et slikt instrumentelt preg hvor kroppen blir sett på som et objekt setter fagets egenart og verdier i skyggen. Det kan gjøre faget sårbart og uten egenverdi (Loland, 2004). Dowling (2010) understreker at det er viktig at kroppsøvfaget styrer unna å formidle kroppen som et objekt, der hun trekker frem at faget kan "... utilsiktet bidra til å underbygge den store industrien ... fremfor å hjelpe elever til å ta fornuftige valg i forhold til det opplevde kroppspresset i hverdagen. (s. 209)

Skolen og myndighetene legger til grunn for et bredere helsebegrep enn bare god fysisk helse til grunn for sine argumenter for fysisk aktivitet. I handlingsplanen "Sammen for fysisk aktivitet" kommer dette klart fram:

"Fysisk aktivitet er en kilde til helse og trivsel. For barn er lek den viktigste måten å utforske, forstå og takle tilværelsen på, og leken har stor betydning for barns motoriske, emosjonelle og sosiale utvikling. For voksne og eldre kan fysisk aktivitet være en kilde til avkobling, sosialt

samvær, følelse av mestring og glede over å være i god fysisk form. I tillegg beskytter fysisk aktivitet mot en rekke sykdommer og tilstander, og er et viktig virkemiddel i behandling og habilitering/rehabilitering i helsetjenesten. (Departementene, 2005, s. 6).

Feil helsefokus synes å grunne i hvordan det offentlige legger at god helse er sunnhet gjennom kosthold og trening. Myndighetene har et annet syn og innhold i begrepet helse hvor det hele mennesket både sjelelig og psykososiale aspekter ligger til grunn i tillegg til kroppslig helse (Sæle, 2012). "Det kan også innvendes, både mot Dowling, Ommundsen og Loland, at de ikke tar høyde for myndighetenes ønske om å fremme et mer helhetlig helsebegrep, kontrastert mot nettopp medias fikserte og idealiserte kroppssyn" (Ibid., s. 14).

Ommundsen (2005) og Loland (2004) har satt kritiske spørsmål på hvor fornuftig det er å legitimere kroppsøvingfaget med helseargumenter. Ommundsen (2005) hevder blant annet at det kan gå ut over fagets egenverdi, mens Loland (2004) argumenterer for at helsefokus kan føre til et instrumentelt preg på faget hvor hva som må spises og gjøres for å få god helse, som kan ha negativ innvirkning på kroppssyn, havner i fokus foran kroppsøvingens egenart og verdier. Sæle (2012) belyser at myndighetenes helsebegrep er mer helhetlig og står i kontrast til medias idealiserte kroppssyn.

3. Metode

Jeg må ha en metode for å få et resultat og en konklusjon som er troverdig opp mot min problemstilling. "Metode er læren om de verktøy en kan benytte for å samle inn informasjon" (Halvorsen, 2003, s. 14). Man må evaluere hva som er den mest gunstige metoden for å få de beste svarene på mine problemstillinger.

3.1. Metodevalg:

Intervju og observasjon er de mest brukte metodene av kvalitative metoder (Thagaard, 2009). Jeg har valgt å samle inn informasjon ved å gjøre dybdeintervjuer med to kroppsøvingslærere på en ungdomsskole på Østlandet. Dette er verktøyet jeg skal bruke i min forskning for å få svar på min problemstilling og underspørsmål. Jeg ønsker å gå i dybden og få grundige svar på problemstillingene. Da ble kvalitativ et metode naturlig valg og herunder intervju

I følge Thagaard (2009) har kvalitativt intervju tre forskjellige fremgangsmåter:

Den ene ytterligheten preges av lite struktur, og kan betraktes som en samtale mellom forsker og informant hvor hovedtemaene er bestemt på forhånd. Den andre ytterligheten har et relativt strukturert opplegg. Spørsmålene er utformet på forhånd, og rekkefølgen av spørsmålene er i stor utstrekning fastlagt. Den tredje fremgangsmåten som er den mest brukte i kvalitative intervjuer karakteriseres ved en delvis strukturert tilnærming. (s. 89).

Jeg har valgt å bruke den tredje framgangsmåten, relativt strukturert intervju. Her er spørsmålene og rekkefølgen på spørsmålet satt på forhånd. To gunstige fordeler med denne framgangsmåten er at jeg kan sammenligne svarene informantene gir siden de i stor grad har svart på de samme spørsmålene og at jeg har klargjort underspørsmål jeg kan bruke for å styre intervjuet inn på tema dersom informanten skulle bevege seg utenfor emnet (Ibid).

3.2. Fordeler og ulemper med kvalitativt intervju:

I forbindelse med at jeg skal belyse oppgaven og problemstillingen med kvalitativt intervju så må jeg være klar over hva som er fordeler og ulemper ved dette metodevalget. Dette for å kunne utnytte fordelene og begrense ulempene.

En viktig fordel ved kvalitative dybdeintervju er at jeg kan stille oppfølgingsspørsmål slik at jeg får godt med dybde og fyldige svar på problemstillingen jeg har valgt (Johannesen, Tufte & Kristoffersen, 2006).

Siden jeg skal bruke dybdeintervju som metode for å belyse problemstillingen min må jeg være oppmerksom på noen ulemper ved metoden. Dette for å sikre valide resultater. Jeg må også kvalitetssikre at intervjuobjektet svarer det han/hun mener og ikke det som er mest sosialt akseptert å svare. Her kan det hjelpe med at jeg er mest mulig objektiv og ikke stiller ledende spørsmål. Det er en stor jobb med tanke på forarbeid og etterarbeid. Jeg må få tilbake så mye og konkret jeg kan for å unngå feiltolkning (Larsen, 2007).

3.3. Utvalg av informanter

Jeg har valgt å intervju to lærere på en ungdomsskole på Østlandet. Den ene læreren har en høy stillingsprosent med kroppsøvingstimer og den siste læreren har noen få timer med svømming og valgfag innenfor kroppsøving. Begge to har kroppsøvingsrelevant utdanning og har gode kunnskaper på fagområdet. Dette visste jeg siden jeg hadde kjennskap til lærerne på forhånd.

En av hovedgrunnene til at jeg valgte disse to er at det er relativt unge lærere. Det gjør at de har relativt oppdatert kunnskap innenfor kroppsøvingsfaget. Siden jeg kjente til de kunne jeg vite på forhånd at de var "lette" å intervju, noe som viste seg å stemme. Med to informanter kunne jeg sammenligne svarene. Jeg mener at dette var nok informanter til min oppgave. Hovedgrunnen til at jeg følte at det var nok informanter var at jeg følte at deres svar er relevante for å besvare problemstillingen og problemområdet jeg ønsker å belyse. Med dette til grunn har jeg gjort et strategisk utvalg som er gunstig for å kunne generalisere funnene av forskningen (Thagaard, 2009).

3.4. Forberedelser og gjennomføring av intervjuene

Først kontaktet jeg rektor på skolen og lærerne som jeg ønsket å intervju om tillatelse og om de var interesserte i å delta i denne oppgaven (Vedlegg 1). Jeg la fram i enkle trekk i mailen hva hovedområdene i oppgaven skulle være. Jeg presiserte at intervjuobjektene og informasjonen skulle anonymiseres. Jeg valgte å ikke gi de intervjuguiden med spørsmålene på forhånd. Dette fordi jeg ville ha mest mulig ærlige svar, uten at de på forhånd kunne se på

problemområdet selv for å finne ut hva som er mest akseptert eller populært å mene. Etter positiv respons avtalte vi tid som passet for alle parter. Et intervju ble gjort i uke 15 og det andre intervjuet gjennomførte jeg i uke 16.

Etter dette startet jeg med å forberede intervjuet og spørsmålene jeg ville stille. Å utarbeide en intervjuguide er en arbeidskrevende prosess som handler om å omsette studiens overordnede problemstillinger til konkrete temaer med underliggende spørsmål (Dalen, 2011 s. 26). Med tanke på dette jobbet jeg med teorikapittelet og problemområdet før jeg gjorde intervjuene for å få relevant kunnskap og informasjon til å utarbeide spørsmålene mest mulig presise. Denne intervjuguiden fikk informantene da jeg møtte de på skolen (Vedlegg 4).

Selve gjennomføringen av intervjuene ble gjort på den skolen der kroppsøvlingslærerne jobbet. Først var jeg innom rektor slik at han kunne underskrive samtykke (Vedlegg 1), og jeg leverte underskrevet taushetserklæring. (Vedlegg 3). Vi brukte et møterom hvor vi fikk være i fred.

I forkant av intervjuene gikk jeg gjennom hvordan jeg hadde planlagt at det skulle gjennomføres og hver av lærerne signerte at de samtykker til intervjuene (Vedlegg 2). Jeg understreket enda en gang at det var anonymt og at jeg var taushetsbelagt, og at de ikke trengte å være redd for å gi informasjon som kan være personlig. Dette begrunnet jeg med at jeg ville eksempelvis utelukke å skrive navnet eller navnet på skolen hvis de skulle si det i et svar, da ville jeg skrive informant og en skole på Østlandet istedet. Jeg hadde med meg opptaker som gjorde meg fri til å fokusere på å holde intervjuet i gang istedet for å skrive ned svar. Samme dagen som jeg gjorde intervjuene skrev jeg de ned. Jeg hørte gjennom lydopptaket flere ganger for å være sikker på at jeg fikk ned alt som det ble sagt.

3.5. Metodens validitet og reliabilitet

Det er viktig at det er mest mulig samsvar mellom dataene jeg får fram av intervjuene og virkeligheten. Når man driver med forskning er det vesentlig at datainnsamlingen er pålitelig. Derfor tok jeg opp intervjuene på bånd og var nøye i arbeidet slik at jeg ikke kan bli tatt på å feiltolke den jeg intervjuet. Hensikten var å få en pålitelig og valid oppgave. "At data er relevant, betyr at det må være samsvar mellom den virkeligheten som undersøkes, og dataene. I forskning betegnes dette som validitet" (Johannessen, Tufte, & Veiden, 2006, s. 65). Jeg vil

bruke relevant teori for å støtte opp om resultatene i intervjuene, dette for å for å undersøke om resultatene jeg kommer fram til av intervjuene kan bekreftes av forskere på emnet (Larsen 2007).

3.6. Troverdighet, bekreftbarhet og overførbarhet

Det er viktig at forskningen er troverdig, bekreftbar og har overførbarhet. Skogvang (2006, s. 151) skriver: "Målet er å sikre seg at det du som forsker finner, gjenspeiler subjektens syn og spørsmålet i seg selv, og ikke er et produkt av forskerens forutinntatthet eller fordommer."

Følger forskeren prinsippene om troverdighet, bekreftbarhet og overførbarhet vil ikke forskningen bli et resultat av forskerens forutinntatthet. Thagaard (2004) sier følgende disse tre prinsippene:

Troverdighet sier noe om forskningen som utføres på en tillitsvekkende måte. Bekreftbarhet knyttes til kvaliteten av tolkningen, og om forståelsen det enkelte prosjekt fører til, støttes av annen forskning. Overførbarhet har referanse til at tolkninger som er basert på en enkelt undersøkelse, også kan gjelde i andre sammenhenger. (s. 21)

I forskningen har jeg jobbet for at den er utført på en tillitsvekkende måte. Ved at intervjuene ble renskrevet grundig og umiddelbart etter de ble gjennomført gjør at jeg er trygg på at jeg ikke har feiltolket eller feilsitert. Jeg har fulgt etiske retningslinjer, noe jeg sier mere om i etikk-kapittelet. Oppgavens bekreftbarhet har jeg jobbet med ved å gjøre en grundig jobb med å finne teori på området for å kunne sammenligne resultatene av intervjuene med relevant forskning.

3.7. Etikk

Gjennom denne prosessen har jeg forholdt meg til etiske retningslinjer. Skolen og rektor ble informert og godkjenning av rektor ble innvilget og signert før intervjuene (Vedlegg 1).

Informantsamtykke ble underskrevet av begge kroppsøvlingslærerne jeg intervjuet i forkant (Vedlegg 2). Taushetsplikten har blitt ivaretatt og også underskrevet før intervjuene (Vedlegg 3). Like før intervjuet ble alt dette informert om, de ble også gjort oppmerksom på at opptaker ville bli brukt og at de kunne trekke seg fra intervjuet når som helst, eller unnlate å svare på spørsmål underveis. Denne typen informasjon er viktig at den som blir intervjuet blir informert om (Dalen, 2011).

3.8. Kritisk blikk på egen undersøkelse

Denne oppgaven er en bacheloroppgave skrevet av en student. Jeg har ingen erfaring på forskningsarbeid fra tidligere. Jeg har heller ikke gjort intervjuer før, derfor synes jeg det er viktig å få fram at forskningen kan ha feilkilder. Siden jeg ikke hadde gjort intervju før øvde jeg meg en gang på en venn. Til neste gang vil jeg gjøre en mer grundig intervjuguide og øve på intervjuet flere ganger før jeg intervjuer informantene. Utvalget var også snevert. Jeg har kun to informanter og de er lærere på samme skole. Dette kan føre til at forskningsresultatene mine kan ha geografiske forskjeller. På bakgrunn av dette vil jeg anbefale å se kritisk på resultatene og være forsiktig med å generalisere på grunnlag av de resultatene jeg har fått.

Selv anser jeg meg som en uerfaren forsker og oppgaven hadde en begrenset ramme. Likevel har jeg jobbet for at oppgaven skal være mest mulig i tråd med Thagaard (2004) sine prinsipper om bekreftbarhet, troverdighet og overførbarhet.

4. Resultater og diskusjon

I dette kapitlet skal jeg gjøre rede for de viktigste funnene av intervjuene og sammenlikne de med utgangspunkt i teorikapitlet. Relevante funn opp mot problemstillingen og underproblemstillingene vil bli presentert. Jeg skal også drøfte sterke og svake sider ved undersøkelsen og reflektere over hvilke endringer jeg eventuelt ville gjort. Disse funnene vil jeg drøfte og konkludere opp mot problemstillingene i kapitlet "konklusjon" som følger etter dette kapitlet.

4.1. Faget blir sett på som en arena for å forebygge livsstilssykdommer som følge av inaktive ungdommer.

Teorikapitlet belyser at aktivitetsnivået har endret seg som følger av moderniseringen av samfunnet. Moderne hjelpemidler som maskiner og kjøretøy har ført til en mindre fysisk krevende hverdag samtidig som TV og PC har gjort til at vi er mer stillesittende (Sosial- og helsedirektoratet, 2000, Næsheim-Bjørkvik, 2005). I følge Helsedirektoratet (2012) er barn og ungdommer er for lite i aktivitet og oppfyller ikke helsedepartementets anbefalinger om 60 minutters fysisk aktivitet hver dag. Dette har blitt satt i sammenheng med økt kroppsvekt og livsstilssykdommer (Næsheim-Bjørkvik, 2005).

At barna er mindre aktive enn før sier informantene jeg intervjuet seg enige i. Da jeg spurte informanten om hva de mente gjorde at kroppsøvingfaget var et viktig fag, fikk jeg av begge en begrunnelse om at det var viktig siden elevene er for lite aktive. "Vi får mange fysisk inaktive elever og mange rare elever så kroppsøving bør være en arena for alle så alle får muligheten til å bli interessert i faget og holde seg i form" (Informant 1). Informant 1 begrunner at faget er viktig fordi det er mange fysisk inaktive elever og at da blir kroppsøving en viktig arena for disse elevene. Informant 2 mener også at faget er viktig siden elevene er mindre aktive enn før. "Jeg vet ikke om faget er så viktig, men jeg ser at faget er en erstatning i hvertfall i forhold til at ungene er mindre aktiv enn før. Jeg føler at ungene var mer aktive selv, men nå er det pålagt skolen å lære ungene å bli aktive" (Informant 2).

Informantene var enige i at det er et problem med livsstilssykdommer i samfunnet som kan være forårsaket av fysisk inaktive barn og unge og at kroppsøving var viktig med dette som grunnlag.

4.1.2 Helse, livsstilssykdommer og rekreasjon

I teorikapittelet kom det klart fram at helse blir brukt som legitimering av kroppsøvingfaget (Departementene 2005). I læreplanens formål, hovedområder og kompetansemål kommer dette tydelig fram (Utdanningsdirektoratet, 2006). Denne debatten om legitimering er aktuelt på nasjonalt nivå. Regjeringen vedtok flere skoletimer kroppsøving i den nye læreplanen på bakgrunn av folkehelseargumenter (Departementene, 2005; Utdanningsdirektoratet, 2006).

På spørsmål om hva faget skulle tjene til fikk jeg et meget helsebegrunnet svar av informant 1. Han mente også at faget skulle tjene en rekreasjonsarena for elevene.

Tjene til å ha kroppen frisk og rask, god helse... Vi får mer og mer inaktive inn på skolen her.. Prøve å motvirke livsstilssykdommer viser seg igjen og igjen i forskning at fysisk inaktive sliter på mange plan, ofte henger det sammen med at de også sliter med læring og skriving også. God fysisk form så er du mer mottakelig for annen innputt. Viktig fag for å holde god form generelt (Informant 1).

Informant 1 dro også inn god fysisk form og helse som viktig for å prestere i teoretiske fag i flere spørsmål. Da jeg spurte om han mente at helse er en viktig del av kroppsøvingfaget og hvorvidt faget er vesentlig som helsearbeid kom det tydelig fram.

Ja! At du holder deg i god form rett og slett. Er du i god fysisk form tar du lettere til deg teoretisk stoff. Er du friskere og raskere og holder ut lengre har du bedre utholdenhet som gir bedre konsentrasjon. Bedre evne til å forstå (Ibid).

På spørsmål om faget burde tuftes på at ungdommer er mer inaktive og økning i kroppsvekt stilte informant 1 seg positivt med begrunnelse med at god helse gir bedre utgangspunkt for teoretisk læring. "... Vi ligger etter på mange undersøkelser på teoretiske fag som matte. Kroppsøving er et viktig fag for man trenger god helse for å holde følge..." (Ibid).

Informant 2 nevner også faget som viktig i en teoritung skolehverdag.

Jeg føler det at kroppsøvningsfaget er ment som et lite pusterom, ment for litt fysisk utfoldelse, få litt utløp for seg selv.. Det er mange som sitter mye på skolebenken og sitter og stresser og ikke får ut noe energi. Kroppsøving kan være en arena hvor man får ut litt energi og tømt litt.

Disse svarene står i kontrast med hva andre forskere mener (Ommundsen, 2005; Loland, 2004). Ommundsen (2005) mener at om faget tuftes på sin positive verdi for å mestre teoretiske skolefag taper man synet av kroppsøvningsfagets egenart.

4.2. Ansvar for fysisk aktivitet skolen og kroppsøving eller hjemmet?

Helsedirektoratets anbefalinger om 60 minutter fysisk aktivitet hver dag har blitt utarbeidet som følger av undersøkelser om det fysiske aktivitetsnivået blant befolkningen (Helsedirektoratet, 2008). Og i etterkant har undersøkelser også vist at bare rundt halvparten av ungdommene oppfyller denne anbefalingen (Helsedirektoratet, 2012). Hvordan ser informantene på at mye av ansvaret har blitt lagt på skolen?

Resultater fra intervjuene viser til at informantene har et noe ulikt syn på om skolen og de som kroppsøvningslærere har ansvar for elevenes fysiske aktivitet utenfor skolen.

På spørsmål om det skal være skolens ansvar i samfunnet å oppfylle anbefalinga om 60 minutter fysisk aktivitet hver dag var ikke informant 1 enig i at det var skolens ansvar. Han mente at "...det største ansvaret ligger på foreldrene, men vi må gjøre vårt da for at de kanskje skal bli litt motivert" (Informant 1). Og han la ekstra vekt på foreldrenes ansvar ved å begrunne det med at "...de må til en viss grad ha aktive foreldre som tar de med på noe."

Informant 2 mente at ansvaret i større grad lå på skolens skuldre. Da jeg spurte om han hadde ansvar å motivere elevene til å være fysisk aktive på fritiden og videre i livet svarte han ja, og begrunnet det med at det er pålagt skolen mer og mer fordi foreldre tar mindre ansvar (Informant 2).

Informant 2 mener ikke at foreldrene av den grunn har mindre ansvar. Han legger vekt på at det er større utfordringer med at "...ungene har i dag mere teknologiske ting som er mere interessant og spennende enn å drive i skogen og leke gjemsel og andre enkle leker" (Ibid).

4.4. Hvordan ser lærerne på økt helsefokus i kroppsøving?

Informantene i denne undersøkelsen hadde meninger i debatten om økt helsefokus i kroppsøving som står i kontrast med hva andre forskere mener. Aspen og Dowling (2009), Dowling (2010), Ommundsen (2005), Loland (2004) og Næsheim-Bjørkvik (2005) stiller alle seg mer kritiske til økt helsefokus i kroppsøvingsfaget.

Begge informantene stilte seg positive til økt helsefokus i skolen og kroppsøvingsfaget.

Informant 1 svarte ja på direkte spørsmål om helse er en viktig del av kroppsøvingsfaget og vesentlig som folkehelsearbeid. Informant 2 mente også at det er greit at faget tuftes på illevarslende scenarier om inaktive ungdommer og økning av gjennomsnittlig kroppsvekt i befolkningen. Han la også vekt på at man ikke kan ignorere de utfordringene man har med inaktive elever og at det er greit å tilpasse læreplanen ut fra dette.

Siden jeg hadde lest meg opp på teori om at det var stor diskusjon blant fagfolk hvorvidt faget kan miste sin egenverdi som følger av økt helsefokus (Loland, 2004, Ommundsen, 2005), prøvde jeg å sette fingeren på dette under intervjuene. På direkte spørsmål om økt fokus på helse i kroppsøvingsfaget kan gå ut over fagets egenverdi fikk jeg følgende svar:

Nei egentlig ikke. Kroppsøving ser ut til å bli ett rendyrket kroppsøvingsfag nå. Og den helsebiten kommer i det nye valgfaget fysisk aktivitet og er i varetatt i mat og helse og til en viss grad i naturfag. Så vi prøver å legge mest mulig fysisk aktivitet i de kroppsøvingstimene de er i hallen og sånn så kan vi heller ta det helsefokuset i de andre fagene som mat og helse og naturfag. Sånn at det blir mest mulig bevegelse og aktivitet. (Informant 1).

Informant 2 mente heller ikke at økt fokus på helse trenger å gå på bekostning av fagets egenverdi.

Ja det er vel det at fagets egenverdi som endres. At fokuset endres litt. Jeg tror ikke at det er store tilpasninger som kreves. Det er vel det at man må drive med mer grunntrening på enkle

ting som motorikk og koordinasjon, som er veldig svak... Svakere da enn for tjue år siden. Det kommer jo elever som ikke kan sykle. Skal ungdomsskolen ha ansvar for opplæring i sykling. Det høres litt sånn pussig ut.. Det er kanskje noe som er mer naturlig at er noe de burde lært hjemme. Men nå virker det som at lignende ting blir mer og mer skolens ansvar.

Informant 1 mener at fagets egenverdi vil bli ivaretatt i kroppsøvingen ved at andre fag tar seg av den teoretiske biten slik at det blir mest mulig aktivitet i kroppsøvingstimene. Informant 2 mener at fagets egenverdi endres i forhold til de utfordringene som er med elever som ikke har med seg like mye bevegelseserfaring hjemmefra.

Næsheim-Bjørkvik (2005) retter oppmerksomhet på at det er viktig med et aksepterende læringsmiljø. Med økt helsefokus vil læring gjennom bevegelse være den pedagogiske begrunnelsen (Ommundsen 2005). Loland (2005) mener at denne tilnærmingen har et instrumentelt preg, hvor nytteverdien står sentralt. Dette mener Ommundsen (2005) at kan sørge for ytre motiverte elever. Et slikt fokus kan sørge for et resultatorientert læringsklima (Næsheim-Bjørkvik, 2005).

Informantene mente ikke at økt fokus på helse ville ha innvirkning på læringsklima. De mente at helsegevinst kunne motivere elever til å føle at faget er nyttig for helse og livsstil (Informant 1). Et annet argument for at det ikke ville påvirke læringsklima var at kroppsøvingslæreren kan legge opp til ett fornuftig opplegg og differensierer slik at elevene får utfordring og mestringsfølelse (Informant 2).

Jeg fulgte opp med å forklare at jeg hadde funnet mye teori om at økt helsefokus kan gjøre til at elevene blir ytre motivert begrunnet i at nytteverdien i faget blir satt først. På spørsmål om helsefokus kan påvirke mestrings- og bevegelsesglede svarte Informant 2:

Jeg tror ikke at mestringsglede vil gå ned, det vil bare bety at man må legge opp til enklere aktivitet. Da tror jeg mestringsglede skjer ved at elevene får til ting ut fra sine forutsetninger. Som man da kan bygge videre på. Tilpasse opplegget rett og slett (Informant 2).

Mestringsglede og bevegelsesglede trenger ikke å forsvinne for elevene. Dette blir ivaretatt så lenge læreren legger opp til riktig aktivitet og har utgangspunkt i elevenes forutsetninger.

Lærerens rolle om å tilpasse opplegget var viktig. Lærerens rolle fagdidaktisk og pedagogisk mente også Informant 1 at var viktig. "Pedagogen kommer inn for å motivere. Det er der du skal bruke dine evner for å få elevene til å skjønne det og få eleven til å bli indre motivert" (Informant 1).

4.5. Er det viktigst å trene eller å lære i en kroppsøvingstime?

Begge informantene så på helsefokus som en naturlig del av kroppsøvingen og at skolen har en viktig rolle i folkehelsearbeidet og som arena for fysisk inaktive. Derfor spurte jeg om de mente det var viktigst å trene eller å lære i en kroppsøvingstime.

Begge deler. Viktig å få mest mulig aktivitet eller trening i timen og få elevene til å skjønne hvorfor de gjør dette her. Grunnen til at elevene gjør sånn og slik så henviser vi til kompetansemålene så klart. Så får de forståelsene av det (Informant 1).

Informant 1 fulgte opp argumentene om at i selve kroppsøvingstimene bør ha god aktivitet slik at elevene får mest mulig trening i de timene.

På samme spørsmål svarte Informant 2:

Jeg føler det er litt begge deler. At du kan både ha læring om kroppen og at man skal ha lek, moro og trening. At man ikke skal bli nødt å bli fortalt hele tiden. Jeg føler det at kroppsøvingsfaget er ment som et lite pusterom, ment for litt fysisk utfoldelse, få litt utløp for seg selv.. Det er mange som sitter mye på skolebenken og sitter og stresser og ikke får ut noe energi. Kroppsøving kan være en arena hvor man får ut litt energi og tømt litt. Ikke bare sitte i ro og høre på energitime... Man kan heller bake inn litt teori underveis i en kroppsøvingstime ta fem minutter ved oppstart og kanskje samle gruppa underveis eller til slutt for å få litt læring av det man driver med.

I dette svaret leser jeg at han mente at kroppsøvingstimene bør ha høy aktivitet slik at de får en arena for fysisk utfoldelse i en skolehverdag der elevene sitter mye i ro. Han mente at det var optimalt med en kroppsøvingstime med høy aktivitet og at det var hensiktsmessig å lære om bevegelse i pausene eller før og etter en time.

5. Konklusjon

Jeg forsket på hvordan kroppsøvingslærere ser på påvirkningen dagens inaktive ungdommer har på legitimeringen av kroppsøvingsfaget, hvordan de ser på økt helsefokus i kroppsøvingsfaget, og hvordan de ser på sin rolle på å motivere elevene til fysisk aktivitet på fritiden.

Begge informantene mente at ungdommene er mindre aktive nå enn før og at dette var en faktor som hadde innvirkning på helse og livsstilssykdommer. Disse argumentene ble brukt som begrunnelse/legitimering av kroppsøvingsfaget i skolen. Informantene dro også inn argumenter om at faget er nyttig i en ellers tung teoretisk og stillesittende skolehverdag. Informant 1 la vekt på at det er viktig å være i god fysisk form for å lettere prestere i teoretiske fag. Sammenlignet med funnene i teorikapittelet stiller informantene seg mer positivt til at kroppsøvingsfaget legitimeres på helseargumenter og inaktive ungdommer. Informant 2 begrunnet dette med at det ikke gikk å ignorere de utfordringene som er med inaktive elever og at læreplanen måtte tilpasses dette. Han la til viktigheten i at kroppsøvingslæreren tilpasser opplegget ut fra forutsetningene til elevene. Informant 1 argumenterte for at fagets egenverdi må bli tatt vare på. Dette ved at elevene var i mest mulig aktivitet i selve kroppsøvingstimene mens teori om helse og ernæring ble tatt hånd om i andre fag.

Informanten 1 og 2 så ulikt på sitt ansvar på å motivere elevene til fysisk aktivitet på fritiden. Informant 1 mente at det største ansvaret lå hos foreldrene mens Informant 2 mente at store deler av ansvaret lå på skolen og kroppsøvingsfagets skuldre. Begge fortalte at de gjorde sitt ytterste for å motivere elevene til å drive med aktiviteter på fritiden.

5.1. Kritisk blikk på egen forskning

Som nevnt i metodekapittelet er denne oppgaven er en bacheloroppgave skrevet av en student uten erfaring med forskningsarbeid. Siden jeg også var helt fersk i intervjusammenheng, og at utvalget bestod av kun to informanter som var lærere på samme skole, er det viktig å få fram at forskningsoppgaven kan ha feilkilder. Jeg kunne med fordel ha intervjuet flere gjerne fra andre skoler og gjort bedre forberedelser ved å utarbeide en bedre intervjuguide og øve mer på intervjuene. Det hadde også vært interessant å gi noen av informantene intervjuguiden på forhånd for å se om svarene hadde blitt forskjellige fra de som møtte til intervjuene mer

uforberedt. Med tanke på at jeg kun fikk anledning til å intervju to var å ikke gi de intervjuguiden et valg jeg tok. Dette for å få mest mulig ærlige svar uten at de kunne lese seg opp på forhånd på hva som er "riktig" å mene. Jeg mener likevel at jeg fikk mange gode svar på problemstillingene og problemområdet som jeg kunne bruke i oppgaven. Det var også interessant at noen av meningene stod i kontrast med hva jeg hadde kommet fram til i teorikapittelet.

5.2. Videre forskning på området

Helsediskusjonen opp mot legitimeringen av kroppsøving er en debatt jeg tror vil være i søkelyset lenge. Dette mener jeg at er en viktig debatt. I dagens samfunn hvor barn og ungdom påvirkes av usunne kroppsidealer, mener jeg at skolen og kroppsøvfaget har en viktig rolle i å formidle et bredere helsebudskap. Derfor er det viktig å sette søkelyset på denne debatten slik at kroppsøvfaget ikke bidrar til økt helsefokus på feil måte. Jeg synes at det har vært et interessant område å forske på. Skulle jeg forsket videre på dette ville jeg gått grundigere til verks. Da tenker jeg spesielt på å utvide utvalget av informanter. Det hadde for eksempel vært gunstig med flere informanter av begge kjønn fra flere skoler.

Referanseliste

Brattenborg, S. & Engebretsen, B. (2007). *Innføring i kroppsøvingsdidaktikk*. Kristiansand: Høyskoleforlaget.

Aspen, T. & Dowling, F. (2009). Et varsko om konsekvensene av forenklete helsebudskap i kroppsøvfingsfaget. *Landslaget Fysisk Fostring i Skolen*, (4), 10-13.

Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode*. (2.utg.). Oslo: Universitetsforlaget.

Dalland, O. (2010). *Metode og oppgaveskriving for studenter*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS

Det kongelige helsedepartement. (2002). *Resept for et sunnere Norge*. (St.meld. nr. 16, 2002-2003). Lokalisert på:
<http://www.regjeringen.no/Rpub/STM/20022003/016/PDFS/STM200220030016000DDDPD FS.pdf>

Departementene. (2005) *Handlingsplan for fysisk aktivitet 2005-2009: Sammen for fysisk aktivitet*. Lokalisert på:
http://www.regjeringen.no/upload/kilde/hod/pla/2004/0001/ddd/pdfv/231922-fa-handlingsplan_2005-2009.pdf

Dowling, F. (2010). Fysisk aktivitet og god helse i kroppsøvfingsfaget: Problematisk, ikke automatisk. I K. Steinsholt & K. P. Gulholt (Red.), *Aktive liv: Idrettspedagogiske perspektiver på kropp, bevegelse og dannelse* (s. 205-218). Trondheim: Tapir Akademisk Forlag.

Halvorsen, K. (2003). *Å forske på samfunnet: en innføring i samfunnsvitenskapelig metode*. Oslo: Cappelen Akademiske forlag.

Halvorsen, K. (2008). *Å forske på samfunnet* (5.utg.). Oslo: J.W Cappelens Forlag AS.

Helsedepartementet. (2012). *Fysisk aktivitet blant 6-, 9- og 15-åringer i Norge - Resultater fra en kartlegging i 2011*. Lokalisert på:

<http://helsedirektoratet.no/publikasjoner/fysisk-aktivitet-blant-6-9-og-15-aringer-i-norge/Publikasjoner/fysisk-aktivitet-blant-%206-9-og-15-aringer-i-norge.pdf>

Helsedirrektoratet. (2008). *Fysisk aktivitet blant barn og unge. En kartlegging av aktivitetsnivå og fysisk form hos 9- og 15-åringer*. Lokalisert på:

<http://www.helsedirektoratet.no/publikasjoner/fysisk-aktivitet-blant-barn-og-unge-i-norge/Publikasjoner/fysisk-aktivitet-blant-barn-og-unge-i-norge.pdf#page=9>

Johannesen, A., Tufte, P. A. & Veiden, P. (2006). *Å forstå samfunnsforskning*. Oslo: Gyldendal Akademiske.

Johannesen, A., Tufte, P. A. & Kristoffersen, L. (2006). *Introduksjon til: Samfunnsvitenskaplig metode*. Oslo: Abstrakt forlag.

Larsen, A. (2007). *En enklere metode: Veiledning i samfunnsvitenskaplig forskningsmetode*. Bergen: Fagbokforlaget.

Loland, S. (2004). Kroppsøvingfaget - Moral, medisin og opplevelse. *Landslaget Fysisk Fostring i Skolen*, (6), 22-24.

Næsheim-Bjørkvik, G. (2005). Kroppsøving - et av skolens hovedfag? *Landslaget Fysisk Fostring i Skolen*, (4), 14-19.

Ommundsen, Y. (2005). Kroppsøving: Aktivitet eller læring - Om ulike begrunnelser for faget og deres konsekvenser. *Landslaget Fysisk Fostring i Skolen*, (6), 8-12.

Opplæringslova, LOV-1998-07-17-61. § 9a-4. (2012). Lokalisert på:
<http://www.lovdata.no/all/tl-19980717-061-011.html#9a-4>

Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse - En innføring i kvalitativ metode*. (2. utg.). Fagbokforlaget: Bergen.

Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse - En innføring i kvalitativ metode*. Fagbokforlaget: Vigmostad & Bjerke AS.

Skogvang, B. O. (2006). *Toppfotball - et felt i forandring*. Doktoravhandling, Oslo: Norges Idrettshøgskole.

Sosial og Helsedirektoratet. (2000). *Fysisk aktivitet og helse - Anbefalinger*. Lokalisert på: <http://helsedirektoratet.no/publikasjoner/fysisk-aktivitet-og-helse-anbefalinger/Publikasjoner/fysisk-aktivitet-og-helse-anbefalinger.pdf>

Sæle, O. R. O. (2012). Kroppsøvningsfaget til det moderne kroppsdisplay? *Kroppsøving Landslaget Fysisk Fostring i Skolen*, (3), 12-15, 28.

Utdanningsdirektoratet. (2006). *Læreplan kroppsøving, føremål*. Lokalisert på: <http://www.udir.no/kl06/KRO1-03/Hele/Formaal/>

Utdanningsdirektoratet. (2006). *Læreplan kroppsøving, Hovedområder*. Lokalisert på: <http://www.udir.no/kl06/KRO1-03/Hele/Hovedomraader/>

Utdanningsdirektoratet. (2006). *Læreplan kroppsøving, Kompetansemål*. Lokalisert på: <http://www.udir.no/kl06/KRO1-03/Hele/Kompetansemaal/Kompetansemaal-etter-10-arssteget/>

Utdanningsdirektoratet. (2012). *Fysisk aktivitet blant 6-, 9- og 15-åringer i Norge. - Resultater fra en kartlegging i 2011*. Lokalisert på: <http://helsedirektoratet.no/publikasjoner/fysisk-aktivitet-blant-6-9-og-15-aringer-i-norge/Publikasjoner/fysisk-aktivitet-blant-%206-9-og-15-aringer-i-norge.pdf>

Vedlegg:

Vedlegg 1: Brev til rektor, tillatelse om intervju av lærere

Til
Rektor

Søknad om å få lov til å intervju lærere på skolen

Hei, mitt navn er Richard Bertelsen, og går nå mitt siste og avsluttende år på høgskolen i Hedmark på faglærer kroppsøving. Jeg skriver i den forbindelse min bacheloroppgave som omhandler legitimering av kroppsøvingsfaget og om at barn og unge er mer fysisk inaktive skal være med på legitimeringen.

Med dette så søker jeg om å få lov til å intervju to lærere hos dere. Ønsker å påpeke at undersøkelsen er helt anonym.

Underskrift hvis tillatelse til å gjennomføre intervju:

Dato: Navn:

Mvh

Richard Bertelsen

Vedlegg 2: Forespørsel og samtykke om intervju

Hei

Jeg driver å skriver bacheloroppgave nå.

I den forbindelse trenger jeg å gjøre intervju av to kroppsøvingslærere i grunnskolen.

Temaet for oppgaven er helseutfordring, mest inaktivitet, blant barn og unge opp mot kroppsøvingsfagets rolle og hvordan faget legitimeres på grunnlag av dette.

Dette er noe som vil ta mellom 30-60 minutter.

Det kommer til å være 100% anonymt og kun brukes i oppgaven. Du kan trekke deg når som helst. Du kan la være å svare på spørsmål underveis om ønskelig. Det vil ikke bli gjengitt hvilken skole eller ved navn eller andre detaljer som kan avsløre hvem du er eller hvor du er fra, ei heller fra hvilken skole.

Jeg håper du har mulighet i løpet av denne eller neste uke.

Samtykke:

Dato: Navn:

Mvh

Richard Bertelsen

Vedlegg 3: Taushetsplikt



Høgskolen i Hedmark

Avdeling for helse og idrettsfag

UNDERSØKELSE I BARNEHAGE, GRUNNSKOLE OG VIDEREGÅENDE SKOLE TAUSHETSPLIKT

Med bakgrunn i kapittel 15, §15-1.i ”Lov om grunnskolen og den vidaregående opplæringa”, kapittel VI, §20 i ”Lov om barnehager” og bestemmelsene i §13 til og med bokstav e, i «Lov om behandlingsmåten i forvaltningssaker», gjøres dere med dette kjent med kravet om taushetsplikt i forbindelse med opplysninger dere får kjennskap til gjennom prosjektarbeidet i grunnutdanninga.

FORVALTNINGSLOVENS TEKST:

§13¹ (taushetsplikt)

Enhver som utfører tjeneste eller arbeid for et forvaltningsorgan, plikter å hindre at andre får adgang eller kjennskap til det han i forbindelse med tjenesten eller arbeidet får vite om:

1. noens personlige forhold, eller
2. tekniske innretninger og framgangsmåter samt drifts- eller forretningsforhold som det vil være av konkurransemessig betydning å hemmeligholde av hensyn til den som opplysningen angår.

Som personlige forhold regnes ikke fødested, fødselsdato og personnummer, statsborgerforhold, sivilstand, yrke, bopel og arbeidssted, med mindre slike opplysninger røper et klientforhold eller andre forhold som må anses som personlige.

Kongen² kan ellers gi nærmere forskrifter om hvilke opplysninger som skal regnes som personlige, om hvilke organer som kan gi privatpersoner opplysninger som nevnt i punktumet foran og opplysninger om den enkeltes personlige status for øvrig, samt vilkårene for å gi slike opplysninger.

Taushetsplikten gjelder også etter at vedkommende har avsluttet tjenesten eller arbeidet.

Han kan heller ikke utnytte opplysninger som nevnt i denne paragraf i egen virksomhet eller i tjeneste eller arbeid for andre.

Jeg er kjent med overnevnte bestemmelser.

NAVN - klasse

¹ Tilføyet ved lov av 27 mai 1977 nr 40. Endret ved lov av 11 juni 1982 nr 47.

² Justisdepartementet iflg. res. 16 des 1977.

Vedlegg 4: Intervjuguide

Tid ca 30-45 minutter.

(5-10 min) Informasjon uten opptak

- tema, formål, taushetsplikt og anonymitet, kort presentasjon av oppgaven, gjennomgang av infoskrivet.

(20-30 min) Hoveddel av intervjuet med opptak.

- Kjønn og alder?
- Hvilke trinn underviser du kroppsøving?
- Hva mener du at kroppsøvingfaget skal tjene til?
- Hva er det med faget som gjør det viktig?
- Hvordan ser du på økt helsefokus i kroppsøving?
- Kroppsøvingfaget har i de senere år fått nytt fotfeste og aksept i samfunnet gjennom illevarslende scenarier om inaktivitet og økning i gjennomsnittlig kroppsvekt i befolkningen. Hva er dine synspunkter på at faget skal tuftes på dette?
- Føler du som kroppsøvingslærer at du har ansvar for å motivere elevene til å være fysisk aktive på fritiden?
- Med stadig fokus på helse i kroppsøving, føler du at det går ut over fagets egenverdi?
- Kan økt fokus på helse ha innvirkning på læringsklima?
Hvorfor/Hvorfor ikke?
- Mener du det er for lite timer kroppsøving på ungdomsskolen?
Hvorfor/Hvorfor ikke?
- Hva mener du er viktigst. At elevene trener eller at elevene lærer i en kroppsøvingstime?

- Eventuelle tilleggsspørsmål og oppfølgingsspørsmål kan komme innimellom.

(5-10 min) Oppsummering med opptak

- Sjekke om jeg har forstått riktig
- Spørre om det er noe som vil legges til.